

ソーシャルフィットネス教育サービスは、以下の4つの研修に分類されます。☞全コースオンライン受講可

- 【1】ソーシャルフィットネスコーチ認定(5時間研修)【健康コミュニティづくり資格】
- 【2】ブラッシュアップ研修(90分～研修シリーズ4コース)【修了証コース】
- 【3】ポール&ノルディックスローウォーキングWコーチ認定
- 【4】ポストコロナ時代を見据えたキャリアアップを個別に支援する認証制度【2way】詳しくは協会まで



【2】ブラッシュアップ研修(90分～研修シリーズ5コース 全コース共修了証を発行)

■1コース参加費用(税別): ソーシャルフィットネスコーチ 5,500円 / 一般 7,700円(税込)
担当講師は、専任講師・協会アドバイザー講師が担当します。

① ソーシャルフィットネスリーダー研修(SFL)



ソーシャルフィットネスコーチの皆様は、一般のアクティブシニアや生徒を対象に、リーダー養成講座を提供し、コーチ名で修了証を発行することができます。コーチの強力なサポーターとなって頂くリーダー養成の実際やポイントを解説します。(専用ノートブック付 ホームスタディ[通信教育]としても利用頂けます。)

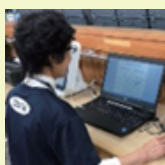
② 健康経営&職域指導スタートアップ3hr研修(Start up)



健康経営や職域での健康づくりが積極的に行われる背景や職域指導者として押さえておきたい知識を習得できます。

【内容】健康経営の考え方 / 健康経営の取り組み/健康経営を評価する仕組み/職域指導者に求められること/職域指導者の企業マナー ※各種割引制度あり

③ 中之条研究に基づくウォーキング指導とN-system導入ハンズオン研修(N-system)



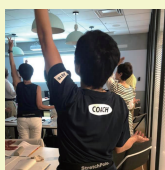
病予防の目安ラインの読み解き方とケーススタディ学習。ウォーキングステーションの開設にむけてN-systemの導入と効果的な介入法も伝授します。コーチ特典として付与されているシステム無料利用のスタートアップもサポートします。

スマホ対応版



Debut!

④ 3種の神器ハンズオン + 性格タイプ別行動変容&コーチング研修(4 Type Coaching)



ウォーキング&筋肉貯金運動教室の標準化、リーダーによる教室の自走化、特に三種の神器キッカケ棒&バンドを活用したコンディショニング法、スクワットチャレンジ&検定導入法をハンズオン解説します。さらに、運動指導における性格タイプを、4つに分けて効果的なアプローチ法を習得することで指導の幅がグン!と広がります。また、行動変容につなげるための伝え方(説明力)が飛躍的に向上します。リーダーがこの対人スキル、コミュニケーション法の枠組みを知っているのと知らないのでは、健康コミュニティ形成に大きな差が生まれることでしょう。

【3】ポール&ノルディックスロー®ウォーキング指導員認定(Wコーチ)研修

業界初!

【対面5hrまたはオンライン3分割研修にて提供】

NEW!



マインドフルネスの切り札であるノルディックスローウォーキングや足腰に不安がある方でも転倒を回避して正しい歩行を再生するポールウォーキングの基礎理論と応用実践をセットで習得できる画期的な研修会です(専用ノートブック付 ポールレンタルあり)。

指定カリキュラム消化と筆記・実技試験により、「ポールウォーキング指導員」と「ノルディックスローウォーキング指導員」のWコーチ資格を取得できます。

※各種割引制度(アクティブシニア割/リーダー割)があります。

参加費 22,000円(税込)
(65歳以上、ポール&ノルディックスウォーキング指導者、SFコーチは特別助成【5,000円割引】あり)

