平成29年度　第21回　アクアフィットネスインストラクター資格取得講習会日程表

（平成29年8月13日～16日　　於:サギヌマスイミングクラブ宮前平）

日程 時間	第1日 13日(日)	第2日 14日(月)	第3日 15日(火)	第4日 16日(水)
8:30	集合･受付 開　講　式	集合･受付	集合･受付	集合･受付
9:00 :30	N1　学科 水中運動処方論(1)(2)	N7　学科 水中安全管理法(1)(2)	H1　学科 水中運動の科学(3)(4)	H7　学科 水中ﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑの作成と指導 (5)(6)
10:00 :30	N2　学科　　学科 水中運動の科学(1)(2)	N8　学科 アクアフィットネス概論 水中運動の歴史	H2　学科 水中運動の科学(5) 水中運動処方論(3)	H8　学科 水中運動と施設･運営
11:00 :30	N3　学科　　学科 水中ﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑの作成と指導 (1)(2)	テスト	H3　学科 水中ﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑの作成と指導 (3)(4)	上級 テスト
12:00 :30	昼　食	昼　食	昼　食	昼　食
13:00 :30 14:00	N4　実技 実技指導　対象別指導法 腰痛 乳幼児	N9　実技 実技指導　対象別指導法 ストレッチング ストレングス	H4　実技 実技指導　対象別指導法 妊婦 ﾘﾗｸｾﾞｰｼｮﾝ	H9　実技 実技指導　対象別指導法 肩関節 股関節
:30 15:00 :30	N5　実技 実技指導　対象別指導法 ウォーキング ジョギング	N10　実技 実技指導　対象別指導法 肥満 膝	H5　実技 実技指導　対象別指導法 水中運動と泳法指導 (1)(2)	H10　実技 実技指導　対象別指導法 高齢者 障害者
16:00 :30 17:00	N6　実技 実技指導　対象別指導法 アクアダンス(1) リラックス･バランス		H6　実技 実技指導　対象別指導法 アクアダンス(2) 補助器具使用法	

＊都合により一部時間の変更がある場合がございますのでご承知おき下さい。

＊前級を飛び越えて受講することはできません。