

2012年スキルアップ研修 年内大阪会場日程

6月	17日	日曜日	12:50~14:20	ハートレートモニターガイド
			14:30~16:00	REMO システムアドバイザー
7月	15日	日曜日	12:50~14:20	呼吸法
			14:30~16:00	スポーツツーリズム
8月	21日	火曜日	12:50~14:20	スポーツツーリズム
			13:00~15:00	自立体力検定
9月	30日	日曜日	12:50~14:20	フットバランスアドバイザー
			14:30~16:00	REMO システムアドバイザー
10月	28日	日曜日	12:50~14:20	ハートレートモニターガイド
			14:30~16:00	REMO システムアドバイザー
11月	15日	木曜日	12:50~14:20	ユニバーサルウォークアドバイザー I
			13:00~15:00	自立体力検定
12月	2日	日曜日	12:50~14:20	フットバランスアドバイザー
			14:30~16:00	REMO システムアドバイザー

※お問合せの多いユニバーサルウォーク・アドバイザーⅡは9月津南研修会で行います。

SEIKO ハートレートモニターガイド

受講料 ¥20,000

ノルディック・ウォークで得られる効果をより安全に効率良くするための必見ツールです。個々に合った脈拍数値を運動中に管理する事で、最大限の運動効果が期待できます。胸ベルト装着不要、運動中での計測可能等、最新モデルを使用しての養成講座です。

(SEIKO Pullsse II 光電子脈拍計・資料・認定書一式の代金含む)

フットバランスマスタートレーナー

受講料 ¥20,000

ノルディック・ウォークで得られる効果を更に増大させ、理想的な歩行姿勢が身に付きます。骨盤回旋運動、左右体重移動等、更に質の高い指導方法を身に着きたい指導員の方々には必見です。最新測定機材、重力加速度センサーを使用し、リアルタイムで歩行中の変化を検証致します。

(フットバランス靴代含む)

ユニバーサルウォークアドバイザー

受講料 ¥10,500

連盟の掲げる「すべての人に有益なウォーキング」を実践するため、「障がいのある人への指導」を学びます。「障がい」ということに対する知識や認識を深めることは、今後の指導現場においても必須となります。稲治専門技術委員が「考え方」を中心にワークショップ形式行う、指導スキル向上のための講座です。

(ユニバーサルアドバイザーⅠ・Ⅱ・Ⅲがあります。内容が異なります。Ⅰ・Ⅱ・Ⅲをすべて受けられた方は

ユニバーサルウォークアドバイザーの認定書・バッジが送られます。)

呼吸法普及員Ⅰ

受講料 ¥10,500

呼吸は心身に大変な影響を与え、呼吸の仕方の善し悪しによっては、その人生をすら変えてしまう、とまでいわれています。人生をすら左右する呼吸の正しい呼吸法を学び今後の指導にお役立て下さい。

(Ⅰ・Ⅱで内容が異なります。)

自立体力検定士

受講料 ¥21,000

「60才以上のシニア世代の方々が自立した日常生活を送る為に必要な身体能力を持ち合わせているかどうかを推し測るテスト」の事で、歩行能力・姿勢変換能力・身体調整能力・手作業能力の4種目で、指導者が運動指導を始める前のアプローチとして取り入れる事で、無理のないトレーニングの提供、シニア世代の体力作りに、ノルディック・ウォークの指導にお役立て下さい。(IDカードが変更になります。)

スポーツツーリズム

受講料 ¥10,500

最近、観光振興の新たな形態としてスポーツツーリズムが注目されるようになってきました。一般的な名称という「スポーツ旅行」「スポーツツアー」です。「〇〇応援ツアー」というのも含まれます。スポーツをする・見る・習う・学ぶ。すべてスポーツツーリズムの範疇となります。新しい形態のスポーツツーリズムを学びノルディック・ウォークの指導のあらたなツールとしてお役立て下さい。(教本代含む)

