

# 一般社団法人日本セルフケアコンディショニング協会 講習 & 準指導員検定

2013年9月15日

『足底・ヒザ股関節ケア 講習』 in 千葉幕張

触覚&ディスクを使用したセルフケアコンディショニングの体得

9月16日

『足底・ヒザ股関節ケア』指導法習得 & 準指導員検定

会 場：千葉幕張『ヒザケアハウス幕張 Bay』  
261-0013 千葉市美浜区打瀬 2 丁目  
羽田・成田空港よりリムジンバス 50 分「海浜幕張駅」下車  
JR 京葉線・東京駅より快速 30 分「海浜幕張駅」下車・徒歩 15 分  
(または幕張ベイタウン・マリニルート循環バス・タクシー有り)  
\*お申込みの際、会場詳細をお知らせ致します。

主 催：一般社団法人日本セルフケアコンディショニング協会  
協 力：健康体カづくり事業財団/日本 G ボール協会/ギムニク



## [内 容]

1 日目;11:00~18:00

足底・ヒザ股関節ケア触覚&ディスク

1 日目は、指導者を目指す方、一般アスリート、セルフケアをより極めていきたい方、触覚小ボール・ディスクの含めたセルフケアを正確に習得していきます。手軽に持ち歩ける手のひらサイズ大の触覚ボールで、デイリーケアの習慣を身につけていきましょう。シンプルなのに、驚くほど楽になるノウハウを再確認します。

[受講料] 21,000 円(触覚小ボール 2 個付)・準指導員割 18,900 円

2 日目;10:00~17:00(最長 17:30)

『足底ケア&脚軸コンディショニング』準指導員講習 & 検定

2 日目は、触覚ボールを中心にヒザ・股関節のセルフケアとケアコンディショニング指導のテクニックと裏付けを確認しながらドリルワークをくり返していきます。

[受検料]10,500 円 / 再受検割(更新・向学)8,400 円

[検定受検資格]

- 1 日目の内容を習得されていて、当会会員資格登録、更新されていること(必須)
- セルフケア 2 級・1 級(旧・普及員)・準指導員・普及 AD 登録者
- 自身が触覚ボールケアを日々実践していること

[お申込・問合せ] E-mail: [selconinfo@hizaita.com](mailto:selconinfo@hizaita.com)

---

---

---