

“笑顔と元気”のための「子どもフィットネス・キッドビクス」を体験しませんか？ライセンスを取得して未来へのチャンスをつかもう！

# キッドビクス・ライセンス取得講習会

## 3H キンダーキッドビクス®

保育園幼稚園の指導者を目指す方に  
オススメです！

3~6歳を対象にした協会プログラム。子育てにも、指導現場にも役立つ実践的内容ですぐに使え、誰にでも楽しめるアイディア盛り沢山！

### 講習内容

なつかしい童謡・わらべうたに合わせて“歌遊び・手遊び・からだ遊び”をテーマに構成された“誰にでも楽しめる”協会推奨プログラムです。  
昔遊びにフィットネスの要素を取り入れ、遊びを楽しむところからフィットネスを始められます。ご家庭でも指導現場でも直ぐに実践できます。



## 東京

9/17 (土) 12:00-15:00

### 3H キンダーキッドビクス

9/18 (日) 12:00-18:00

### 6H キッドビクス Basic

9/19 (祝月) 12:00-18:00

### 6H Play Fitness

## 6H Play Fitness

遊びから始まるアクティビティ・プレイ & フィットネスエクササイズ

遊びの原点を学び、子ども達の身体だけでなく、心の健康をサポートします。指導の枠がさらに広がります。

### 講習内容

- Welcome IN & OUT
- キッドビクス基礎理論
- プレイフィットネスへようこそ
- からだだけで楽しめる遊びフィットネス
- いろいろな道具を使って楽しむアクティビティ
- からだ+道具+α=遊びフィットネスコラボレーション
- 安全に指導する為のポイント
- プレゼンテーション・スキルアップ練習・発表
- 修了スキルチェック & 修了式



2022年度会員募集中!! ライセンスを取得・維持するためには、一般社団法人日本こどもフィットネス協会の会員であることが義務付けられております



渡辺みぢ  
JKFA代表理事

### 一般社団法人日本こどもフィットネス協会(JKFA)とは？

JKFAは「子ども達の笑顔と元気」をテーマに、子どもフィットネス・キッドビクスの普及をベースとした7つの事業を中心に様々な活動をしております。基幹となる教育事業では「技術は銀、人柄は金」を基本テーマとし、質の高い指導者を育成しております。イベント事業では「子ども達と共に感動し成長できる活動」を通じ、各地域ごとのネットワークを構築しております。

### JKFA 7つの事業

- ①教育（教育制度・ライセンス発行）
- ②全国こどもチャレンジカップ大会
- ③ダンス検定
- ④JKFA公認クラブ登録制度
- ⑤こどもフィット&ダンスフェスティバル新春の会
- ⑥社会貢献事業
- ⑦オリジナル教材・オリジナルアイテム企画開発



一般社団法人  
日本こどもフィットネス協会

〒144-0047 東京都大田区萩中2-1-18 三幸ビル2F TEL:03-3741-7825 FAX:03-3741-7833

<https://kids-fitness.or.jp> [jkfa@kids-fitness.or.jp](mailto:jkfa@kids-fitness.or.jp) ©Japan Kids Fitness Association



## 6H キッドビクス・Basic

### 子どもフィットネス・キッドビクスの基本コース

キッドビクスプログラムの原点である“親子のクラス”にフォーカスして、実線の内容の実技と分かりやすいレクチャーで子どもの心と身体を学びます。

### 講習内容

- Welcome & キッドビクス 基礎理論/IN & OUT
- 子どもの“こころ”と“からだ”基礎知識
- 実践キッドビクスPart1,2 (ウォームアップからクールダウンまで)
- 安全に指導する為のポイント
- 効果的なプログラム構成法
- プログラム発表＆スキルチェック
- Q&A



会員登録はこちら



講習会申込はこちら

### ◆受講費

- [6H] 一般 22,000円 会員 17,600円  
SI・リビーター 15,400円
- [3H] 一般 13,200円  
会員/SI・リビーター 11,800円  
※若年層もSI・リビーター価格となります