

2020年度キャンサーフィットネス認定インストラクターコース日程表

【2020年度 養成コース 必修科目】

I キャンサーフィットネス®がんサバイバーのための動く体づくり学講座

講師 杉本亮子先生 (一般社団法人キャンサーフィットネス理事)					
日時	曜日	時間	講座名	単位(時間)	講習費
動く体づくり学講座 初級					
4月20日	日	11:30-13:00	解剖学概論	1.5	¥2,000
		13:20-14:50	姿勢の解剖学	1.5	¥2,000
		15:20-16:50	動くからだ作り学実践運動教室	1.5	¥2,000
5月25日	日	10:00-11:30	胴体の解剖学	1.5	¥2,000
		12:00-13:30	呼吸の解剖学	1.5	¥2,000
		14:00-15:30	動くからだ作り学実践運動教室	1.5	¥2,000
6月15日	日	10:00-11:30	肩、腕の解剖学	1.5	¥2,000
		12:00-13:30	脚、足の解剖学	1.5	¥2,000
		14:00-15:30	動くからだ作り学実践運動教室	1.5	¥2,000
動く体づくり学講座 中級					
7月6日	日	10:00-11:30	胴体の動かし方を学び姿勢改善(LMA1)	1.5	¥2,000
		11:50-13:20	腕・脚のリハビリとリンパ浮腫予防(LMA2)	1.5	¥2,000
8月31日	日	13:20-14:50	身体の歪みを知り日常動作を楽にする(BF1)	1.5	¥2,000
		15:10-16:40	体幹を鍛え体力をつけよう(BF2)	1.5	¥2,000
9月14日	日	10:00-11:30	呼吸で力を抜く方法・コア運動で動く体へ(BMC1)	1.5	¥2,000
		11:50-13:20	赤ちゃんのハイハイから瘦れにくい動きを学ぶ(BMC2)	1.5	¥2,000
A 動く体づくり講座 合計単位/合計金額				22.5	¥30,000

II 2020年度10月～2021年4月 キャンサーフィットネス®認定インストラクター養成専科

2020年度4月～10月 がんサバイバーのための動く体づくり学講座を全て修了した方のみ養成専科へ進めます。

講師 杉本亮子先生 (一般社団法人キャンサーフィットネス理事)					
日時	曜日	時間	講座名	単位(時間)	講習費
10月12日	日	10:00-15:00	LMA3,4	4	¥20,000
11月16日	日	10:00-14:40	BF3,4	4	¥20,000
		15:00-17:00	BMC3	2	¥10,000
12月7日	日	10:00-17:30	ヨガ	6	¥30,000
1月11日	日	10:00-17:30	ピラティス	6	¥30,000
1月12日	月	10:00-17:30	エアロビクス	6	¥30,000
B 認定インストラクター養成専科 合計単位/合計金額				28	¥140,000
+					
2月22日	日	10:00-12:30	最終試験① クラスプログラム作成&実演	2	¥10,000
3月21日	土		最終試験② レポート提出(課題あり)	2.5	¥10,000
C 最終試験 合計単位/合計金額				4.5	¥20,000
A 動く体づくり講座 合計単位/合計金額				22.5	¥30,000
B 認定インストラクター養成専科 合計単位/合計金額				28	¥140,000
C 最終試験 合計単位/合計金額				4.5	¥20,000
必須講座 A・B・C合計単位/合計金額				55	¥190,000
+					
D 運動教室・ヘルスケアアカデミー 合計単位				45	
卒業必要単位数 (A・B・C・D合計)				100	

* 運動教室とヘルスケアアカデミーの講座を受講し45単位を取得し、合計100単位とすること。
(運動教室1クラス受講につき1単位 ヘルスケアアカデミー1時間につき1単位とする)

* 遠方の方(対象:関東地域以外)は、特別レポート制度があります
Dの単位として10単位まで申請可能です。
(がん患者のためのイベント、運動教室、セミナーなどに参加し、レポート1通を提出につき、2単位取得可能とする。(レポート提出代:1通につき4000円))

キャンサーフィットネス認定インストラクター卒業式 2021年4月10日(予定)

講習会場: 東京都新宿区新宿3-1-22アデランスADビルB1F会議室
【地下鉄新宿三丁目駅より徒歩2分 丸ノ内線・副都心線・都営新宿線】
* 8月30日のみ金剛院(池袋より1駅、駅前)になります。

主催: 一般社団法人キャンサーフィットネス
106-0032 港区六本木7-21-6 e-mail info@cancerfitness.jp
WEBサイト: <http://cancerfitness.jp>