

ストレッチ指導の基礎・応用を習得！

SEBI・SEI

実技講習会・認定テスト

Stretching Exercise

Basic Instructor/Instructor

ストレッチングエクササイズ

ベーシックインストラクター/インストラクター

実技講習会
実技テスト

筆記テスト

【会場】

フィットネステーション
アプリ

兵庫県神戸市中央区筒井町
3-1-16-101

内容〈実技講習・テスト〉

- 基礎能力：ベーシックインストラクターレベル 《SEBI》
実演能力判定・指導能力判定
規定動作の実演、指導 規定動作…体側部・大腿外側部・大腿前部
- 応用力：インストラクターレベル 《SEI》
プログラミング能力判定
条件に応じたエクササイズの選択・姿勢やポジションの修正、実演・指導



開催一覧・
お申し込み
はこちら！



定員 6名 / 最少催行人数 1名

実技も指導理論も習得 指導者の証明となる資格です



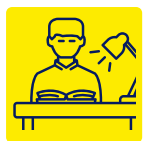
実技指導は講師が確認します

JAF A認定GFIエグザミネーター（講師・試験官）が、指導者を目指す方の指導力向上、合格のために実演・指導内容を確認します。



実技講習会是指導の実演を練習

講習では実技試験課題の実演・指導を行っていただきます（予習動画あり）。ポイントを学び、受講者同士もプログラム内容を確認し合います。



筆記テストの対策講座あり

受験日に合わせてオンデマンドで学習できる講座です。
テキストは別途ご購入ください（裏面参照）。

資格取得は実技、筆記テスト両方の合格が必要です

開催日・スケジュール

2026年 **10月11日（日）**

基礎能力 ベーシックインストラクターレベル

10:00-11:30 基礎能力 実技講習会
11:45-12:15 基礎能力 実技テスト

応用力 インストラクターレベル

14:30-16:30 応用力 実技講習会
16:45-17:15 応用力 実技テスト

12:30-13:30 筆記テスト

受講・受験料（税込）

筆記テスト 2,200円～7,700円
実技講習会《基礎能力》 4,400円
実技講習会《応用力》 5,500円
実技テスト《基礎能力、応用力》 各 4,400円

実技講習会のための受講も可能です

JAF A教育単位…基礎能力2.0単位、応用力2.5単位

健康運動実践指導者／健康運動指導士

基礎能力 実習1.5単位、応用力 実習2.0単位が認められます
（認定番号：申請中）