

# キネステティクス®ベーシックコース

～介助の質、体の動きの質を高める～

ご家族、利用者様、患者様の介助で自分の身体に負担を感じていませんか。

身体の特徴やはたらき、身体の動きを理解すると無駄な力を使わずに動くことができます。

そのような動きをしながら相手と一緒に動くとお互いに楽な動きができ、お互いの健康にも

よいものです。キネステティクスは自分の身体を通して動きを体験する学習システムです。

① 1月21日（日） ② 2月11日（日） ③ 2月12日（月・祝）

開始 09:30 | 終了 17:30 | 受付 09:10

※本コースは3日間のプログラムで、『人の動き』について6つの概念を、自らの動きを通して学びます。この動きの能力は、全ての日常生活動作、起きて寝る、立ち上がる、場所から場所へ移動するなどの基礎となります。

※実習が主ですので、動きやすい服装でお越しください。

受講料：25,000円

3日間のコース修了で、マイエッタ・ハッチ社認定ベーシックコース修了証が発行されます。

会場：伊予市下吾川 951-1 ほっとサロンおふく

講師：キネステティクス®認定トレーナー 中居 真紀

キネステティクスをもう少し  
詳しく知りたい方は、  
「キネステティクス・ジャパン」  
で検索してみてください。

お申し込み・お問い合わせは、中居真紀まで

メール： harutotamaki@yahoo.co.jp

電話： 090-4508-3257