

INWA&JNFA 公認 アドバンスインストラクター更新講座 2018.08.19 愛知県名古屋市

(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 : 2018年8月19日(日) 9:20 ~ 16:30 (受付 9:00~)
- ◆ 会場 : 庄内緑地グリーンプラザ 講義室  
〒452-0818 名古屋市西区山田町大字上小田井字敷地 3527
- ◆ 主催 : NPO 法人 日本ノルディックフィットネス協会(JNFA)
- ◆ 講師 : INWA 公認ナショナルトレーナー 富岡 徹
- ◆ 定員 : 20名
- ◆ 申込締切 : 2018年8月3日(金)
- ◆ 受講対象 : 有効期限が2019年2月20日までのアドバンスインストラクターの方  
※有効期限が2019年2月20日以降の方も受講いただけます。
- ◆ 受講料・更新料 : 27,000円(税込) <受講料 16,200円・更新料 10,800円>  
※AL、BIテキスト(2016年9月以降のもの)をお持ちの方は受講料からテキスト代を差引かせて頂きますので、その旨をお伝えください。
- ◆ 持ち物 : 筆記用具、NW ポール、運動し易い服装、靴、帽子、水分、昼食、「AI更新講座・事前課題」  
※AL、BIテキスト(2016年9月以降のもの)をお持ちの方はご持参ください。  
※雨天の場合も屋外で実技を行いますので、雨具・着替えをご準備ください。
- ◆ その他 :  
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。  
講習会内容のビデオ・カメラ撮影はお断りします。
- ◆ 申込方法:
  - ① JNFAウェブサイト[オンライン申込み]、または下記申込事項をご記入の上、FAX、Emailまたは郵送でお申し込みください。 ※「AI更新講座・事前課題」は、受講日当日、受付で講師へご提出ください。
  - ② 申込受付後、受講料・更新料の振込先をお知らせいたします。
  - ③ 受講料のお振込み確認後、受講票を送付致しますので、そちらをご持参の上ご来場ください。

FAX: 022-341-1435 Email: [office@jnfa.jp](mailto:office@jnfa.jp) URL: <http://jnfa.jp>

----- 申し込み -----

INWA&JNFA 公認 アドバンスインストラクター更新講座 愛知県名古屋市 2018/8/19(日)

JNFA 会員番号: \_\_\_\_\_

(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)

〒

Email: \_\_\_\_\_ ※

AI 取得日: \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日 (AI 受講日)

※お申込受付のご連絡は FAX、または 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。

◆講座スケジュール(講習会内容のビデオ・カメラ撮影はお断りします)

時間		タイトル	内容
9:20	講義	-INWA 10ステッププログラム™ -UKKウォークテストの活用 -NWと安全 (リスク管理) -NWのエビデンスに関する最新情報	・今後の実践的な指導方法の確認 ・UKKウォークテストの実施状況確認 ・指導者として実践の場で必要とされる知識とスキルの確認
12:00		昼食・休憩	
13:00	実技	10ステップ指導法確認™ NWテクニクトレーニング	・指導方法の確認 ・NWテクニクの改善 ・体力向上
14:20	実技	テクニックビデオ撮影	
14:40	実技	様々なトレーニング方法	
15:00	講義	テクニック(ビデオ)のチェック・評価	
15:40		情報交換・交流会	日頃の活動や疑問などについて参加者全員で情報交換を行いながら、交流を深める。
16:20		認定証等の交付 事務連絡	

◆会場 : 庄内緑地グリーンプラザ

◆所在地 : 〒452-0818 名古屋市西区山田町大字上小田井字敷地 3527

◆アクセス方法 :



■地下鉄でお越しの方

地下鉄鶴舞線「庄内緑地公園」下車、  
2番出口すぐ南

■市バスでお越しの方

・[栄方面から]

栄 11 系統「如意車庫前」「平田住宅」行き  
「庄内橋」下車、西へ 150m

・[名古屋駅方面から]

名駅 12 系統「如意車庫前」行き  
「庄内橋」下車、西へ 150m

## AI 更新講座 事前課題

※この課題は当日講座会場で提出してください。

氏名： \_\_\_\_\_ JNFA 会員番号： \_\_\_\_\_ AI 取得時期： \_\_\_\_\_ 年 月

1. あなたの AI としての NW の実践状況について

1) NW 活動母体（またはご職業） \_\_\_\_\_

2) NW 指導時の平均参加者数・対象者層および JNFA 有資格者スタッフ数

【対象者層（下記の選択肢より複数回答可）】

<年齢層>： (ア)小学生 (イ) 中高校生 (ウ)大学生  
(エ)20~30 歳代 (オ)40~50 歳代 (カ)60~74 歳 (キ)75 歳以上

<目的層>： ①スポーツ選手 ②一般人（体力向上）③一般人（疾病予防）④一般人（楽しみ）・  
⑤障害者 ⑥有疾患（高血圧・糖尿病など）⑦介護サービス利用者・  
⑧リハビリテーション

活動名称 (団体名)	実施期間	実施 頻度	参加者			JNFA 有資格者スタッフ人数				
			人数	年齢層	目的層	AL	BI	AI	MI	NC
(例) ○○町NW サークル	21 年 4 月 ～継続 ____ 年 ____ 月	週 1 回	12	オ、カ	② ③ ④ ⑥	2	1	0	0	0
	____ 年 ____ 月 ～ ____ 年 ____ 月									
	____ 年 ____ 月 ～ ____ 年 ____ 月									

2. ご自身のトレーニングとしての NW の実施状況について

1) NW 実施頻度 \_\_\_\_\_ 回/週

2) NW 平均歩行時間・距離（ご自身のトレーニングとして） \_\_\_\_\_ 時間 \_\_\_\_\_ Km

3. UKK ウォークテストの実施状況について（実施していない方は設問 5）へ →

1) AI 取得からこれまでに実施した回数と人数 \_\_\_\_\_ 回 \_\_\_\_\_ 人

2) UKK ウォークテストの対象者（受けた方）【○で囲んでください】

<年齢層>： (ア)小学生 (イ) 中高校生 (ウ)大学生  
(エ)20~30 歳代 (オ)40~50 歳代 (カ)60~74 歳 (キ)75 歳以上

3) UKK ウォークテストを実施した理由・目的

4) UKK ウォークテストを実践しての感想・課題など

5) UKK ウォークテストを実践していない方は、その理由

4. NW 指導者として活動する中で困っていることや知りたいことなどをお書きください。