INWA＆JNFA 公認　NW アクティビティリーダー(AL)養成講座　2020 年 3 月 7 日　大阪市　北区

（INWA=国際ノルディックウォーキング連盟　JNFA＝NPO 法人　日本ノルディックフィットネス協会）

◆ 日　時 ： **2020年3月7日(土)**　　9:10～17:00（受付 9:00～）

◆ 会　場 ： 大阪体育大学アネックス　大阪市北区天満 3 丁目 10-16　　http://www.ouhs.jp/sessenkai/annex/

◆ 主　催 ：　一般社団法人　関西ノルディックウォーキング協会（KNWA）

◆ 講　師 ：　JNFA公認マスターインストラクター　岡本　猛（健康運動指導士）

◆ 定　員 ：　**20名**　※先着順 10 名に満たない場合、開講できない場合がございますのでご了承ください。

◆ 申込締切 ：　**2020年2月24日**　（月）定員になり次第募集を終了致します。

◆ 受講基準 ：

ノルディックウォーキングの講習会や体験会イベントへの参加、日常的なノルディックウォーキングの実施などノルディックウォーキングの経験がある方。活発なノルディックウォーカーで講習中のトレーニングを十分にこなせる心身ともに健全な方、かつノルディックウォーキングの楽しさを広く紹介することや、ポールを使用したウォーミングアップ・クーリングダウンなどの学習に意欲のある方が対象となります。

◆ 受講料 ：　**10，500円**（ポールレンタル必要な方はプラス700円）

※合格の場合　別途認定料3，000円　（すべて消費税　別途必要）

◆ 持ち物 ：　ポール、筆記用具、運動しやすい服装、靴、帽子、水分　※昼食は各自ご持参ください。

※雨天の場合でも屋外で実技を行うことがありますのでお着替えをご準備ください。

◆ その他 ：　取材による撮影などがある場合もございます。予めご了承下さい。
記録目的で撮影した写真について、団体紹介や事業紹介などの目的で募集案内やノルディックウォーキング協会関係の HP などに掲載する場合がありますのでご了解下さい。

★ 合格後、ALとして活動するにはJNFAへの入会が必須です。

※ JNFAの入会につきましては JNFA 事務局（TEL　022-277-8477）までお問い合わせ下さい

◆お申込、お問い合わせ、受講料振込について

下記申込み内容をご記入の上、KNWA 事務局へ Email か FAX にてお申込みください。
受付後、KNWA事務局より受講料のお振り込み先を **5 日以内**にメールにてお知らせ致します。
連絡のない場合はお申込みができていない可能性があります。以下担当講師　岡本までお電話ください。

お申込みは Email : knwa.school@gmail.com　　■申込み専用 FAX ： **06-7632-3308**

お問い合わせは上記メールか　担当講師　岡本（090－1074－7853）まで

－－－－－－－－－－－－－－－－－－－－－－－ 申し込み －－－－－－－－－－－－ －－－－－－－－－－－－－－－

INWA＆JNFA 公認 NW アクティビティリーダー　養成講座　大阪市　北区

（ふりがな）　　TEL：

氏　名：　　男　・　女　　TEL（携帯）

FAX：

住所（建物名、部屋番号までご記入下さい）　　生年月日(西暦)：

〒

※Email：　　職業：

ノルディックウォーキング歴：　　レンタルポール：　必要　・　不必要

※お申込受付のご連絡は E-mail のみでいたします。確実にご連絡のつくご連絡先をお書きください。

(一社)関西ノルディックウォーキング協会養成講座事務局　サポートショップ㈱クロス

〒543-0015 大阪市天王寺区真田山町5－41　FAX：06-7632-3308　Email：knwa.school@gmail.com

◆ スケジュール

午前の部	
9:00	受付（会議室入口付近）
9:10	講義：1-4：INWAとJNFA、ノルディックウォーキングの定義、歴史、公認コース
9:40	講義 5：ノルディックウォーキングの用具
10:10	休憩
10:20	講義 6：ノルディックウォーキングの基本テクニック
11:00	講義7：ノルディックウォーキングと安全
11:30	講義：ウォーミングアップとクーリングダウン
12:00	昼食

午後の部	
12::50	実技：ウォーミングアップ 実技テクニック＋2kmNW クーリングダウン
14:40	**実技試験 1：テクニックのビデオ撮影**
15:00	**実技試験 2：ウォーミングアップとクーリングダウン**
15:40	休憩
15:50	講義：テクニックのチェック・評価
16:20	講義：講義のまとめ
16:30	**筆記試験**
16:50	事務連絡・その他
17:00	アクティビティリーダー　養成講座　終了

※　一部カリクラムが変更する場合があります。個人活動の宣伝・講習会内容のビデオ・カメラ撮影はお断りします。

◆ 大阪体育大学アネックスへのご案内◆

当日緊急連絡先　岡本(オカモト）090－1074－7853

◆ 車でお越しの場合は有料駐車場をご利用下さい。周辺に多数あります。

◆ 大阪体育大学アネックス　大阪市北区天満 3 丁目 10-16

URL　https://www.ouhs.jp/sessenkai/annex/　（周辺の地図など、こちらのサイトをご確認ください）

◆ 会場への直接のお問い合わせはご遠慮ください。