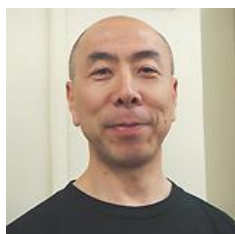


# 元気高齢者のための指導者講習会

## 「バランスボールとセラバンドを活用した 肩関節と股関節のコンディショニング講座」



講師 阿部良仁氏

NPO法人日本Gボール協会副理事長

NSCA認定ストレングス&コンディショニングスペシャリスト

講師 飯塚規文氏

東京薬膳協会認定 薬膳健康アドバイザー

東京療術学院講師 トレーニング指導士 カイロドクター

**日 時 2024年8月11日（日）**

**10:00～16:00（昼休憩1時間）**

**受付開始 9:40**

**場 所** 御殿場市体育館 1F（第3体育室）

**定 員** 30名（先着順）

**参加費** 12,000円 お弁当代含む

（小さいボール・セラバンド付き）

**持ち物** 体育館シューズ、ヨガマット又はバスタオル、  
水分補給用飲料

**主 催** NPO法人御殿場市スポーツ協会

**主 管** 御殿場市エアロビック連盟

**後 援** NPO法人日本Gボール協会、御殿場市

※Gボール協会認定インストラクター継続単位が認められます

※健康運動指導士及び健康運動実践指導者の登録更新に必要な履修単位として、  
実習5単位が認められます（認定番号246443）

お申し込み、お問い合わせ先

QR



又は、事務局杉山（☎ 090-7300-1090）