

第14期アクアキネシス® インストラクター養成コース

アクアキネシス®の特性

- ・不良姿勢（猫背、反り腰など）の改善
- ・痛みの軽減（医師の運動許可が必要）
- ・加齢による筋力、柔軟性の低下を予防
- ・バランス機能の向上
- ・動作機能の向上
- ・転倒予防、認知機能の向上
- ・中高年世代のロコモティブシンドロームの予防
- ・仕事のストレスからくる不定愁訴の改善 など

会場

田園都市カルチャー&健康スポーツセンター
〒216-0033 神奈川県川崎市宮前区宮崎2-3-5
TEL:044-854-3771

2025年5月3日（土） 9:30～16:30

別途、事前動作練習の日程があります。
詳しくは、ホームページをご覧ください。

無料説明会

受講システムの確認や疑問点の解消にお役立てください。

- 3月12日（水） 21:00～22:00
- 3月29日（土） 21:00～22:00
- 4月 5日（土） 21:00～22:00

受講料

事前学習動画、事前動作練習代込み

非登録員 : 55,000円（税込）

協会登録員 : 52,800円（税込）

再受講 : 22,000円（税込）

※再受講の方で事前動作練習希望の方は、別途11,000円（税込）

講師

リアルに受講するからこそ！担当講師と直接、会話ができる！受講者同士のコミュニケーションがとれる！
疑問点もすぐに聞けて、すぐに解決できる！自分自身の動作（お手本となる動き）のコツがリアルに習得できる！
自分自身のグループレッスンの「指導方法の見直し」「指導力を上げる！」ことができる！
年に1度の養成コースです。お申し込みを心からお待ちしています。



梅本 道代
当協会企画事業部チーフ
アクアキネシス®
プロジェクトスタッフ



茂木 伸江
当協会講師
アクアキネシス®
プロジェクトスタッフ

Skillup Information

同日開催！水中機能改善体操のレッスン活用法

【第1部】 17:00～18:00

水中機能改善体操で
コミュニケーションを高めよう！

【第2部】 18:00～19:00

水中機能改善体操を活用した「歩き続けられる体づくり」

【受講料】

アクアキネシス®認定者：各講座：3,300円（税込）
非登録員・登録員：各講座：4,400円（税込）

詳細・お申込みはこちら

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（水土日祝休日 10:00～15:00）

