実施年月日	2013年6月19日（水曜日）
事業名	HFJ（ヘルス&フィットネスジャパン）2013 「たかがスクワット、されどスクワット～日常動作改善のためのスクワットやスプリットスクワットの指導上の留意点～」
共催	（NPO）日本健康運動指導士会
会場	東京ビッグサイト
講師	阿部 良仁（CSCS, NSCAジャパン事務局長）
開催趣旨	健康日本２１推進全国連絡協議会の運動・スポーツ分科会でも発表した、国民の健康維持のための『スクワット運動の重要性』を、具体的な実技を交えながら情報提供・教育機会として実施した。
来場者	約60名