

コーディネーショントレーニング セミナー案内

- 日時 2025年6月20日 17:00-19:00 (2時間)
- 会場 FLEXIBLEMOVEMENT 大阪市住吉区沢之町2-6-28 2号
- 参加費 4,000円 (現地支払い)
- 単位 NSCA:0.2CEU (A)

○セミナー内容

近年、運動指導・教育・リハビリテーションなど、あらゆる身体活動の現場で注目されているのが「コーディネーション能力」です。

コーディネーション能力とは、身体を状況に応じて的確に動かすための神経系の調整力であり、スポーツパフォーマンスの向上だけでなく、成長期の子どもや高齢者の転倒予防、日常生活動作の質の改善など、幅広い年齢層・対象者にとって極めて重要な基礎的能力です。

また、実技を通して、実際に体験・理解していただくことで、明日からの指導・支援現場にすぐ活かせる実践力を高めていただける内容となっております。

- 講師 藤田賀史 CSCS, CPT

○申し込み

tel: 080-1421-7600

mail: kettlebellelite@icloud.com



**FLEXIBLE
MOVEMENT**