

# 泳ぎの骨（コツ）シリーズ

## 意識改革！平泳ぎのキック！

平泳ぎは、膝・腰に悪いの？股関節・膝・足首を連動させて、指先から体幹までを《連動》させます。

《機能水泳》は、人間が本来持っている機能を取り戻し、痛みなく泳げるだけでなく、タイムアップにも繋がります。

### 【開催日】

平成28年4月24日（日） 9：30～12：30

### 【会場】

東遠カルチャーパーク総合体育館さんりーな 静岡県掛川市大池2250 Tel.0537-22-5553

### 【主催】

NPO 法人掛川市体育協会、掛川総合スポーツクラブ

### 【料金】

一般 4,000円（税込）  
掛スポ登録指導者・掛スポ会員 3,000円（税込）



### 【対象】

プールで運動指導を行う指導者・インストラクター、水泳愛好者、マスターズスイマー

### 【定員】

25名（最少催行人数15名に達しない場合には講習がキャンセルとなることがあります。）

### 【持ち物】

水着、スイミングキャップ、タオル、筆記用具

### 【講師】

Naoko Nakano

#### ■プロフィール

ACSM/EC-P(アメリカスポーツ医学会・生理学士)・健康運動指導士・NLP マスタープラクティショナー

#### ■パーソナリティー

《AQUA クッキング Good!》目の前のお客様の役に立つ水の調理法を使って、リウマチ患者様からアスリートまで、《みず薬》を使ったトレーニングを行う。また、スイミングスクールの社員研修や透析患者様の運動など、医療に近づいた運動処方も機能の裏付けに基づいた手法で提供している。

※2015 アクアセラピーシンポジウム国内総会 プレゼンター



### 【申し込み期間】

平成28年2月10日（水）～4月10日（日）（定員になり次第受付終了）

### 【申し込み方法】

受講料を添えて、窓口へ直接お申し込みください。（電話での申込み可）

申込窓口：さんりーな掛スポ窓口 ※受講料の返金は出来ません。ただし、こちらの都合で講習が開催できない場合は全額返金となります。

### 機能水泳セミナー参加申込書

申込日： 月 日

フリガナ 氏名		性別	男性 女性
生年月日	西暦 年 月 日 ( 歳)	連絡先	( )
住所	〒 -		
メールアドレス	料金区分	一般	掛スポ指導者・会員
受講料	円		