

# 40Hキッズインストラクターライセンス取得講習会 63期 スケジュール表

2019/10/21 更新 

※休憩は各日30分程度を予定しております。軽食をお持ち下さい。

会場:FF CLUB 田園調布(東京都大田区田園調布2-38-8 1F)

11/23(土・祝日) 12:00-19:00 «7.0H»	【開講式＆オリエンテーション】 【キッズ概論】 【キッズオープニングレッスン】 ※IN & OUT	【ウォームアップ(基礎)】 ・親子キッズ ・幼児用 ・小学生用 【ドリル#1】	【アライメント】 ・一生のアライメント	【母と子の人間関係論】
11/24(日) 9:30-18:00 «8.5H»	【フィットネス基礎理論】  【特別公開講座】 講座① 13:30-14:20 ファミリーフィットネス 講座② 14:30-15:20 キッズコーディネーション＆キッズコア 講座③ 15:30-16:20 キッズ2020 講座④ 16:30-18:00 【子どもの心と身体を学ぶ】キネオロジー/運動生理学/栄養学 ※IN & OUT		【JKFA公認インストラクター 丸谷治子】 【代表理事 渡辺みどり】 ※40H修了生限定講座(無料・要予約) 【JKFA公認教育ディレクター 加藤真由美】	
11/29(金) 9:30-18:00 «8.5H»	【メインパート】 ・エアロビクス/アクティビティ 【ドリル#2】  ※IN & OUT	【アクティビティ・プレイ＆フィットネス・エクササイズ】 ・筋コンディショニング & ストレッチ 【ドリル#3】  ・キッズサーキット	【クールダウン】 【ドリル#4】  《FFCLUB田園調布レッスン受講》 17:30-18:15 キッズJAM	
11/30(土) 9:30-17:00 «7.5H»	【バリエーションプログラム(応用)】 ・幼児リズムあそび ・子どもヒップホップ ・フィットネスゲーム(昔遊び、鬼ごっこ) ・パラシュート＆バルーン ・フープあそび＆フープダンス ※IN & OUT	【修了検定理論対策】  【実技～キッズビクスオリジナル教材こどもフィット＆ダンスCDより～】	【プログラム構成法】 【インストラクションテクニック】 【ドリル#1～4】  《FFCLUB田園調布レッスン受講》 17:00-17:45	
12/1(日) 9:30-18:00 «8.5H»	【クラス開講セミナー】 ・サークル活動 ・スポーツクラブ ・フィットネススタジオ ・カルチャーセンター ※IN & OUT	・オープンデーを成功させる為に ・チラシ・名刺作成法	【修了検定(筆記・実技)】	【修了式＆パーティー】

\* 上記スケジュールは変更する場合がございます。

一般社団法人日本こどもフィットネス協会／2019