



**講師 茂木 伸江**  
当協会認定講師・東京支部  
(健康運動指導士/他)



# ボディキネシス®ベーシック インストラクター養成コース 腰編

日程：2025年4月20日（日）腰編 10:00～14:30（休憩30分含む）  
会場：東京都渋谷区代々木（申込者に詳細をお知らせします）

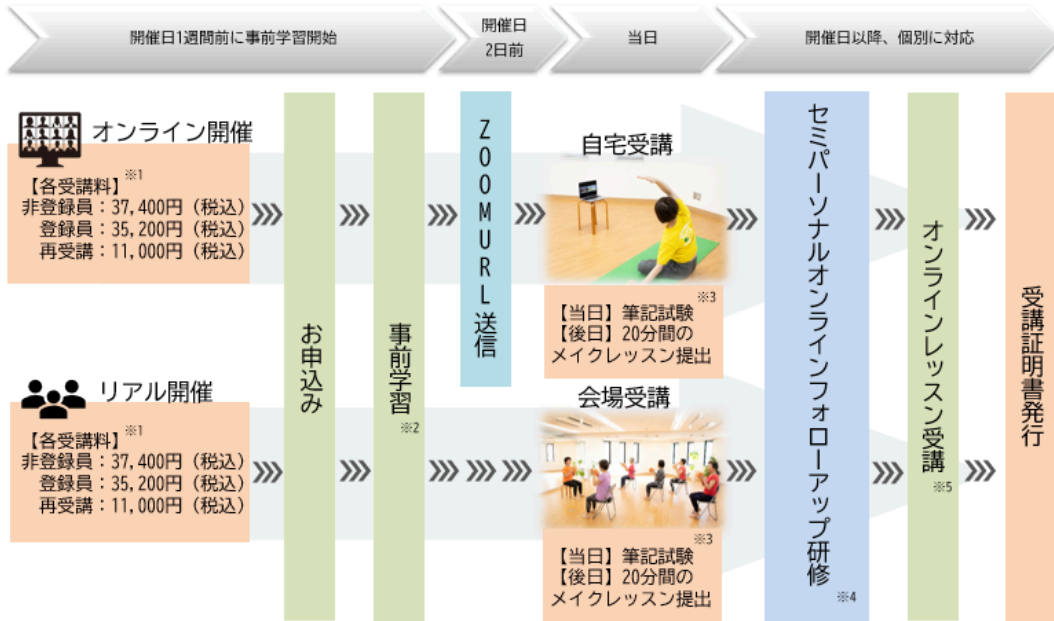
## ベーシックコースとは

腰編・肩編・膝・股関節編の3つのパートに分けて開催します。機能改善体操をより深く学んで頂ける養成コースです。すでに施設などで運動指導されている方、これから介護予防事業の運動指導を目指す方、パーソナルトレーニングで自分のスキルアップを目指す方など、機能改善体操という新たな運動指導のプログラムやレッスンにチャレンジすることができるようになります。実際に指導練習も行いますので、お仕事として運動指導に興味を持たれた方にもご参加いただいています。

**Point** **このような方が受講されています**  
高齢者の運動指導、ピラティスインストラクター  
パーソナルトレーナー、健康体操教室の指導者など

## 受講システムについて

ボディキネシス®ベーシックインストラクター養成コースはオンライン開催とリアル開催があります。今回はリアル開催です。下記の受講の流れをご覧ください。



## 受講料

オンラインレッスン  
フォローアップ研修  
事前動画学習代込み

非登録員：37,400円（税込）  
登録員：35,200円（税込）  
再受講：11,000円（税込）

※3年以内に3講座終了後、  
ボディキネシス®ベーシックIR  
認定登録可能：5,500円（税込）  
但し、当協会登録員であることが条件  
協会登録料 10,000円（消費税無・永年）

詳細・お申込みはこちら



※1 受講料には、事前学習動画・ONLINE STUDIO MANABIYAレッスン4回分・フォローアップ研修（再受講者は希望者のみ）が含まれています。  
※2 ボディキネシス®概論、各コースのモデルレッスン・動作解説の動画です。開催日1週間前にテキストダウンロードと事前学習のご案内を送りますので自宅で学習してください。  
※3 当日の筆記試験に加え養成コース終了後2週間以内に、20分間のメイクレッスン提出が必須です。筆記試験不合格の場合は、再試験があります。（4,400円/再試験2回目から有料）  
※4 実技のフォローアップ研修をセミナーで2時間受けてください。養成コースの際に講師と日程調整を行います。再受講の方で希望者は11,000円（税込）が別途かかります。  
※5 ONLINE STUDIO MANABIYA の機能改善体操のレッスンを1ヶ月の期間で4回受講してください。アーカイブ受講も可能です。4回分のレポート提出が必要です。

お問い合わせ

NPO法人いきいき・のびのび健康づくり協会  
mail : info@ikinobi.org TEL:070-8563-7872 (10:00～15:00水土日祝休日)

