

INWA&JNFA 公認 NW ベーシックインストラクター(BI)養成講座 2020年11月7日・8日 大阪府

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11月7日(土) 午前9時00分～午後0時10分頃まで **オンラインによる講義です**
11月8日(日) 午後1時00分～午後5時10分頃まで **対面による実技講習及び、試験です**
- ◆場所: 11月8日(日)の対面による実技講義、実技試験及び、筆記試験にあつては、万博記念公園で実施します。
〒565-0826 大阪府吹田市千里万博公園1-1

<https://www.expo70-park.jp/guide/access/>

- ◆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: INWA&JNFA 公認ナショナルトレーナー 藤田和樹(大阪大学准教授)
- ◆定員: 20名 ※5名に満たない場合、開講できないこともございますこと了解ください。
- ◆**申込締切: 2020年11月4日(水) ※レポート提出期限** 定員になり次第募集を終了いたします。
- ◆受講基準:

アクティビティリーダー(AL)資格を取得してから3ヶ月以上が経過し、活発にノルディックウォーキングを行っている方、または一定水準ALとしての活動実績があること。アクティビティリーダー(AL)に比べ、実技技能・指導能力がより求められます。**※健康であること(病気、けがの治療中でないこと)。**

申込時には別紙「AL活動レポート」も併せて提出してください。

受講にあたり JNFA 会員登録(または JNFA 団体正会員に所属していること)が必要です。

- ◆受講料: 税込22,000円 / 認定料税込11,000円(合格後のお振込みとなります)
- ◆持ち物: ポール(レンタルはございません)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。
***雨天の場合も屋外での実技を行いますので、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、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、募集要項やノルディックフィットネススポーツ関係のHPなどに掲載する場合がありますのでご了解下さい。
- ◆申込方法:
下記申込事項の内容をご記入の上「AL活動レポート」と一緒に養成講座事務局へEmailもしくはFAXでお申し込みください(活動レポート様式に沿って活動実績を記入してください)。

※担当講師による「AL活動レポート」の確認後、受講可の場合、事務局より受講料お振込み先をご連絡致します。

お申し込み問い合わせ Email: knwa.school@gmail.com ■申込み専用 FAX: 06-7632-3308

(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(株)クロス)

〒543-0015 大阪府大阪市天王寺区真田山町5番41号

----- 申し込み -----

INWA & JNFA 公認 NW ベーシックインストラクター養成講座 大阪府 2020年11月7・8日

JNFA 会員番号: _____ 生年月日(西暦): _____
(ふりがな) _____ TEL: _____
氏名: _____ 男・女 _____ FAX: _____ ※
住所(建物名、部屋番号までご記入下さい) _____ TEL(携帯) _____
〒 _____

Email: _____ ※ 職業: _____

AL 取得時期: _____ 年 月 日 (AL 受講年月日)

※お申込受付確認のご連絡は基本的に E-mail 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。
また、オンラインによる講義についても E-mail で案内します。マイク・カメラ搭載の PC 又はタブレットで使用できるアドレスをご指定ください。

スケジュール

11月7日(土) オンラインの部		11月8日(日) 対面講義・試験の部	
9:00	受講者確認	12:30	受付
9:05	OT	12:35	実技:ウォーミングアップ テクニック(ステップ 1-10)+2kmNW クーリングダウン
9:10	講義:ノルディックウォーキングについて 現代社会と健康・運動	13:30	実技試験 1:テクニックのビデオ撮影
9:50	講義:ノルディックウォーキングの運動生理学 運動処方の実際(含ハートレートモニター使用法)	14:30	実技試験 2:NW 指導(グループワーク) 10 ステッププログラム指導実践
10:40	休憩	15:30	休憩
10:50	講義:ノルディックウォーキングにおけるリスク管理	15:40	講義:テクニックのチェック・評価
11:25	講義:INWA の 10 ステッププログラム	16:10	筆記試験
11:55	講義:コミュニケーションスキル	16:30	事務連絡・その他
12:10	昼食休憩	16:40	ベーシックインストラクター 養成講座 終了
※ 一部カリキュラムが変更する場合があります。講習会内容のビデオ・カメラ撮影はお断りします。			

(注1) オンラインの Zoom ミーティングの URL は講座当日までにメールによりお知らせします。

カメラ・マイクが内蔵の PC、タブレット又は、PC に接続可能なカメラ・マイクの用意をお願いします。

(様式) AL 活動レポート

年 月 日

フリガナ		性別： 男 ・ 女 年齢：
氏名		
AL 取得時期	JNFA 会員番号： 西暦 年 月 (AL 講座受講時期) 講座主催団体 ()	
日常的な NW の 実施状況	(記入例) NW サークルに 2 回/月で参加。職場への通勤に NW を使用。2 回/週程度知人とノルディック ウォーキング。など	
AL としての活動 実績 ※特にインストラクタ ーの指揮下でのサポー ト経験がある場合は、 その内容を詳細に記載 してください。	(記入例) ○○イベントへ AL としてサポート。サークルに来るはじめての方への対応係。NW グルー プを引き連れてガイド役として活動。AL として関連機関に NW 紹介。など	

フリガナ	ノルデ イクオ	性別：男 ・ 女
氏名	乗出 郁夫	
AL 取得時期	JNFA 会員番号：12345 西暦 2000 年 6 月 (AL 講座受講時期) 講座主催団体 (関西ノルディックウォーキング協会)	
日常的な NW の 実施状況	(記入例) NW サークルに 2 回/月で参加。職場への通勤に NW を使用。2 回/週程度知人とノルディック ウォーキング。など 定期的に自信の NW テクニック確認のためにビデオでチェックを行っている。 毎週末に自宅周辺を家族と 1 時間程度 NW している。	
AL としての活動 実績 ※特にインストラクタ ーの指揮下でのサポー ト経験がある場合は、 その内容を詳細に記載 してください。	(記入例) ○○イベントへ AL としてサポート。サークルに来るはじめての方への対応係。NW グルー プを引き連れてガイド役として活動。AL として関連機関に NW 紹介。など NW サークル○○に毎月 1 回参加。インストラクターのウォーミングアップ、 クールダウンのサポートを行っている。 同サークルの受付をフォローしている。	