

人生100年時代

スポーツ庁後援



伝える

つながる

元気になる



スローエアロビック指導員 養成講習会

主催：茨城県エアロビック連盟
共催：取手市社会福祉協議会

スローエアロビックは音楽に合わせて行う 「シンプル」「スマイル」「ソフト」の軽運動です。

中高年層にもおすすめの、体にやさしい軽運動です。
年齢にかかわらず、運動が好きで健康な方は、ぜひ資格を取得して、多くの仲間に元気を届けてください。
〔スローエアロビック指導員〕は、公益社団法人日本エアロビック連盟が行う資格認定です

日本エアロビック連盟の支援金制度により、スローエアロビックの新規教室や体験会が
支援対象となる場合があります。
資格取得後に開催を希望される場合は、本県連盟までご相談ください。



日時・場所

2024年
9月20日(金)
受付開始 12:30~
13:00~17:00(予定)
福祉交流センター多目的ホール
(取手市役所敷地内)

申込先

取手市総合ボランティア支援センターまで
氏名、住所、電話番号、年齢、受講理由を
明記の上、郵送またはFAXで
郵送：〒302-0021 取手市寺田5144-3
FAX：0297-73-7179
締切：8月20日(火) 必着
問合せ先：取手市総合ボランティア
支援センター0297-74-9110

1.目的

スローエアロビックの普及推進を図る指導者の養成を目的とする講習会で、指導上必要な知識と技能の習得を目指します。
試験の合格者は「JAF認定スローエアロビック指導員」として活動ができます。

2.主催・共催・後援等

主 催：茨城県エアロビック連盟
共 催：取手市社会福祉協議会
後 援：公益社団法人日本エアロビック連盟
スポーツ庁
特別協賛：スズキ株式会社

3.参加対象

- 1.地域でスローエアロビックを指導してくださる方
- 2.運動指導に興味のある方
- 3.18歳以上の方で原則として取手市にお住まいの方

4.募集人数

20名程度 応募多数の場合は抽選

5.内容

- ①スローエアロビックの特徴と理解（講義）
- ②スローエアロビックの基本の動き（実技）
- ③スローエアロビック指導練習（実技）
- ④まとめ（試験）

6.お申込み方法

本チラシ表面を参照

7.受講料

金額：無料

8.資格認定の手続き

資格合格者は、次の手続きにより「JAF認定スローエアロビック指導員」として認定されます。

①JAF webサイトマイページへの登録

②諸費の支払い

- ・認定料 5,280円
- ・登録料 （免除）
- ・個人賛助会員年会費 6,000円

※個人賛助会員年会費は4月登録の場合6,000円
10月登録の場合3,000円

※既存の有資格者は上記の手続き①②の必要はありません。

9.その他

- ・実技では、動きやすい服装で参加願います。
- ・室内シューズ、タオル、ヨガマット又は、バスタオル（通常下足で入る会場での実施となる為）、ドリンク（水分補給）をご用意ください。
- ・当日のケガについては応急処置をしますが、その後の責任は負いかねます。
- ・受講者の肖像権は主催者に帰属します。
- ・荷物の盗難、紛失についての責任は負いかねます。
- ・定員に達しない場合は開催しない場合があります。

申込書

フリガナ		JAFマイページ登録 (日本エアロビック連盟)		あり ・ なし	
氏名		年齢	歳	性別	男 ・ 女
ご住所	〒				
TEL (携帯)		メール アドレス			