



ヒザイタどっと混む『第1回ヒザイタ改善B級認定講習会』

日 時

1日目：9月22日(月) 開講 11時～19時予定(休憩含)

2日目：9月23日(火祝) 10時～18時 閉講

※この講習会は、日本フィットネス協会、日本Gボール協会の承認プログラムです。

会 場

ヒザケア&ジャイロトニックハウス『Time & Space』

JR京葉線「海浜幕張駅」バス5分

*幕張メッセ、千葉マリスタジアムのある駅です。

地方の方が参加しやすい、長距離バスや、空港からのリムジンバスがご利用いただけます。

受講資格

ヒザイタ改善C級普及員課程を修了されている運動指導者

講 師 陣

主任講師：小谷さおり

日本ヒザイタ改善普及会会長 NPO法人つえつえクラブ
「小谷式ヒザイタ改善体操」オーガナイザー、NPO法人日本Gボール協会理事、(社)日本フィットネス協会代議員、ジャイロトニックブラクティショナー、産前産後ケアPILATES認定インストラクター、大塚製薬トップ契約インストラクター、NIKE JAPANエリート

特別講師：海老沢 千津子

カイロプラクター、ジャイロトニック認定トレーナー
「セルフコンシャスメソッド」オーガナイザー

当会講師：笹本 典子

パーソナルトレーナー、元教職員
「ダンスボディエクササイズ」オーガナイザー

受 講 料

(正規)50,400円

→第1回記念料金 ; 45,600円

*但し、バイブル&触覚ボールお持ちでない方は別途となります。

申込者多数の場合、「キャンセル待ち」「別日程にて追加」「第2回講習会にて優先受講」等の対応をさせて頂く事があります。

講 習 会 内 容

- ヒザを中心とした機能解剖学
- 筋生理学
- トレーニング理論
- ストレッチング&コンディショニング
- 概論 & 実技
- カウンセリング
- テクニク
- セルフケアテクニク
- 関節と栄養/他



お 申 み 方 法

所定の申込書にて、FAX または郵送となります。

*「お申込書」と「C級受講の証明ができるものの写し」が必要です。いずれも無い場合には、メールにてご連絡くださいませ。

*「お申込書」はホームページより、ダウンロードしていただけます。

<http://www.hizaita.com>

プリンターをお持ちでない方はご連絡下さい。FAXにて申込書をお送りいたします。

主 催

日本ヒザイタ改善普及会

協 力

NPO法人つえつえクラブ/NPO法人日本Gボール協会
社団法人日本フィットネス協会/ギムニク株式会社/松下電工株式会社