

AF ママフィット with ベビー
認定インストラクター養成講習会

赤ちゃんと一緒に参加できるクラスの
指導法を学びます

産後のクラスは赤ちゃんと一緒に参加できるものがほとんどです。ベビー関連の要素を学ぶことで、「赤ちゃんが泣いてしまってもなかなか動けない」「レッスンの流れがとまってしまう」などのレッスン中の問題が解決。指導者にも参加者にもうれしいプログラムです。

開催地 東京 開催月 10月/2019年3月

※妊娠中の方は、安全面を考慮して講習会の受講はできませんので、ご了承ください。



詳しくはP25

詳しくはP27



STEP 1
講義 & 実技
(21.0時間)

No.AF1826
日程:10月19日(金)~21日(日)
会場:レンタルスペース アドウェル(東京・自由が丘)
ハイハットスタジオ(東京・自由が丘)
講師:山口真澄(JMFAチーフディレクター)
岡寄悦子(JMFAディレクター)
ポイント:MF=21.0 JAJA=10.0(GFI資格)

No.AF1927
日程:2019年3月8日(金)~10日(日)
会場:東京都内(調整中)
講師:山口真澄(JMFAチーフディレクター)
岡寄悦子(JMFAディレクター)
ポイント:MF=21.0 ※GFI資格向けのポイント付与はありません。

STEP 2
認定試験
(筆記1.0時間+実技0.5時間)

No.CAF1826
日程:11月18日(日)
会場:ハイハットスタジオ(東京・自由が丘)

No.CAF1927
日程:2019年4月14日(日)
会場:ハイハットスタジオ(東京・自由が丘)

講師



山口真澄



岡寄悦子

受講料	会 員	非 会 員	
STEP 1 講義 & 実技	121,122 円	124,686 円	協会の講習会を初めて受講される方（非会員） 講習会受講・資格取得には日本マタニティフィットネス協会への“会員登録”が必要となります。また、会員登録後は月会費（月額1,782円）のお支払いが必要です。 ※左記の受講料には 2 か月分の月会費が含まれています。
STEP 2 認定試験	ベビーピクス・ママヨガ ベビーママアークア有資格者 109,010 円		
STEP 2 認定試験 ※再試験の方のみ	21,600 円		

部分受講が可能です

アフターピクス/ママフィット認定インストラクター・ママフィット講習会を修了された方は、講義・実技の部分受講ができます。時間数に合わせてポイントも付与されますので、受講を希望される方は協会までお問い合わせください。

※受講料は一括でお支払いいただきますようお願いいたします。※認定試験合格後、資格登録(登録料1,080円)を済ませますと、認定証が発行されます。

対象: ママフィット(AF) 認定インストラクター “withベビー”の新しいガイドラインを学ぶ部分受講	対象: アフターピクス(AB) 認定インストラクター ママフィット with ベビーママアークアを学ぶ認定コース(認定書付)
日時&会場:【No.AF1826-A】10月20日(土) 13:30~18:40 ハイハットスタジオ(東京・自由が丘) 【No.AF1927-A】2019年3月9日(土) ※時間調整中 東京都内(調整中) 受講料:14,040円(サブテキスト付) ポイント:MF=5.0 ※受講にはママフィットテキスト(2012年1月版以降)が必要です。プログラムがリニューアルされているため、参加者全員にサブテキストが付いています。	日時&会場:【No.AB1881】10月19日(金) 13:30~18:30 10月20日(土) 9:50~18:40 ハイハットスタジオ(東京・自由が丘) 【No.AB1982】2019年3月8日(金)・9日(土) ※時間調整中 東京都内(調整中) 受講料:39,150円(ママフィットテキスト+サブテキスト付) ポイント:MF=12.5 ※受講にはママフィットテキスト(2012年1月版以降)が必要です。テキストおよびサブテキストはプログラムがリニューアルされているため参加者全員に付いています。

●カリキュラム

開催日	時間	講義内容	対象:AF	対象:AB
10/19 (金)	13:30~18:30	【実技】ママフィットガイドライン①/ママフィットエクササイズ(ベリネフィット、ウェルバランスフィット)、(コアフィット)、アフターピクス(ボディフロー、バランスサーキット、リラクゼーション)		○
		【実技】ママフィットガイドライン②/ママフィットエクササイズ(ベリネフィット、ウェルバランスフィット)、(コアフィット)、アフターピクス(ボディフロー、バランスサーキット、リラクゼーション)		○
10/20 (土)	9:50~11:35	【実技】ママフィットガイドライン③/ママフィットエクササイズ(ベリネフィット、ウェルバランスフィット)、(コアフィット)、アフターピクス(ボディフロー、バランスサーキット、リラクゼーション)、トーンアップテクニック		○
	11:45~12:30	【実技】ママフィットまとめ		○
	13:30~14:30	【実技】レッスン体験	○	○
	14:35~15:35	【実技】ママフィット with ベビーガイドライン	○	○
	15:40~18:40	【実技】パート別 with ベビー、with ベビーまとめ	○	○

