

令和8年度

専門知識で差をつける！

# 指導者のための スキルアップセミナー

＼資格取得や更新が出来る！／

スポーツリズムトレーニング協会

- ①スポーツリズムトレーニングディフューザー(SRT)
- ②リズムステップディフューザー(RS)

東京都健康長寿医療センター

介護予防運動指導員®

一般社団法人キネシオテーピング協会

CKTT認定トレーナー ※取得には別途登録料が必要です

NPO法人スポーツコーチング・イニシアチフ

ダブル・ゴール・コーチング講座受講証明書

ライフキネティック日本支部

ライフキネティック講座受講証明書

(公財)健康・体力づくり事業財団

- ①健康運動指導士
- ②健康運動実践指導者

♣ **取得**  
できる資格

♠ **証明書**  
**発行**  
あり

◇ **更新単位**  
**取得**  
できる資格

詳細・申込は  
こちらのQRコードから



お問い合わせ



公益財団法人  
横浜市スポーツ協会

スポーツ事業課

TEL：045-640-0014（平日9:00～17:00）

E-mail：kenko-yoyaku@yspc.or.jp

# 令和8年度 講座・セミナースケジュール

※取得単位…健康運動指導士および健康運動実践指導者資格の更新認定単位  
 ※受講料（ ）内…横浜市スポーツ人材活用システム登録者割引価格

会場 横浜市スポーツ協会

※一部別会場の講座あり

♣: 取得できる資格   ♠: 証明書発行あり   ◆: 更新単位取得できる資格

講座名	概要	受講料	開催日程
♣◆ スポーツリズム トレーニング ディフューザー(SRT)	プロ野球チームが練習に採用！「リズム感」を高め、運動能力を向上させる新しいトレーニングプログラム 【取得資格】 スポーツリズムトレーニングディフューザー 【取得単位】 実習：2.0単位/講義：2.0単位	【通常】 各10,000円 【SRT & RS セット割引】 18,000円	7月26日(日) 10:00~16:00
♣◆ リズムステップ ディフューザー(RS)	楽しく脳や身体機能の向上を目指す運動（高齢者向けのプログラム） 【取得資格】 リズムステップディフューザー※SRT資格取得が必須 【取得単位】 実習：3.0単位/講義：1.0単位		8月1日(土) 9:00~13:00
姿勢改善プログラム	写真を2枚撮影するだけで、姿勢を測定&判定！ さらに、パターン別に姿勢を改善するためのプログラムを紹介 自身の姿勢改善はもちろん、指導現場で参加者の姿勢のお悩みに応えるヒントに！	2,500円 (2,000円)	9月13日(日) 10:00~12:00 1月24日(日) 10:00~12:00
肩こり・膝・腰 お悩み改善プログラム	理学療法士が考案！それぞれの関節が本来持つ機能に注目し、 肩こり・膝痛・腰痛の改善にアプローチするプログラムを紹介 お悩み改善のヒントは、痛みのある部位ではなく別の部位にあるかも！？	2,500円 (2,000円)	9月13日(日) 13:00~15:00 1月24日(日) 13:00~15:00
◆ 「できる」から 運動が好きになる！ パルシューレ	子どもが楽しみながら継続的に多様な運動経験を積むことができるよう ドイツで開発されたボールゲーム導入プログラムを体験！ 【取得単位】 実習：2.0単位/講義：1.0単位 ※会場：横浜市スポーツ医科学センター 小アリーナ	10,000円 (7,000円)	11月1日(日) 9:30~12:30
◆ 脳の混乱を楽しむ！ シナプソロジー	脳神経系を活性化！介護予防効果が期待できるシナプソロジーを体験！ 【取得単位】 実習：2.0単位/講義：1.0単位	10,000円 (7,000円)	11月15日(日) 9:00~12:00
◆ 東洋医学の考え方を交えた 風船エクササイズ	風船を使い呼吸を意識した腰痛改善・自律神経調整コンディショニング 【取得単位】 実習：2.0単位/講義：1.0単位	10,000円 (7,000円)	11月15日(日) 13:00~16:00
♣◆ 習得しよう！ キネシオテーピング	キネシオテーピング療法の理解と実習 テープ2本付き！（講座使用分含む） 【取得権利】 CKTT認定トレーナー取得の権利 ※取得には別途登録料が発生します（5,500円/1年間有効・年次更新） 【取得単位】 実習：5.0単位/講義：1.0単位	16,500円 (14,000円)	1月31日(日) 9:30~16:30
♠◆ 新時代のスポーツ 指導法を学ぶ！ ダブル・ゴール・コーチング	「勝利」と「人間的成長」の2つのゴールを目指す新時代の指導法。 スポーツを通じて困難に立ち向かう力や豊かな人間性を育む対話術を学ぶ！ 【証明書発行】 ダブル・ゴール・コーチング講座受講証明書 【取得単位】 実習：1.0単位/講義：2.5単位	10,000円 (7,000円)	2月7日(日) 9:00~12:30
♠◆ 運動×認知×感覚刺激！ ライフキネティック	運動と脳トレを同時に行い、脳を刺激して機能を高めるトレーニング メソッド。簡単な動きで脳を活性化し、眠っている能力を目覚めさせる！ 【証明書発行】 ライフキネティック講座受講証明書 【取得単位】 実習：2.0単位/講義：1.0単位	10,000円 (7,000円)	2月7日(日) 13:30~16:30
◆ 脳と体を整える アプローチと 障害者スポーツ	脳と体を整えるアプローチ（トータルニューロコンディショニング & フェルデンクライスメソッド）と障害者スポーツについて学ぼう！ 【取得単位】 実習：7.0単位/講義：5.0単位 ※2月21日(日)会場：ラポール上大岡	20,000円 (15,000円)	2月20日(土) 21日(日) 2日間 9:30~16:45
♣ 介護予防運動指導員® 養成講座	全国の介護予防現場で4万人以上が活躍中！ 【取得資格】 介護予防運動指導員® ※講義はeラーニングでの受講 ※11月23日(月・祝) 集合研修 ※11月24日(火) 実技研修/会場：港南スポーツセンター ※12月6日(日) 希望者のみ振り返り ※12月12日(土) 修了試験	65,000円 (60,000円)	11月7日(土) ~ 12月4日(金) 28日間eラーニング ※一部集合実習あり