

## 運動実技実習を受講される方へ

- ◇ 各実習ごとに定員がございますのでご注意ください。
- ◇ 2日9:00より4階実技実習受付にて整理券をお配りいたします。
- ◇ 3日(日)9:00からのバスキュラーストレッチのみ  
第4会場前にて受付いたしますのでご注意ください。
- ◇ 3日(日)10:00からのCPX実技講習は整理券の配布はございません。  
直接会場へお入りください。(受講証明書は講習終了後に配布)
- ◇ 各自水分補給できるものをご持参ください。
- ◇ 必要な服装等につきましては講習別にご確認下さい。
- ◇ 更衣室は6階にございますのでご利用ください。女子更衣室は  
鍵付きロッカーも完備しておりますが貴重品はご自身で管理いただきますよう  
お願い致します。
- ◇ 単位取得のための受講証明書は各実習終了後にお渡しいたします。

### 実技実習 9月2日(土)

#### 木剣体操

9月2日(土) 10:30~12:00 (90分)  
講師 木剣体操実践者 居合道教士七段 鈴木 亨  
関西医科大学 岩坂 潤二(剣道四段)

定員: 30名(見学 15名)

服装: 動ける服装、裸足で実施

#### 楽 10体操

9月2日(土) 14:00~14:45 (45分)  
講師 NPO法人あゆみ会 理事長 倉田 智栄子  
公益財団法人枚方市体育協会 森 貴平

定員: 30名(見学 20名)

服装: 動ける服装

#### パーソナルトレーナー養成講座

9月2日(土) 15:00~15:45 (45分)

講師 パーソナルジムどこでもフィット代表 健康運動指導士 小林 素明

定員: 25名(見学 10名)

服装: 運動できる服装

### ゆがみ評価によるコンディショニングストレッチ

9月2日(土) 16:00~16:45 (45分)

講師 ボディメイクスタジオビビット代表 健康運動指導士 齊田優

定員: 46名 (見学 14名)

服装: 動きやすい服装

### 実技実習 9月3日(日)

#### バスキュラーストレッチ

9月3日(日) 9:00~9:45 (45分)

講師 帝塚山学院大学人間科学部食物栄養学科 健康運動指導士 新野 弘美

定員: 40名

服装: 動きやすい服装

#### CPX 実習 & CPX 症例検討会

9月3日(日) 10:00~12:00 (120分)

講師 群馬県立心臓血管病センター 安達 仁

CEPA Japan 代表幹事 黒瀬 聖司

定員: 100名

#### 腰掛タップダンス®実技講習

9月3日(日) 13:40~14:40 (60分)

講師 腰掛タップダンス®チーフインストラクター 鷹 悠貴

定員: 30名 (見学 15名)

服装: 参加者はソックス持参 (かなりの運動量有り)

#### 加圧トレーニング体験講習

9月3日(日) 14:50~15:50 (60分)

講師 加圧トレーニング学会 理事、加圧スペシャルインストラクター 坂田 和房

定員: 40名

服装: 加圧体験希望者は体(腕、脚)にフィットした服装が望ましい