

どなたでも受講できる！楽しくアクティブエイジを学ぼう♪



アクティブエイジ講座[専科] vol.1

# 痩せる必要は一切ナシ!! 骨格と筋肉の バランスを整える 美バランス講座

**[ボディ編]** TV、雑誌で話題のカリスマ整体師！  
講師 **波多野賢也** 先生

美しいボディづくりのポイントは、美しい姿勢とシルエットにあります。筋肉と骨格のバランスを整えることで、無理な減量をしないでスリムなカラダをつくります。女性がいつまでも健康で美しく輝き続けるためには、体重ばかりにとらわれず、常に“美バランス”を意識しましょう。“美バランス”のコツを学んで、いつまでも若々しく美しく！

限定  
80名!!

このような方におすすめします。

- 美しい姿勢とスタイルを手にいれたい
- 下腹ぽっこりをなくしたい
- 骨盤がゆがんでいるような気がする

講師：波多野賢也 プロフィール

美容整体トレーナー。1968年愛知県生まれ。

美容整体サロン「アクアヴェーラ」代表。

保健体育教師やメディカルトレーナーを務めた経験、理学療法の知識や豊富な施術経験から生まれた独自の「美バランス」理論とメソッドをもとに、オリジナルの美容健康アイテム「美バランス」の開発にも関わっています。テレビ通販番組「ショップチャンネル」では、わかりやすい解説と説得力で商品を1日2億円以上売り上げた記録をもっています。

講座概要

日 時	2015年 4月21日(火)
開催時間	開始▶10:30 終了▶13:30 (開場 10:00)
受講料	一般▶8,000円 アクティブエイジ指導協会正会員▶5,000円 ※正会員については裏面をご覧ください。
会場	日本外国特派員協会内 メディアルーム(プレスクラブ) 有楽町電気ビル北館 20階 財界、芸能、アスリートなど一流な方々が公式記者会見などを行っている会場です。

主催：一般社団法人 日本アクティブエイジ指導協会 共催：株式会社メディキューブ



東京都千代田区有楽町 1-7-1 有楽町電気ビル北館20階  
TEL: 03-3211-3161

JR有楽町駅(山手線と京浜東北線 日比谷口 筋向い)、  
東京メトロ日比谷駅(A3 出口)・有楽町駅(D2 出口)  
の各駅から至近距離です。日比谷駅のA3出口からは  
会場のある有楽町電気ビルの地下に直結しています。  
銀座駅、内幸町駅、東京駅、大手町駅は徒歩圏内です。

< お支払のご案内 >

受講料は受講日の3日前までに、右記口座へお振込みください。ご入金確認後、正式なお申込みとさせていただきます。

三菱東京UFJ銀行 銀座支店  
普通 0256264  
口座名義  
一般社団法人 日本アクティブエイジ指導協会

どなたでもご参加いただけますので、友人やお仲間同士でお気軽にご参加下さい♪

## 参加お申込用紙

下記にご記入の上、FAXにてお申込み下さい。

**FAX▶03-3524-8138**

御社名 (店舗名)			
御社住所	〒		
代表者氏名 (フルネーム)	E-mail	@	
TEL	携帯番号		
ご参加者氏名	1	E-mail	@
ご参加者氏名	2	E-mail	@

## ▶日本アクティブエイジ指導協会とは —— 健康寿命を延ばそう!! ——

10歳若返らせることで家族・社会・日本・世界を守ることに繋がります。自分だけがキレイ・健康になるのではなく、自分以外の人(家族、大切な人達)の為に健康でいる事が大切です。日本アクティブエイジ指導協会では栄養学、運動学、生理学に基づいたダイエット理論を実践指導できる指導士の養成のための認定講習会を実施しております。皆さんと一緒に楽しくアクティブエイジを学び、いつまでも自分らしい輝きを保っていただきたいと考えておりますので、私達は全国各地でアクティブエイジ普及に努めてまいります。

### 講習の流れ

#### プラクティショナー【本科】

アクティブエイジ・ダイエットに必要な食事指導、運動・活動指導、日常生活指導などの内容を分かり易く指導します。本科講習終了認定後、正会員(年会費制)の入会権利が取得できます。



#### アドバイザー【専科】

毎講座、さまざまなジャンルの講師をお招きして、アクティブエイジを楽しく実践できる講座を開催しております。本科を受講されていない方もご参加いただけますので、友人やお仲間同士でお気軽にご参加ください。



#### インストラクター【師範科】

アクティブエイジのためのダイエット実践者を指導していく講習を実施します。育成指導資格が取得でき、アクティブエイジ本科認定講習の開講権利が得られます!

### アクティブエイジ指導協会正会員について

プラクティショナー(本科)を受講していただき認定後、正会員入会権利が取得できます。

#### ✓正会員にご入会されると

- ★アドバイザー講習を年1回、無料で受講できます。
- ★更にアドバイザー講習を会員価格(5,000円)で受講できます。
- ★アドバイザー(専科)の単位が取得できます。
- ★日々更新される、日常で実践・活用できる最新ダイエット情報メールが定期的に届きます。

日々の健康的ダイエット普及や、健康増進のための仕事にお役立ていただくことも実施しております。

お問い合わせ

一般社団法人

日本アクティブエイジ指導協会

104-0061 東京都中央区銀座5-15-1 南海東京ビル9F

TEL▶03-6228-4262 WEB▶<http://aask.jp/>



次回の講座は...5/26(火)

「顔を小さく見せる!若々しい顔の秘密は顔の後ろにアリ!」美バランス講座[フェイス編] お楽しみに!!