

2020年3月～2021年5月の予定

どの講座からも受講可能です。目的や活躍の場に合わせてお選びください。

初級編

グループフィットネスの
基礎を学ぶ

からだほぐしインストラクター
養成講座
8,000円

2020年3月1日
5月10日 7月26日
9月27日
11月29日
2021年1月24日
3月28日 5月23日

中級編

グループフィットネスの
スキルの向上

やる気を促す
グループフィットネスの指導法
～10分ランチフィットネス®の型を使って～
・座位編
・立位編
40,000円

座位
2020年4月18～19日
8月22～23日
2021年4月17～18日
立位
2020年6月20～21日
10月17～18日

上級編

グループフィットネスの
ライセンス(資格)を取
得し、プロとして活動の
場を広げる。

10分ランチフィットネス®

協会からの依頼で、独自のエビデ
ンスをもとに、健康経営を目指す
企業に10分ランチフィットネス®の
実技や講座、養成講座を担当します。

パラディソ体操&フィットネス®

初心者や運動が苦手な三世代を対象に音楽に
合わせて60分間のプログラム作成ができま
す。ライセンス取得者は、パラディソの業務受
託や、自分で教室を開催できます。

本部マスターインストラクター養成講座

※料金はお問い合わせください。

2020年3月28～29日
9月5～6日
2021年3月13～14日

★10mlf®マスター
インストラクター

パラディソインストラクター養成コース

基礎科

82,000円※

2020年10月10日
スタート!

★パラディソ2級
★ADBI/SEBI/REBI
(公益社団法人
日本フィットネス協会)

2020年11月7日
スタート!

教育トレーナー養成講座

※料金はお問い合わせください。

★10mlf®
教育トレーナー

応用科

198,000円※

★パラディソ1級
★ADI/SEI/REI
(公益社団法人
日本フィットネス協会)

法人所属の方、また、すでにスキルをお持ちの方でライセンス取得を
ご希望の方は、別途お問い合わせください。

【お申込み・お問合せ先】

スタディオ パラディソ(担当:日高)
福岡市南区平和 1-2-23 森山ビル4階

TEL:092(524)2245 FAX:092(524)2281

*受付時間 10:00-20:00(平日)

