



ノルディック・エクササイズ指導員養成講座



新たに全日本ノルディック・ウォーク連盟公認、ノルディック・エクササイズ養成講座がスタートします！

4月24日(日)大阪フェスタ・5月3日(火)東京スキルアップで大好評でしたTWIN POLEを連盟バージョンとしてプログラムを組み替え、新たな資格制度を上げました。①連盟統一ウォーミングアップ(フェスタ、講習会等で簡単に誰でもできるウォーミングアップ) ②ノルディックエクササイズ(ノルディックウォークに必要な脚力、体幹を鍛え2本のポールならではのエクササイズ) ③チェアノルディックエクササイズ(高齢者、低体力者に対応する椅子を利用したチェアエクササイズ)としての新たな指導者資格取得になります。今後はフェスタ等で準備運動(ストレッチ等)を取入れていただき、指導員のスキルアップに役立ていただければ幸いです。

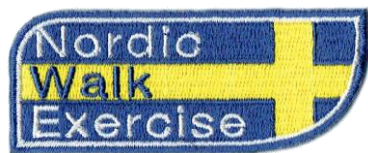
第4回関東会場 開催日時

日 時 2016年 12月 11日 (日)
 時 間 10:00 ~ 17:00 受付 9:45~
 定 員 12名
 会 場 横浜市 金沢文庫ふれあい会館
 横浜市金沢区谷津町35-8



ア ク セ ス 京浜急行 金沢文庫駅 7分
品川駅より特快約30分

- 10:00-12:00 ノルディックエクササイズ習得
- 12:00-13:00 昼食
- 13:00-13:45 JNWL統一ウォーミングアップ習得
- 14:00-15:00 チェアノルディックエクササイズ習得
- 15:10-16:00 まとめ、実技練習
- 16:30 修了



受講資格・受講費用

- 全日本ノルディック・ウォーク連盟の指導員で有る事。
- 受講費 ¥45,000-(税込)
(認定書・簡単ストレッチDVD・
ネームプレート・講習費含む)

FAX 06-6344-6234

指 導 員 No.	WLM ・ SNW ・ NW			受講会場	12月11日	横浜
ローマ字						
指 導 員 名						
住 所	〒					
T E L				F A X		
生年月日	明治 大正	昭和 平成	年	月	日	満

振込先:口座名義 一般社団法人 全日本ノルディック・ウォーク連盟

みずほ銀行 梅田支店(460) 普通口座 No.1272054

※誠にお手数ですが、上記指定口座にお振込いただいた上で、振込明細書をコピーし、申込用紙に添付の上、お申し込みいただきますようお願い申し上げます。