




# NSCAジャパンADウェビナー 2024年5月11日 (土)

時間	10:00~11:30 (9:30~ログイン可能)	講義資料の共有について	今回のセミナーでは、データ形式の資料の共有がございます。
形式	オンラインによる <b>ライブ配信形式</b> です。 アーカイブでの配信はございませんので、あらかじめご了承ください。 本ウェビナーは、 <b>会議アプリのZoomを利用して行われます</b> 。ご参加の際はお手持ちのパソコン、タブレット、またはスマートフォンにZoomアプリをインストールされますようお願いいたします。	受講料	会員：1,980円 一般：2,970円
内容	<p><b>【講義】パーソナル指導～フィットネスの注意ポイント（初級）</b> <b>（準備運動：ダイナミックストレッチング・レジスタンスエクササイズ）</b></p> <p>パーソナルトレーニング指導が広がり様々な情報が獲得できる現在、健康管理が求められる社会において、現場では安全で効果的な指導が求められます。NSCAジャパンマスターコーチとして教育普及に関わり、フィットネス分野やサッカー育成で活動する演者より、フィットネス指導における準備運動の実例やパーソナルトレーニング指導のエクササイズの注意ポイントを紹介いたします。</p> <p><b>【目的】</b>：初級レベルのクライアントを対象とした指導 <b>【内容】</b>：基本種目を現場でお伝えするときに見逃してしまうエラー動作や動作習得までのプログレッション例をお伝えします <b>【参加対象】</b>：パーソナルトレーニング指導を目指す方、パーソナルトレーニングをはじめた方 <b>【種目紹介】</b>：ダイナミックストレッチング、レジスタンスエクササイズ（スクワット種目）など</p> <p>〈参考文献〉 1. 澤渡知宏、三木貴弘、姿勢と動作の評価からつなげるストレッチングエクササイズ. 株式会社羊土社. 121-132, 164-182. 2022 2. 近良明. 運動療法としてのピラティスメソッド. 株式会社文光堂. 104-114. 2017 3. 森谷敏夫. NSCAパーソナルトレーナーのための基礎知識第2版. 特定非営利活動法人NSCAジャパン. 268-294. 2013</p>	定員	200名 (定員に達し次第締め切ります)
		CEU	0.15 (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	<p>&lt;クレジット決済&gt; 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。</p> <p>&lt;コンビニ払い&gt; 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。</p>
		申込締切	2024年5月10日 (金) 15:00迄 ※ 定員に達し次第、募集を締め切らせていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。
		キャンセルポリシー	開催7日前 (5月5日 (日)) 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 (5月6日 (月)) 以降にご連絡が確認できた場合…返金はありません。
		「Zoom」アプリについて	受講には、 <b>会議アプリ「Zoom」を使用できることが条件となります</b> 。 各種機器へのダウンロードは下記から行えます。  Windows/Mac ( <a href="https://zoom.us/client/latest/ZoomInstaller.exe">https://zoom.us/client/latest/ZoomInstaller.exe</a> ) iPhone/iPad ( <a href="https://itunes.apple.com/us/app/id546505307">https://itunes.apple.com/us/app/id546505307</a> ) Android ( <a href="https://play.google.com/store/apps/details?id=us.zoom.videomeetings">https://play.google.com/store/apps/details?id=us.zoom.videomeetings</a> )
講師紹介	 <p><b>吉田 敬史</b> NSCA-CPT、NSCAジャパン マスターコーチ、NESTA PFT</p> <p>〈ご紹介〉</p> <p>フリーランスのパーソナルトレーナーとして活動を開始し、リハビリクリニックや大手スポーツジム、パーソナルトレーニングジムでの指導を担当。現在はトレーナー育成、Jリーグチームの育成事業にも関わる。競技歴はウエイトリフティング・ボディビルディング</p>	参加方法の案内について	お申込者の方へ開催日の5~7日前を目途に、Zoomウェビナー登録のご登録方法をご登録のメールアドレスにてご連絡いたします。 または、案内書にもZoomウェビナー登録URLをリンクいたします。 Zoomウェビナーご登録後、視聴先リンクが記載された確認メールが届きます。

