

市民スポーツセミナー受講案内

スポーツサイエンスコース（1講座 2,000円）

日 程	講座番号	テ ー マ	講 師
令和4年 12月25日（日） 【会場】 第1体育室	① 13:00～14:30	高齢者のための転倒予防体操 ～プログラム作成～ (講義)	谷川原 光彦 株式会社桜十字Let'sリハ! 芦屋店 管理者 日本健康運動指導士会兵庫県支部 理事 WAKWAKさんぼ 主催 健康運動指導士
	② 14:50～16:20	高齢者のための転倒予防体操 ～実践～ (実習)	
【申し込み期間】 令和4年11月25日（金）9時00分～12月9日（金）16時30分			
令和5年 1月15日（日） 【会場】 第1体育室	③ 13:00～14:30	目的別 アスリートにおける栄養摂取の ポイント (講義)	下村 有佳里 履正社国際医療スポーツ専門学校 スポーツ学科アスレティックトレーナーコース フィールドホッケー女子日本代表 さくらジャパン 専任栄養士
	④ 14:50～16:20	スポーツ栄養とスポーツ内科疾患 (講義)	
【申し込み期間】 令和4年12月20日（火）9時00分～令和5年1月3日（火）16時30分			
令和5年 2月19日（日） 【会場】 第1体育室	⑤ 13:00～14:30	地域活動に役立つチェアエクササイズ ～健康づくり・生きがいくくり～ (講義)	草山 美佐子 NPO法人1億人元気運動協会 理事 株式会社元気サポート 取締役 健康運動指導士
	⑥ 14:50～16:20	地域活動に役立つチェアエクササイズ ～健康づくり・生きがいくくり～ (実習)	
【申し込み期間】 令和5年1月19日（木）9時00分～2月2日（木）16時30分			

※各講座を受講すると、以下の資格について登録更新や、資格継続のための単位が審査の上、認定されます。

●「健康運動指導士」及び「健康運動実践指導者」（公益財団法人健康・体力づくり事業財団）

【登録更新に必要な履修単位】

講座①② …… 認定番号：226538	講義1.5単位 実習1.5単位
講座③④ …… 認定番号：226539	講義3.0単位（各講義1.5単位）
講座⑤⑥ …… 認定番号：226540	講義1.5単位 実習1.5単位

●「サーキットチェア®・インストラクター」「チェアエクササイズ®・インストラクター」「アクアフラダンス®・インストラクター」（NPO法人1億人元気運動協会）

【資格継続教育単位】 講座①③④⑤……講義（レクチャー）2.25単位 講座②⑥……実習（ワークショップ）1.5単位

●「高齢者体力づくり支援士」（公益財団法人体力づくり指導協会）

【資格更新単位】 6講座それぞれに「更新単位1.0」

特別資格取得コース（1講座 実費） 申込方法：別紙チラシ参照

日 程	テ ー マ	講 師
令和4年11月20日（日） 11:00～18:00 【会場】 第2会議室	チェアエクササイズ®基礎講習 サーキットチェア・インストラクター養成講座	草山 美佐子 NPO法人1億人元気運動協会 理事 株式会社元気サポート 取締役

受講について

- 会場は神戸市立中央体育館です。
- 「健康運動指導士証」「健康運動実践指導者証」の登録証をお持ちの方は、当日登録証をお持ちください。
- 室内用シューズをお持ちください。また、②・⑥の実習を受講する方は動きやすい服装をお持ちください。
- 講義場所は暖房を入れますが、ご自身でも防寒対策をお願いします。
- 新型コロナウイルスの感染状況等により中止になる場合があります。その場合は申し込み時のアドレスへお知らせいたします。
- 中央体育館で行う行事等を幅広く発信するため、本行事の写真をホームページに掲載する場合があります。ご理解・ご協力をお願いいたします。
- 講座の日程等については変更することがあります。



申し込みについて

- 中央体育館ホームページのトップページにある「市民スポーツセミナー」のバナー、もしくは下記QRコードより必要事項を入力してお申し込みください。
- 定員を超えた場合は抽選となります。
- 定員に満たない場合は、追加募集をします。詳細はホームページをご覧ください。
- 申し込み締め切り2日後までに受講可否について申し込み時のEメールアドレスへ通知いたします。
- 受講が決定された方は、指定口座へ受講料をご入金ください（受講当日の現金支払は不可）。ご入金していただきました時点で正式に受講決定となります。なお、期日までにご入金できない場合は必ず体育館までご連絡ください（詳細につきましては、メールにてお知らせいたします）。
- 入金の際は必ずご本人名義でお振り込みください。なお、ご本人名義以外でお振り込みの場合は事前に体育館までご連絡ください。
- 一旦納入された受講料は原則返金できません。
- 連絡なき入金遅延の場合、受講資格取り消しとなります。ご注意ください。



※ お申し込みはこちらから →

■ 主催 (公財)神戸市スポーツ協会

■ 後援 (「スポーツサイエンスコース」)

神戸市、(公財)体力づくり指導協会、NPO法人1億人元気運動協会、(公財)健康・体力づくり事業財団

Expand yourself!!

より強く より遅しく より健やかに

神戸市立中央体育館

Kobe Municipal Central Gymnasium

〒650-0017 神戸市中央区楠町4-1-1

TEL.078-341-7971 FAX.078-341-7974



指定管理者(共同企画) (公財)神戸市スポーツ協会 アシックススポーツファシリティーズ(株)

神戸市立中央体育館
LINE 公式アカウント



友だち追加で粗品プレゼント