

# 日本ホリスティックコンディショニング協会 共催

## Gボールを活用したパーソナル指導

### 目的別スキルアップ編

08、09年度に開催され、好評だったパーソナルトレーナーのためのGボールセミナー入門編と実技基礎編。今年度は新しいプログラム、『目的別スキルアップ編①②』を開催します。現代人が抱える身体に関する問題は様々。中でも昨今のライフスタイルを起因とする問題を各回2テーマピックアップし、Gボールを効果的に使って改善するアプローチ方法を、実技を通して学びます。大切なのはクライアントに合わせて道具を効果的に使うこと。パーソナルトレーナーとしてのレベルアップを一緒に目指しませんか！  
なお、Gボールを用いたパーソナルセミナーが今回初めての方でも受講いただけます。またグループ指導を目指している方にとっても新たな知識・技術を習得いただけるチャンスです。この機会にぜひご参加ください。



日 時: ①2010年7月31日(土)11:00~16:30(予定)

『転倒予防のための運動プログラム』

『中高齢者に多い姿勢のアンバランス改善プログラム』

②2010年9月25日(土)11:00~16:30(予定)

『筋力低下からくる腰痛を改善するための運動プログラム』

『デスクワークで多く見られる肩こり改善プログラム』

会 場: 日本ホリスティックコンディショニング協会  
(東京都港区芝 3-3-10 芝園オーシャンビル 7F)

講 師: ①7/31(土) 山本 哲二(日本Gボール協会 パーソナル専門クラスセミナーリーダー)  
②9/25(土) 伊藤 純哉(日本Gボール協会 パーソナル専門クラスセミナーリーダー)

定 員: 各30名

受講料: JHCA 会員・日本Gボール協会会員 10,500円 非会員:15,750円

取得ポイント: 日本Gボール協会 パーソナル専門クラス 3ポイント  
NSCA ジャパン(CEU)・ADI/JAFA AQUA・AFAA JAPAN(継続教育単位申請中)

申込方法: 下記項目をご記入の上、メール([office@g-ball.jp](mailto:office@g-ball.jp))または  
FAX(03-5787-7296)で日本Gボール協会事務局宛にお送りください

タイトル:「〇月〇日 受講希望」 ※日本Gボール協会会員の方は①②③のみで結構です

- ① お名前
- ② 会員番号(いずれかの協会または両方の番号)
- ③ ご住所(受講票送付先)
- ④ 連絡先(連絡のつきやすい TEL)
- ⑤ 生年月日(保険加入のため)
- ⑥ FAX 番号(FAX でお申込みの方のみ)



受付〆切: ①2010年7月25日(日) / ②2010年9月19日(日) ※定員になり次第〆切

主 催: 特定非営利活動法人日本ホリスティックコンディショニング協会  
特定非営利活動法人日本Gボール協会

協 賛: 明治乳業(株)・(株)ギムニク

協 力: (株)プロジェクト オン・NSCA ジャパン・(社)日本フィットネス協会・AFAA JAPAN

#### 《講師紹介》

★山本哲二:7/31 担当



★伊藤 純哉:9/25 担当



#### 《共通プロフィール》

- JHCA 公認ホリスティックコンディショナー
- JHCA 講習会担当講師
- セントラルスポーツPTC 養成講習会担当講師
- 東急スポーツオアシス主催  
パーソナルトレーナー養成講習会担当講師