

公認指導員認定講習会 時間割

2020年12月23日現在

於東京・ホテルフクラシア晴海

◇ 期間: 2021年2月6日(土)~7日(日)

● → 1級取得受講生は出席。 ■ → 2級取得受講生は出席。 ☆ → 補講(受講後5年を経過)受講者は出席。

	2月6日(土)		2月7日(日)	
	(2級)	(1級・補講)	(2級)	(1級・補講)
9:00	9:00~ ■ 受付	9:00~ ●☆ 受付	A1・B1 ■●☆	
9:30	A4 ■ スポーツ栄養学 (75分) <<杉浦>>	B5 ●☆ アンチドーピングについて (75分) <<青田>>	(公社)日本ボディビル・フィットネス連盟の目指す方向 (50分) <<藤原>> 9:10~10:00	
10:00	9:20~10:35	9:20~10:35	集合写真撮影 10:05~10:15	
11:00	A9 ■ ウェイトトレーニングの スポーツ選手への適用 (75分) <<有賀>>	B4 ●☆ ウェイトコントロールの理論 (50分) <<石井>>	A8 ■ 救急法【実習】 (75分) <<三浦>>	B3 ●☆ サプリメントについて (50分) <<堂下>>
12:00	10:45~12:00	10:45~11:35	10:25~11:40	10:25~11:15
	昼 食 12:00~12:50	B2 ●☆ 競技運営について (50分) <<角田>>	昼 食 11:40~12:30	B2 ●☆ 審査方法について (50分) <<中尾>>
13:00	A2 ■ トレーニングの生理学 (100分) <<石井>>	11:45~12:35	A6 ■ スポーツ障害と メディカルチェック (75分) <<紙谷>>	試験(10分) B3 ● 12:20~12:30
14:00	12:50~14:30	昼 食 12:35~13:25	12:30~13:45	1級 修了証書授与式
15:00	A7 ■ アンチドーピングについて (75分) <<青田>>	B7 ●☆ トレーニングの プログラミング (50分) <<岡田>>	A5 ■ レジスタンス及び エアロビック トレーニングの理論 (100分) <<石井>>	
16:00	14:40~15:55	14:25~15:15	13:55~15:35	
17:00	A3 ■ 機能解剖学 (50分) <<岡田>>	B8 ●☆ トレーニングの指導法 (50分) <<岡田>>	A10 ■ 健康づくりのための トレーニング (75分) <<石井>>	
	16:05~16:55	B6 ●☆ 新しいトレーニング理論 (50分) <<石井>>	15:45~16:30	
	試験(50分) A2 ■ A3 ■ A4 ■ A7 ■ A9 ■ 17:00~17:50	試験(40分) B4 ● B5 ● B7 ● B8 ● 16:20~16:50	試験(30分) A5 ■ A6 ■ A10 ■ 16:40~17:10	
18:00			2級 修了証書授与式	

※ A1, B1の「(公社)日本ボディビル・フィットネス連盟の目指す方向」は、1級、2級、補講共通科目でレポートの提出となります。

※ 先生の都合により時間割が変更することがありますので、開講前にご確認下さい。