

公認トレーナー養成講座 スケジュール

<養成講座>

No.	時間	所要	科目	主な内容	講師
1	9:45～10:00	15分	開講挨拶	挨拶、当日のスケジュール説明	内田WLM
2	10:00～12:00	120分	机上講習	組織説明、NWの歴史、デフェンシブ・アグレッシブ基本知識、効果・効能、指導方法	内田WLM
3	12:00～13:00	60分	休憩	昼食	-
4	13:00～15:00	120分	机上講習	NWについてのお話	唐原理事長
5	15:00～16:00	60分	実技講習 別府公園	定例会指導方法、ストレッチ体操・ディフェンシブ・アグレッシブ歩行指導	内田WLM
6	16:00～16:30	30分	終講挨拶	質疑応答、今後のスケジュール、アンケート、解散	内田WLM

以上