

## 第6期 健康サポートインストラクター養成講座 募集要項 (2020年)

(株)健康サポートスタジオは、ヨーガ・気功・東洋医学・整体などの理論や身体技法を、「無理なくできる健康法」として、多くの皆様にお伝えし、喜んでいただいております。継続してくださる方々は、「自分の健康は自分で創る」ことを実感し、セルフメンテナンスができるようになっていっています。医療費による財政の圧迫が社会問題となる中、弊社の講師がご指導している生徒さんの多くは、薬に頼りすぎることなく、生き生きと元気に過ごされています。またその実績を認めていただき、様々な施設からお仕事を頂いております。

この度、6回目のインストラクター養成講座を開催いたします。健康とは、自分自身で培っていくものだという意識を世の中に広め、心身ともに健康な人々を増やしたい、自分の力を社会貢献に使いたいという志をお持ちの方のご参加をお待ちしております。

弊社の養成講座は、知識や技術だけではなく、講師としての心得など、人格の向上も視野に入れて学びます。また、指導の仕方、生徒さんとのコミュニケーションの取り方、安全対策など、実践に則した内容で、即戦力として活動できるように、現場での研修も行います。

地域活動、フィットネスクラブ、介護施設などで、世の中に貢献できるお仕事をしてみませんか？  
お申し込みをお待ちしております。

### ■ 全12講座+解剖学講座(3時間)+外部研修 定員5名

全講座を受講して頂きます。受講生のご都合に合わせて日時を変更することも可能です。  
お問い合わせください。

#### 2020年

	休日コース	担当講師	内容
1	9月5日(土) 14:30~17:00	岸裏典子	インストラクターとしての心得と注意事項 ビデオ撮影(自己紹介)…自分を客観的に見て、目標を設定する。
2	10月3日(土) 14:30~17:00	内山尚子	肩こり改善10のヨガと気功の動き 毎日のメンテナンスと健康な暮らし方
3	11月7日(土) 14:30~17:00	内山尚子	腰痛改善10のヨガと気功の動き 毎日のメンテナンスと健康な暮らし方
4	12月5日(土) 14:30~17:00	内山尚子	膝痛改善10のヨガと気功の動き 毎日のメンテナンスと健康な暮らし方

#### 2021年

5	1月16日(土) 14:30~17:00	内山尚子	30分レッスン指導プログラム 〈緩める・伸ばす・整える〉 基本の動きと指導法①
6	2月6日(土) 14:30~17:00	内山尚子	毎日続けられる簡単な気功 基本の動きと指導法②
7	3月6日(土) 14:30~17:00	内山尚子	心と身体を整える呼吸法 基本の動きと指導法③
8	4月3日(土) 14:30~17:00	内山尚子	毎日続けられる、簡単なメンテナンスヨガ 基本の動きと指導法④
9	5月1日(土) 14:30~17:00	内山尚子	1時間レッスン指導プログラム プログラムの立て方と指導法

10	6月5日(土) 14:30~17:00	内山尚子	3分で心と身体が整う「きん・こん・かんエクササイズ」 *きん・こん・かんエクササイズ・・・下記参照
11	7月3日(土) 14:30~17:00	内山尚子	椅子で行う高齢者向け健康法 他
12	8月7日(土) 14:30~17:00	岸裏典子	インストラクター認定試験 ビデオ撮影

**★別途、解剖学講座〈合計3時間〉を受講していただきます。(講師：内山尚子)**

解剖学の講義日時は、内山講師と受講生のご都合を調整し、決定いたします。

☆ご都合の良いレッスンの現場にアシスタントとして参加していただきます。費用は含まれます。(外部研修)

☆養成講座生は、入会金無料で、健康サポートスタジオに入会できます。養成講座受講中は、通常レッスンを1回2,000円(税込2,200円)で受講できます。(要予約)

☆受講生の状況に合わせて、プログラムの内容を変更することがあります。

☆講師：岸裏典子(健康サポートスタジオ代表) 内山尚子

※全プログラムは、ヨガ、気功、整体の理論を組み合わせた健康法です。医療行為は一切行いません。予めご了承ください。

**【受講料・お申込み・お問合せ】**

- ・全講座 30万円(税込330,000円)(分割払いも可能です。お問い合わせください。)
- ・申込用紙にご記入の上、岸裏へ直接お申込みいただくか、同じ内容をE-mail info@kenkosupport.net へお送りください。
- ・併せて費用を下記口座へお振込みください。

**《振込口座》三菱東京UFJ銀行 柏中央支店 普通 0241846 (株)健康サポートスタジオ 代表取締役 岸裏典子**

健康サポートスタジオ・オリジナル  
3分間でからだを整える!

筋 根 幹  
きん・こん・かん  
エクササイズ

「筋」 筋肉をほぐし  
「根」 根が生えたように大地をしっかり捉える  
「幹」 中心軸を調え正しい姿勢になる  
疲れない、若々しい心とからだを実現!



第6期 健康サポートインストラクター養成講座 申込用紙

フリガナ 氏名		性別	男 女	生年月日	年 月 日
職業		E-mail			
住所	〒				
TEL		FAX			
希望 コース	休日コース		参加 動機		