



いつまでも
元気に過ごす



介護予防運動スペシャリスト 資格認定養成講習会

フレイルやサルコペニアといった加齢に伴う加齢による筋力低下などの体の仕組みを理解して要介護にならないための動ける身体作りをサポートする、介護予防運動について実践的に学びませんか？

日時

5月9日^土~10日^日 9:30~16:30

定員 30名
(先着順)

受講料

一般：46,000円

受講のみ 35,000円

会員：42,000円

健康運動指導士 単位認定講習会申請中

資格認定費用含

対象

介護予防運動に興味がある方

会場

オリンピック記念青少年総合センター

内容

- ゆうゆう体操
- ロコモ予防運動論
- シナプソロジー
- 中高老年期の運動指導法
- 介護予防運動での外傷・障害予防
- リハビリテーション医学とアセスメント
- リハビリテーションの知識と運動指導
- フェルデンクライスメソッド
- ロコモ予防の筋トレ



申込



manaable



主催



公益財団法人
日本スポーツクラブ協会

問合せはこちらから

info@jsca21.or.jp

