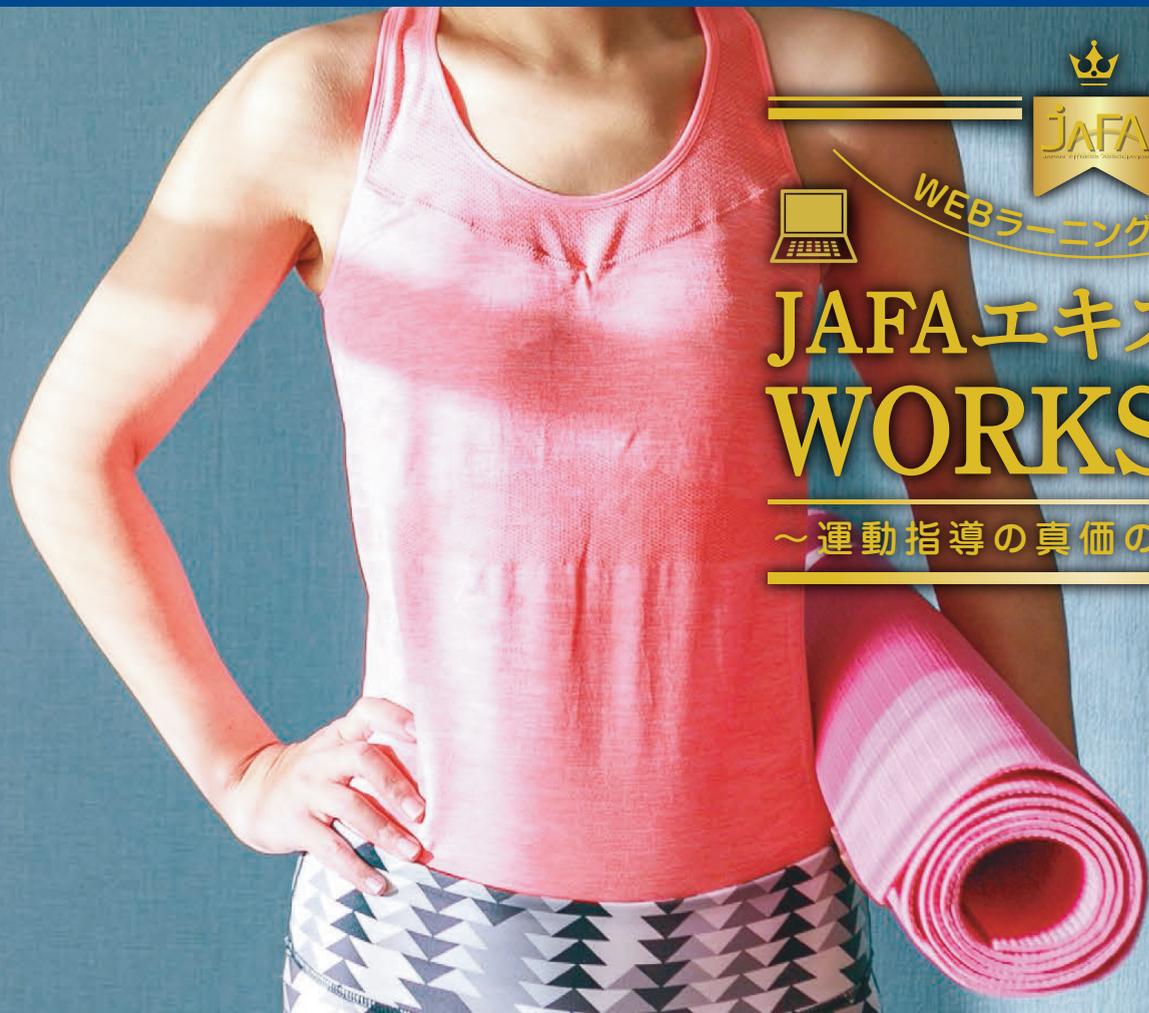


トップインストラクターに学ぶ、指導の深み。



WEBラーニングシリーズ

# JAF A エキスパート WORKSHOP

～運動指導の真価のための深化～

## 第2回配信 グループ指導のスペシャリストによる 指導法を動画視聴で習得!

- W-1 サステナブルエアロ～参加者も指導者も続けやすい楽しいエアロの勘どころ～(穂積 典子)
- W-2 アフターコロナに備えてYOGA指導者が押さえるべきポイント(山田 多佳子)
- W-3 グループエクササイズにおける体幹トレーニングの指導と実践(柿島 由香)
- W-4 聞きなじみのある音楽を使った高齢者のグループレッスンの構築を学ぶ(和田 左千子)
- W-5 グループレッスンに活かすバランスコーディネーションの効果と展望(増子 俊逸)
- W-6 女性のための骨盤底筋ナビ(岡橋 優子)
- W-7 働く世代からシニアまで! 椅子に座ってできる機能改善体操(茂木 伸江)

### ■ 受講料(税別)

	各講座	全7講座
一般	3,000円	15,000円
JAF A 会員	2,000円	10,000円
GFI養成校学生*	1,000円	5,000円

\*GFI養成校特別割引：在校生および2017～2019年度卒業生(GFI有資格者以外も可)

2講座分  
お得!

### ■ 取得可能教育単位(JAF A/GFI)

各講座	全7講座
1.5	11.0

全講座受講者には、  
**0.5単位**  
サービス付与!

■ 受付期間 (第2回配信) 2020年9月24日(木) 11:00～10月15日(火) 15:00

■ 受講期間 (第2回配信) 2020年10月8日(木) 11:00～10月29日(木) 15:00

※期間中は何度でも受講可能です。

※受講期間内での申し込みでも終了日時に変更はありません。



公益社団法人 日本フィットネス協会  
〒136-0071 東京都江東区亀戸 1-8-7 飯野ビル 5F  
TEL: 03-5875-1035 FAX: 03-5875-1057

お申し込みや詳細は  
ウェブサイトへ  
アクセス!

