

各種講師・インストラクターのための

フォローアップ セミナー開催

各定員
10名



講師：橘千鶴 (たちばな ちづ)

一般社団法人日本音楽レ・クリエーション指導協会認定講師

高齢者への運動指導について、一緒に学びを深めましょう！沢山の皆様からのお申し込みをお待ちしております。

第1回

5/8 (土)
10:00-12:00

高齢者指導において
安全に運動をお届けする
ためのポイント

高齢者の運動指導における注意点(内科的・整形外科的なこと)やADL＝日常生活動作別運動のポイント(実技あり)

第2回

6/6 (日)
10:00-12:00

筋力・柔軟性・バランス力アップ
椅子ヨガのテイストを
高齢者指導に取り入れる

椅子ヨガの要素を取り入れた運動で筋力・柔軟性・バランス力の向上を目指したプログラムを習得(実技あり)

受講料

JMREC
会員 / 3,000円 一般 / 5,000円 (アーカイブ受講も同額)

お支払い方法

銀行振込 または PayPay送金 ※お支払い後は受講料の返金ができませんのでご注意ください。
(お申し込みの方に送金先をお知らせします。)

開催場所

ZOOMによるオンライン

お申し込み

パソコンの方：<https://forms.gle/ZBGfZvhc733wCR7J6>
スマートフォンの方：右側のQRコードを読み取り下さい。

