

第2期

マーシャルエクササイズインストラクター養成コース

〈講座概要〉

第2期のマーシャルエクササイズ指導者養成コース。カリキュラムも充実させた内容で行います。

この養成コースで習得できること

- ・ボクシングのパンチ、空手の突き、蹴りの動作要素を取り入れた、オリジナルのマーシャルエクササイズのプログラム指導スキル
- ・格闘技の動きを解剖学から紐解き、『機能的な格闘技の動き』の知識を習得
- ・徹底した動作 & 指導練習を行うので、すぐに現場で活かせる！

〈開催日時〉

10/21(土) 15:00~19:00

10/22(日) 11:00~17:00

11/4(土) 15:00~19:00

11/5(日) 11:00~17:00

12/17(日) 11:00~17:00

※ 全5日間(休憩時間含む)

〈担当講師〉

梅本 道代

- ・NPO法人いきいき・のびのび健康づくり協会 企画事業部チーフ
- ・日本コアコンディショニング協会 A級講師
- ・健康運動指導士
- ・日本フィットネス協会 アクアスペシャリスト
- ・フランクリンメソッド アクティブエジュケーター

※マーシャルエクササイズ指導歴、約20年の実績。指導者育成、ワークショップも数多く担当。

ボクシング歴:約1年。空手歴:約5年。

本物の格闘技で学んだ知識を運動愛好家の方でも気軽に格闘技エクササイズを楽しんで頂けるように、エクササイズにアレンジして、現場でマーシャルエクササイズを担当しています。

〈参加費〉

¥88,000 + 税

〈最少催行人数〉

3名 ※開催日の一週間前(10/14)の時点で3名未満の場合は中止となります。

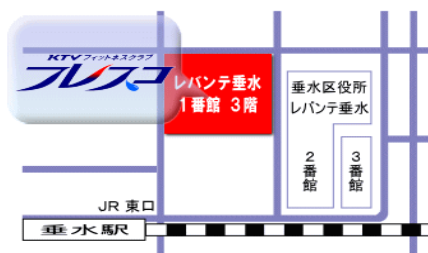
《e-PREMIUM会員ポイント数》
5ポイント

◆e-PREMIUM会員ポイントの詳細については下記のアドレスをご参照ください
<http://www.sports-club.jp/frescoforum.html>

《主催/会場》

KTVフィットネスクラブ フレスコ 垂水
(神戸市垂水区日向1-4-1 レバンテ垂水1番館3階)

JR神戸線 垂水駅前
TEL: 078-708-7500
<http://www.ktv.jp>



《申込手順》

①お電話にてお申込みください。

TEL: 078-708-7500 (フレスコ垂水) ※毎週木曜は休館日

※フレスコ Eメール会員にご登録頂くと、参加費が10%引きになります
登録方法については下記のアドレスをご参照ください。



<http://www.sports-club.jp/frescoforum.html>
(メール配信登録にアクセス)

②申込確認後、フレスコ事務局より日本郵便の払込取扱票を郵送いたします。

払込取扱票到着後、1週間以内にお近くの日本郵便よりご入金お願い致します。

※払込金受領証が参加チケットになりますので、当日ご持参下さい。

(領収書が必要な場合は、コピーでも可)