

# ハートフルセッション VoL' 13

今回はコンディショニングに目を向け業界でも有名な厚生労働省より健康大使に任命された中尾和子先生をお迎えして開催いたします。

パーソナルトレーニング・グループエクササイズの幅を広げてみませんか？

指導の再確認・指導の質をもう一度見直してみましよう(^-^)

この機会を是非ご活用下さい！！

ハートフルアソシエイト  
Equip Fitness 企画

## JSA (ジョイント・スケーティング・アプローチ) 5時間イントロダクションセミナー ～関節面を近づけると身体は10倍軽くなる～

JSA (ジョイント・スケーティング・アプローチ) は、治療と運動を融合させる目的で、治療家と共同開発しました。これは従来のエクササイズには全く無い、関節運動学に基づいた新しいコンセプトのボールエクササイズです。ソフトギムニク(スモールGボール)の弾力を最大に生かし、関節包内に直接アプローチします。関節包をゆるめ、関節面相互の動きを整合化すると、驚くほどの身体の軽さを得られ、痛みも軽減されます。レッスン形式でも紹介しますので、JSAを十分に体感していただけるでしょう。

身体の機能を取り戻すことに興味のある方であれば、どなた様でも楽しんで頂けます。

### 日程

2009年9月26日(土)

11:00～16:00(5h)

### 場所

アクション福岡 (地図裏)

### 料金

一般	15,000円
JAFA会員	14,000円
Gボール会員	14,000円

### ポイント

ADI	2.5ポイント
Gボール協会	グループ・パーソナル各3ポイント

### 定員

30名

### 申込み

裏をご覧ください

申し込み締め切り  
9月18日(金)

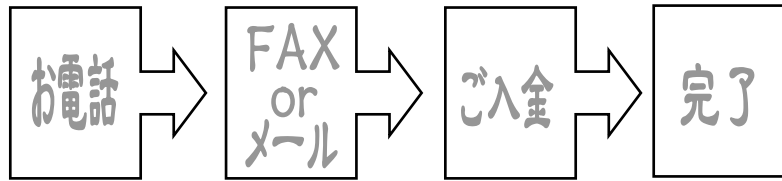
### 講師紹介

中尾和子 Kazuko Nakao

第1回ミスボディビルコンテスト優勝。その後フィットネスインストラクターとして一般の方からトップアスリートまで幅広い指導を展開し、国内外のコンベンションでプレゼンターを務める。治療とフィットネスを融合させた「JSAボールエクササイズ」を開発。また、一般の人への運動啓蒙のためのイベントやフィットネス指導者の技術向上を目指した活動も積極的に展開し、その業績が認められ平成19年厚生労働大臣より“健康大使”に任命される。  
中尾クラブ主宰・NPO法人日本Gボール協会 副理事長・VAAM契約アドバイザー



## 申込方法



☆ 受付電話番号:0942-44-2835 (Studio Feel)  
(8月3日より受付 平日11:00~17:00)

☆不在の場合は留守番電話をお願いします。  
折り返しこちらからご連絡致します。

☆ FAX番号:0942-44-2835

☆ メールアドレス:feel@true.ocn.ne.jp

☆ 申し込み後、1週間以内に申込用紙を FAX or メール  
該当する参加費をお振込み下さい。

☆ お振込み先

**郵ちよ銀行振り込み**

記号 : 17450

番号 : 60405631

(加入者名: 藤崎道子)

☆ 参加費の払い戻しはいたしかねますので、あらかじめご了承下さい。  
☆ 申し込み・入金確認後、受講票をお送り致します。

## 申込書

名前	指導経験年数 年 (JAJA/NO )
住所 〒	ギムニクボールの有無 ( あり なし )
TEL	領収書必要な方は宛名をご記入下さい
携帯番号	[ ]

※このセミナーでは**ギムニクスモールボール**を使います。  
**必ず当日にご持参下さい。**お持ちでない方は当日会場にて販売いたします。

☆メールでお申し込みの方は**申し込み書**  
内容をご記入の上、返信して下さい。

ハートフル アソシエイト  
Equip Fitness 企画  
お問い合わせ先: 090-4359-2269 (畑井)

## 開催場所

アクション福岡 案内



**バス** JR博多駅交通センターより  
14番乗り場から①,②,③,④のバス…約20分  
(月隈団地 経由) (アクション福岡前下車)  
福岡空港より  
地下鉄4番出口 福岡空港前バス停から  
①,②,③,④のバス…約5分  
(月隈団地 経由) (アクション福岡前下車)

**車** JR博多駅より…約15分  
都市高速道路利用の場合  
福岡方面からは月隈ランプ出口を降りて  
……………約5分  
太宰府方面からは金の隈ランプ出口を降りて  
……………約5分