



スキンシップを  
科学する

次世代型  
親子体操

## 第24期 220KJ指導者養成コース

『親子体操 × ママケア × 子ども体操』運動指導者

私たち講師陣がしっかりサポート致します。

220KJ 代表理事

横浜労災病院  
新生児内科部長



主任講師  
上田 泰子



発育発達  
医療面講師  
堀口 晴子



常駐講師  
新 玲子

★対象年齢に合わせ、心理・神経発達機序、骨や筋の成長段階を考慮して、子ども達に身に付けて欲しい、運動動作を盛り込んだ内容になっています。

★子育て中のママがホッと力を抜ける場所を提供し、産後の身体の改善・育児動作のリセット・骨盤調整など行っていきます。

★上田泰子が34年構築したプログラム・指導法・マインドをお伝えいたします。

### 各プログラム 全3日間 約21時間

(質疑応答時間等、終了時間過ぎる事もございます。また、遠方からのご参加により遅刻・早退もご相談ください。)

■芽育スタジオ(京浜急行青物横丁駅徒歩8分)9:30~17:30予定

■東京都品川区南品川2-16-2

※在宅受講も可能(応相談)



料金

1プログラム **64,800円** + テキスト代 各3,000円のところ

<動画教材・音源教材含んだ料金>

#### 【内容】

- ・ブロックごとのポイント・目的・裏付け
- ・現場指導の為にリード練習
- ・レジスタンストレーニング
- ・対象月齢の発育・発達
- ・プログラムの指導法
- ・実技指導のポイント
- ・運動生理学の基礎
- ・解剖学の基礎
- ・ストレッチの意義



卒業後は

スポーツクラブ・公共施設・保育園等への派遣のお仕事もご紹介いたします。  
また220KJマインドたっぷりの自主サークルの実施なども開催に向けてサポート致します。  
また、会員限定の現場に役立つ講習会を受講する事が出来ます。

お問合せ・お申込みは、  
メールかお電話にて  
担当・高石まで  
ご連絡ください。

E-mail

:22okj.contact@gmail.com

TEL:090-4827-7446(高石)

※QRコードにアクセス  
いただくと。

22世紀からだ育て塾  
HP内の「お問い合わせ」  
ページが開きます。

