

マタニティビクス

認定インストラクター養成講習会

※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。

部分
受講

MB有資格者

講義・実技

No.ML23063/No.MB23205

日程

【講義】5月23日⑩・24日⑩
【実技】6月1日⑩～4日⑩

会場

【講義】Zoom (オンライン)
【実技】未定 (東京近郊)

認定試験

No.CMB23186

日程 【筆記・実技】7月9日⑩ 会場 未定 (東京近郊)

受講料 会員：188,265円／非会員：191,895円

MFポイント 34.5pt

試験対策

★試験対策はオプションです。受講料 各5,500円

日程

【筆記】未定
【実技】7月8日⑩

会場

【講義】Zoom (オンライン)
【実技】未定 (東京近郊)

講習会の時間

【講義】各日 10:00～16:00

【実技】各日 約7時間程度 (休憩含む)

※カリキュラムは変更と
なる可能性があります。

持ち物

マタニティビクス・マタニティフィットネステキストブック、サブテキスト、
フィットネスウェア、フィットネスシューズ (実技のみ)、筆記用具、飲み物

試験対策、認定試験の時間

筆記対策：1.5時間 実技対策：3.0時間

※試験対策は任意です。

筆記試験：2.0時間 実技試験：1.0時間/1グループ

※申込人数により時間は変動します。

講師



岡崎悦子



白木和恵



安藤久美子



津田竜広



高山英士



フィットネスインストラクターや助産師など様々な職
種の方が受講。60分のクラスを担当できるようサポ
ートします。

マタニティビクスの資格をぜひ取得してください。
その後ママフィットwithベビーの資格を取得すると
幅広い方に指導する事ができます。

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

※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。

講義・実技Zoom開催！

部分
受講

AB/AF有資格者

レッスン
開設
サポート
対象

講義・実技

No.AF2338

日程 7月27日⑩～29日⑩ 会場 Zoom (オンライン)

認定試験

No.CAF2338

日程 8月25日⑩ 会場 未定 (東京近郊) ※試験当日に対面実技を行います。

受講料 会員：123,365円／非会員：126,995円

MFポイント 18.0pt

講習会の時間

各日 6時間 (休憩含む)

持ち物

ママフィットテキストブック、サブテキスト、フィットネスウェア、シューズ (無くても可)、ヨガマット (無ければ痛くない様に敷く物)、赤ちゃん人形またはぬいぐるみ、
飲み物、筆記用具、カメラ付きのPCまたはタブレット等

対面実技、認定試験の時間

対面実技：3時間 筆記試験：1時間 実技試験：30分/1グループ ※申込人数により時間は変動します。

講師



岡崎悦子

産前の資格をお持ちでない方は、マタニティビクスを取得する
と更に知識が広がります！

ママフィットwithベビーとは？

パレエ、ヨガ、ピラティス、ハンドウォーク、有酸素
運動など様々なメソッドで構成され、産後の身体を
考えたトータルフィットネスです。産後の身体にやさ
しく、そして必要な運動がギュッとつまったママフィ
ットwithベビーで、妊娠前よりキレイを目指しましょう。

おすすめポイント

赤ちゃんと一緒に想定したレッスンの
テクニック・知識が学べます！

赤ちゃんと一緒にのクラスだからこそ、講習会では動
きの練習だけでなく赤ちゃんの発達・発育につい
てもしっかり学べます。

妊娠中からの継続したレッスンが
できるため、満足度アップ！！

マタニティのクラスに参加していても、出産を機
に卒業してしまう方もいます。ママフィット with
ベビーはそんな産後のママが集まれる場。きつ
かけつくりとして活用
することができます。
また、産後マ
マの悩みである「体
型回復」や「育児
体力の強化」にも
効果的です。

