



プログラムおよび講師

目的や参加者人数、ご要望に応じて対応いたします。まずはお気軽にご相談ください。

- 依頼内容に応じ、プログラムを組み、講師陣をチーム編成して派遣します。
- 標準は、講義と実技で 2～3 時間、講師 1 名～数名を派遣いたします。
- 講師は JWA 認定のウォーキング指導資格保有者を派遣します。
- 受講人数や参加者の状況により、受講者側のアシストをお願いする場合がございます。

講義内容

- ウォーキングの基本
- 生活習慣病の予防や改善のためのウォーキング
- 歩き方実技
- 子どもの成長と歩育

など

※よい姿勢、美しい歩き方、靴の履き方、ウォーキング前後のストレッチ、ミニウォークなど、実技指導が必要な場合は、指導が可能な公民館や会議室または体育館やフィールドなど場所の確保をお願いします。

お問い合わせ：NPO 法人千葉県ウォーキング協会 TEL：043-309-5606

担当者：指導部 古宮 誠 : 090-3345-8750