NSCA® JAPAN
NATIONAL STRENGTH AND CONDITIONING ASSOCIATION

NSCAは研究と現場の橋渡しを使命として活動しています
Bridging the gap between science and application

NSCAジャパン南関東地域ディレクターセミナー

現地参加型セミナー

2024年 4月14日（日）

時間	9：30～16：30　（受付時間9：00～）
会場	NSCAジャパン Human Performance Center　（千葉県流山市前平井85）※　MAP
内容	【実技】 NSCAジャパン コーチコース レジスタンスエクササイズ（フリーウェイト・マシーン）コース レジスタンスエクササイズ（下記13種目）について、基本的な実施方法を習得します。 また、各エクササイズの指導ポイントとその根拠について、考えていきます。 動作チェックを用いたワークや、よく見られるエラーについてのコーチングキューなども扱っていきます。 本コースは、レジスタンスエクササイズの実施方法の習得とともに、その指導の基本となる考え方を学ぶ講習会です。
取扱う種目	①バックスクワット、②フロントスクワット、③デッドリフト、④ルーマニアンデッドリフト、⑤フォワードランジ、⑥ダンベルフォワードランジ、⑦ベンチプレス、⑧ダンベルベンチプレス、⑨バーベルショルダープレス、⑩ダンベルショルダープレス、⑫ベントオーバーロウ、⑫ワンアームダンベルロウ※実際のセミナー内で扱うのは以上の12種目です。⑬ラットプルダウン（動画視聴）　※動画はNSCAジャパンウェブサイトにて公開します
講師	 **新井野　浩司**　NSCA-CPT,マスターコーチ 〈ご紹介〉 2013年よりフリーランスのパーソナルトレーナーとして活動しています。
講義資料の共有について	セミナー当日に資料を配布いたします。

↓次ページもございます。

NSCA JAPAN COACH COURSE

受講料	会員：7,920円　　一般：11,880円
定員	30名　（定員に達し次第締め切ります）
CEU	0.6（カテゴリーA） ※　欠席・遅刻・早退・途中退席があった場合、CEUは付与されません。
お支払いと 受付完了について	＜クレジット決済＞ お申込み手続き時に決済完了しますと、セミナー申込が受付完了します。 ＜コンビニ払い＞ コンビニでのお支払いが完了後、受付完了します。 申込日を含め3日以内にご入金がない場合、自動的にキャンセルとなります。
申込締切	2024年4月12日（金）15時まで
キャンセル ポリシー	開催7日前（4月8日（月））までにご連絡が確認できた場合･･･手数料550円を差し引いて返金いたします。 開催6日前（4月9日（火））以降にご連絡が確認できた場合･･･返金はありません。 ＜感染症に罹患の場合＞ 感染症法等で職場等、公の場への参加の停止が定められている感染症(新型コロナウイルス、インフルエンザなど)に罹患している方は、他の参加者等への感染防止のため受講をご遠慮ください。 セミナー開催日から 30 日以内に、NSCA ジャパン事務局に医師による診断書等（コピー可／スキャンデータ の E-mail 添付可）を提出し、セミナー当日に感染症を理由に参加できないことを確認できた場合には、手数料550 円を差し引いて返金いたします。 ＜開催中止の場合＞ a. 悪天候、天災地変、その他の自然現象 b. 交通機関など、セミナー実施に不可欠な組織、団体、個人のストライキ c. セミナー実施に影響を及ぼす新法令の発令および公官庁の命令 d. 施設、機材の異常など、安全かつ円滑にセミナーを実施することが困難と判断される場合 e. 伝染性感染症の蔓延（新型コロナウイルスについては別途、詳細基準あり） f.　その他、不可抗力により主催者がセミナー実施が困難と判断した場合 上記の理由により、開催中止となった場合、手数料は主催者負担で返金いたします。
持ち物や アクセスなど	当日必要な詳細情報は、申し込み時に送信されるメール内の〈案内書〉をご確認ください。 会員の方はマイページ内でも確認ができます。

↓次ページもございます。

NSCA® JAPAN
NATIONAL STRENGTH AND CONDITIONING ASSOCIATION

NSCAは研究と現場の橋渡しを使命として活動しています
Bridging the gap between science and application

レジスタンスエクササイズ（フリーウェイト・マシーン）コース

レジスタンスエクササイズの基本を学ぶ

- 動作の根拠
- 代表的なエラー
- コーチングキュー

CSCSまたはNSCA-CPTをお持ちの方には、
講習会終了後に、修了証を発行します。

NSCA JAPAN COACH COURSE