REMO システムアドバイザー

受講料 ¥20,000

レモシステムとは、身体(骨格)を本来の構造・機能にリメイク(REMAKE)、リムーブ(REMOVE)させるシステムという願いが込められています。家が傾いた場合に先ず補修するのは骨組みであるように、人の体もバランスが崩れた場合は、先ず骨の補正が必要になります。ベルト・テーピングテープ等を使用し学びます。(マウントシェル・945ベルト・iインソール・REMOテープ代含む)



スキルアップ申込書 FAX 06-6344-6234

SEIKO ハートレートモニターガイド講座 **受講料 ¥20,000**

受講日	年	月	日				
お名前				指導員No.			
生年月日	明治 大正	昭和 平成	年	月	日	満	

フットバランスマスタートレーナー養成講座 **受講料 ¥20,000**

受講日	年	月	日					
お名前				指導員No.				
性別	男	女	靴のサイズ			足の実寸	左	右

ユニバーサルウォーク・アドバイザー I **受講料 ¥10,500**

受講日	年	月	日				
お名前				指導員No.			
生年月日	明治 大正	昭和 平成	年	月	日	満	

呼吸法普及員 **受講料 ¥10,500**

受講日	年	月	日				
お名前				指導員No.			
生年月日	明治 大正	昭和 平成	年	月	日	満	

スポーツツーリズム **受講料 ¥10,500**

受講日	年	月	日				
お名前				指導員No.			
生年月日	明治 大正	昭和 平成	年	月	日	満	

REMO システムアドバイザー **受講料 ¥20,000**

受講日	年	月	日					
お名前				指導員No.				
性別	男	女	靴のサイズ	cm		足の実寸	左	右
ウエスト	cm		骨盤周り(一番太い所)			cm		

※申込方法

この申込用紙と振込の控えのコピーを上記FAX送信先にお送り下さい。

申込受付後、詳細をFAXまたは郵送します。

お振込先 口座名義 (社)全日本ノルディック・ウォーク連盟
 銀行名・支店名 みずほ銀行 梅田支店
 口座番号 普通 1272054



(社)全日本ノルディック・ウォーク連盟 2012自立体力検定士申請書

申請月日	年	月	日				
受講月	月	受講会場名					
NW指導員認定番号	WLM	NWS	NW				
ローマ字						性別	
氏名							
住所							
電話				FAX			
生年月日(西暦)	年	月	日	満年齢	歳		
健康状態	<input type="checkbox"/> 良好	<input type="checkbox"/> 普通	<input type="checkbox"/> 不順	写真欄 申込み時に2枚 1枚は写真欄に貼って下さい。 もう1枚は添付して下さい。 写真裏に必ず名前の記入をお願いします。 タテ4.0mm×ヨコ30mm 平成 年 月撮影			
聴力	<input type="checkbox"/> 良好	<input type="checkbox"/> 不順					
色覚	<input type="checkbox"/> 良好	<input type="checkbox"/> 不順	(□にレ点入れて下さい)				
既往症の有無	<input type="checkbox"/> ない	<input type="checkbox"/> ある					
ある場合のみ疾患名							
※ 指導者 記入欄(指導者は必ず記入)						本部受付	
指導者							



60才からのチャレンジ! 自立体力. 全国検定



詳細な検定結果が届きます!

自立体力の評価・分析 ▶ 暮らしのアドバイス ▶ トレーニングメニュー

羽立 花子様 の自立体力検定結果

歩行 79.6pt 947歩

講評 79.6pt 947歩

身体調整 78.0pt

手作業 82.9pt

あなたの目標

暮らしのアドバイス

姿勢変換 77.9pt

- 内容①**
日常生活をどの程度スムーズに行う事ができるのか?自立体力テスト4種目の結果から導いた分析と評価。
- 内容②**
個々の体力レベルに合わせた自立体力UPのための暮らし方のアドバイス。
- 内容③**
自立体力UPのための、おひとりずつの体力に合わせたトレーニングメニュー。
- [お届けするもの]**
- おひとりずつの検定結果
 - 検定級 合格証書(初回・昇級時)

〈おひとりずつの検定結果〉