



# AI・BIのための 「新テキスト研修会」受講者募集！

JNFA 新テキストで  
新 10step を  
マスターしよう！

2010年にAL、BIテキストを作成してから6年が経過し、この間に国内外における運動・身体活動を取り巻く状況に大きな変化が見られました。ノルディックウォーキングのテクニク指導においてもINWAの10ステッププログラムが改定され、これらの情報を反映した新しいテキストの作成が求められておりました。教育部では、昨年度から1年以上にわたり、AL、BIのテキストの改訂作業を進めておりましたが、2017年9月ようやく完成に至りました。新テキストを用いた研修会の内容は以下の通りです。

教育部 藤田 和樹

**AL テキスト**：NWの定義、NWの歴史、ノルディックフィットネスと公認コース、NWの用具（ポールの用途、素材の相違点など）、NWのテクニク（INWA新10ステッププログラムの概要、運動強度の区分方法など）など。

**BI テキスト**：現代社会と運動（運動・身体活動のガイドラインの改訂、NWの効果）、運動処方の実例、INWA新10ステッププログラム（各ステップの目的、指導方法、指導ポイント、よくある間違い、修正ドリル）など。

## 新テキスト研修会 概要

■対象：アドバンスインストラクター（AI）、ベーシックインストラクター（BI）\*希望される方のみです。

■定員：各講座40名（最少催行人数10名）

■参加費：  
 ・AL、BIの新テキスト（2016年9月以降発行）をお持ちでない場合 8,640円（AL・BIテキスト代込、保険、税込）  
 ・BI新テキスト（2016年9月以降発行）をお持ちの場合 5,400円（ALテキスト代込、保険、税込）  
 ・AL・BIの新テキスト（2016年9月以降発行）をお持ちの場合 3,240円（保険、税込）  
 \*講座を受講され新テキストをお持ちの方は、テキスト代をのぞいた金額になります。

■持ち物：受講票・筆記用具・NWポール・室内用運動靴・新テキストをお持ちの方はご持参ください。

■内容：AL・BIの新テキストをもとにした3時間の講座です。

■日程：開催日時、会場が調整中のところは、決定次第、随時JNFAホームページにて更新します。

\*時間は講座の時間です。前後に多少の余裕をもってご参加ください。

開催日	申込締切日	時間	場所	会場	講師
11月25日(土)	11/7(金)	9:00~12:00	福島県	あづま総合運動公園 野球場会議室	齋藤 昌宏
12月10日(日)	12/1(金)	13:00~16:00	東京都(代々木)	国立オリンピック総合センター	依田 武雄
調整中	調整中	調整中	新潟県	調整中	服部 正秋
調整中	調整中	調整中	京都府	調整中	富岡 徹
調整中	調整中	調整中	鹿児島県	調整中	調整中
調整中	調整中	調整中	沖縄県	調整中	調整中

- 注意
- この研修会は単位付き講座ではありません。
  - アクティビティーリーダーはこの研修会は受講できませんが、別途「ALのための新テキスト研修会」を計画しています。
  - アクティビティーリーダーの方は、更新時に新ALテキストをお求めいただけます。
  - 新テキスト（ALテキスト、BIテキスト）のみの販売はできません。

## NPO 法人 日本ノルディックフィットネス協会

〒981-0962 仙台市青葉区水の森3丁目24番1号 仙台フィンランド健康福祉センター事業創成国際館  
 Tel:022-277-8477 Fax:022-341-1435 Mail:office@jnfa.jp URL:http://jnfa.jp

