

ストレッチポール講習会

ベーシックインストラクター（BIR）

「ストレッチポール」のベーシックインストラクター（BIR）の講習会を下記の日程で実施します。アスリートから高齢者まで、スポーツ現場・フィットネスクラブ・医療施設・福祉施設までも活用できるアイテムです。内容： 3時間のセミナーで、ベーシックセブン体験から指導法までを実技中心で学びます。

コアコンディショニングの基本中の基本、ストレッチポールを使用した「ベーシックセブン」のスキルを習得し、安全で正しい指導方法を学びます。

BIR を取得すると...

[BIR 修了証](#)を発行いたします。

ご家族やお友達に安全で効果の高いベーシックセブンの指導ができます。

地域やサークル活動でベーシックセブン体験会を開催できます。

日時：平成 22 年 2 月 11 日（祝・木）12：00～15：00（3時間）

講師：田中好行（JCCA マスタートレーナー）

定員：各 20 名

参加費：6,300 円（当日入金）

会場：広島市中区西白島 7 - 27 イルプランスポーツ 2F
マリエコンディショニングセンター-BMP)

申込み：F A X（082-221-2759）

メール mariefit@kdn.biglobe.ne.jp

お問い合わせ 090-2095-4248 田中まで

締め切り：2月3日



切り取り

申込書

お名前	
住所	
電話	
e : m a i l	
所属	

