

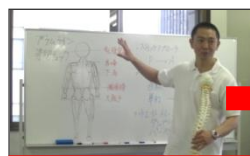


# 【02.25 広島開催】

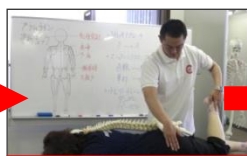
運動指導者の「第一歩」

## JHCA 体験会

実践能力の高い運動指導者の育成機関



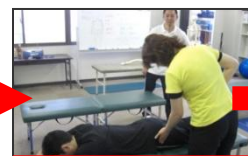
講義(理論)



実技解説



実技運動指導演習



実技習得度チェック



運動指導法習得

運動指導者として活動を始めたい...っとお考えの方で、何から勉強したら良いのか？わからない方...。また、色々な団体があるけど、どこの団体がどうなの？...なんてお悩みの方！！是非一度(一度と言わず、二度三度！)足を運んでみませんか？

### 特定非営利活動法人 日本ホリスティックコンディショニング協会 とは…？

私達、特定非営利活動法人 日本ホリスティックコンディショニング協会(以下、JHCA)では、スポーツ指導の現場でアスリートから半健康者のケア・コンディショニングまで、さまざまな要因に対応できる、人材の育成を主体としております。また、単に運動指導者の育成(資格認定)機関ではなく「運動指導者として、自らの身体機能を高めており、実用性のみならず実践能力が高いレベルで活躍する実力のある人材」を育成し、一人でも多くの運動指導者を普及させる事を一つの目標としております。

スタッフ一同、心よりお待ちしております。

### 【詳細案内】

日程 **2011年2月25日(金)**

時間 10:00~12:00 (2.0H)

会場 東急スポーツオアシス  
アルフェ店 (広島駅構内)

料金 事前振込 2,100円(税込)

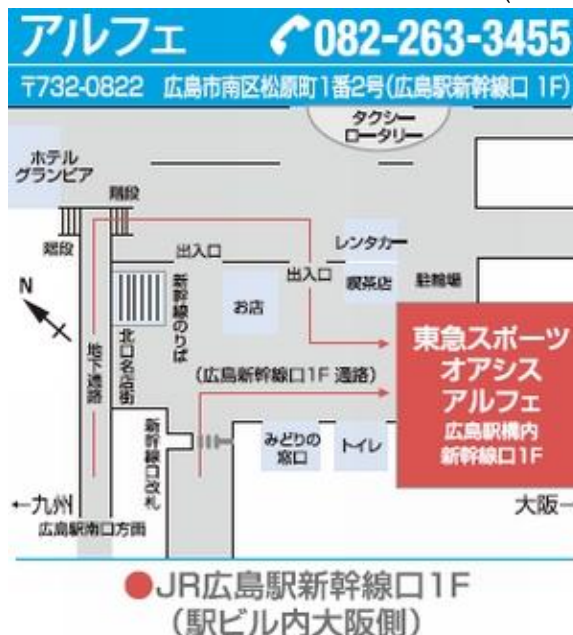
講師 伊藤 純哉(Jyunya Itou)

株式会社 プロジェクト・オン 所属

JHCA 公認 ホリスティックコンディショナー



### 【会場詳細】 東急スポーツオアシス アルフェ店 (広島駅構内)





【02.25 同時開催】

**JHCA**

**ワークショップセミナー**

能力の高い技術をどう活かすか？

## 広島開催ワークショップセミナー

### ～中高齢者のレジスタンストレーニングの考え方と実践～

身体機能を改善する上で、ベースとなるエクササイズをどのように活かしていくのか？また、誰もが「重要だとわかっていても、トレーニングは苦手…」という意識をどのように変えて、モチベーションを上げていくのか？基礎テクニックを紹介し、低体力者に必要なレジスタンストレーニングをどのように活かしていくのか？皆様に、いま必要な実践的な悩みを解消していきます。

■時間： 12:15～14:15 (2.0H)

JHCA-FC継続単位適応 1時間 1.0単位

■料金： 一般 3,150円 JHCA会員 2,100円

#### 【会場・講師】

会場： 東急スポーツオアシス  
アルフェ店 (広島駅構内)

講師： 伊藤 純哉 (Jyunya Itou)  
株式会社 プロジェクト・オン 所属  
JHCA 公認 ホリスティックコンディショナー

#### JHCA の資格を取ると…

JHCA 公認 認定資格取得者へ、活動先のご紹介を行っております。ご紹介先は、こちら…

- COSPA (オージースポーツ)
- CENTRAL (セントラルスポーツ)
- OASIS (東急スポーツオアシス)

2月25日についてのお問合せ・お申込

特定非営利活動法人  
日本ホリスティックコンディショニング協会(JHCA)

〒105-0014

東京都港区芝 3-3-10 芝園オーシャンビル 7階

TEL03-5730-6081 E-MAIL [info@j-holistic.org](mailto:info@j-holistic.org)

FAX03-5730-6082 URL <http://www.j-holistic.org/>



<http://www.j-holistic.org/>