

STAR資格 ディフューザー 養成講習会

『リズムが変わる。 すべてが変わる。』



スポーツリズムトレーニング始めませんか？

スポーツリズムトレーニングとは、『リズム感』を高めることで運動パフォーマンスを向上させる画期的なトレーニングです。

今回の講習会では、スポーツリズムトレーニングの最低限の知識と技術を持って指導を行うための資格を取得していただく講習会です。

楽しく運動能力を伸ばすことができる『リズムトレーニング』は現在500の以上保・幼・小・中・高・大・さらにはプロアスリートチームで取り組まれています。



リズムトレーニング『リズムジャンプ』が選ばれる理由

基礎体力
向上

怪我を
しにくい
体になる

運動能力
向上

学習意欲
認知能力
向上

ジャンプ
してるけど
ダンス
みたい

とにかく
楽しい

日程：令和4年7月2日（土）

時間：12時～18時（受付12時15分）

定員：20名

場所：東部交流センター（多目的室）

熊本県熊本市東区戸島町2588

講師：First Step代表、STAR認定インストラクター 守田浩一

受講料：10,000円（再受講5,000円）

持ち物：筆記用具、室内運動靴、飲み物、タオル、運動のできる服装、マスク



申し込みフォーム



ホームページ

<https://firststep-japan.com>



ホームページ

電話番号：096-200-9408

Mail：rhythm@firststep-japan.com

STAR
Sports Training Association of Rhythm



youtube

前回講習会の様子



youtube

クラブでのリズム

守田浩一
Instagram



Instagram