

エフテックス・インスティテュート 北海道支部・道央地区

開催日 平成 22 年 6 月 19 日 (土)・20 日 (日)

会 場 札幌市産業振興センター

内 容 FTEX4 級講習会・検定会

講 師 前田 克史 先生

木田 貴英 先生

プログラム

19 日 (土)

13:30 受付

14:00 ~ 16:00 FTEX 総論

16:10 ~ 19:10 アライメントチェックと基本的徒手検査

20 日 (日)

9:00 ~ 11:30 基本動作について

11:30 ~ 12:30 運動および動作時の姿勢とアライメント変化

12:30 ~ 13:30 昼休み

13:30 ~ 16:30 基本エクササイズ

16:40 ~ 17:10 筆記試験

17:10 ~ 17:20 質疑・応答