

# 第8回スキルアップ研修会 開催要項

1. 趣 旨 指導者維持会員やスポーツ指導に関心がある方を対象に、スキルアップ研修会を開催します。指導者としての教養を高めつつ、ライフスタイルに合わせた健康の維持増進とスポーツに積極的に取り組めるよう「ヒーリングー健康なところと身体を保つためにー」をテーマに開催します。

今回は、遠方の方の受講に対応するため Zoom を利用した LIVE 配信とアーカイブ配信も合わせて実施します。また、関心のあるテーマのみの受講も出来ます、ご希望に合わせて受講ください。

会場での受講に限り、健康・体づくり事業財団の健康運動指導士及び健康運動実践指導者の更新に必要な単位（単位数：講義2 実習3 認定番号：216395）が取得できます。

2. 対象者 日本スポーツクラブ協会指導者維持会員  
運動・スポーツ指導に携わる者、運動・スポーツ指導に興味のある方  
健康体づくり事業財団の資格保有者で資格更新のための単位を取得される方

3. 日 程 令和3年6月27日（日）9：00～16：30

4. 場 所 〒151-0052 東京都渋谷区代々木神園町3-1  
国立オリンピック記念青少年総合センター センター棟研修室

5. 定 員 A 集合学習 20名 先着順、定員後締め切り。  
B ライブ受講 100名 先着順。  
C オンデマンド受講 当日録画した講義を7月1日から14日の2週間期間で限定配信を Youtube にて実施します。

6. 費 用（消費税込み）

	全日受講料	1コマ
指導者維持会員 (中高老年期運動指導士などの資格保有者)	9,000円	2,000円
会員でない方 (健康運動指導士の更新単位取得希望者など)	11,000円	2,500円

※早割 全日程受講の先着10名さまは受講料を500円割引します。

7. 申込方法 申込書を協会事務局宛にメール等で送付してください。  
提出後、必ず事務局宛（03-5354-5351）に確認のご連絡をお願いいたします。  
申込受理後、支払通知書兼受講通知書を発送いたします。  
なお、通知をお受け取り後、7日以内に受講料をお振り込みください。  
(事情により遅れる場合、又はキャンセルされる場合は必ずご一報ください。)  
入金確認後に詳細等を送付いたします。

## 8. 免責事項

- ・ 講習会開催中、記録した講習会映像の視聴中に発生した怪我その他の事故については、当協会に故意または重過失がない限り、責任は負いません。
- ・ 持病や治療を受けている場合、アレルギーがある場合、それらを原因とした疾病等について責任は負いません。

## 9.カリキュラム

日程	時間	内容	講師	所属
6/27 (日)	9:00~9:10	受付(研修室)		
	9:10~9:20	オリエンテーション 開講式(挨拶)		
	9:20~10:20 (60分)	① 「クールダウンのメカニズム」	宮地元彦	早稲田大学
	10:40~11:40 (60分)	② 「スポーツ指導の心理学」(仮)	伊藤華英	
	11:40~12:40 (60分)	ランチタイム		
	12:40~13:40 (60分)	③ 「姿勢をよくするチェアエクササイズ」	ジョンカス 山岡有美	Yフィットネス コミュニティー
	14:00~15:00 (60分)	④ 「身体を癒やすセルフマッサージ」 「身体を柔らかく保つセルフストレッチ」	野田哲由	了徳寺大学
	15:20~16:20 (60分)	⑤ 「笑顔を作る顔体操 フェイストレーニング」	岡本るみ子	筑波大学
	16:20~	閉講式		

実技演習が中心となったカリキュラムです。

動きやすい服装でご参加ください。

※ スケジュール等は諸事情により変更することがあります。

### <キャンセル料>

- 受講通知兼受講請求書発送後にキャンセルされる場合は事務手数料として1,000円
  - 入金後のキャンセルは受け付けません。後日配信するアーカイブ配信動画をご覧ください。
- ※天災地変により開催中止となる場合は、事務手数料として1,000円を差し引いて返金いたします。  
※使用施設の利用休止があった場合は、やむを得ず開催を延期することがありますのでメールアドレスのご記載をお願い致します。

