

講義時間割表(第1・3土日のみ)

講義時間割表(第1・3土日のみ)				
1月	7日(土)	8日(日)	21日(土)	22日(日)
14:00	休講	休講	⑤膝周囲の機能解剖・テクニック+O脚の改善方法	⑦肩・肘・手首の機能解剖と改善テクニック
17:00	休講	休講	⑥股関節周囲の機能解剖と骨盤・股関節矯正テクニック	⑧姿勢の分析方法
2月	4日(土)	5日(日)	18日(土)	19日(日)
14:00	⑨介護予防体操 1)歩き方指導 2)お腹周りの強化法 3)気孔体操	①姿勢が体に及ぼす影響、姿勢と神経の働きについて	③日常姿勢習慣の問題点+背骨のゆがみ改善	⑤膝周囲の機能解剖・テクニック+O脚の改善方法
17:00	⑩姿勢の大切さを伝える総合テクニック	②姿勢から考える「肩こり腰痛について」+頸椎へのアプローチの仕方	④足部の機能解剖+理想的な姿勢のとり方+歩き方	⑥股関節周囲の機能解剖と骨盤・股関節矯正テクニック
3月	3日(土)	4日(日)	17日(土)	18日(日)
14:00	⑦肩・肘・手首の機能解剖と改善テクニック	⑨介護予防体操 1)歩き方指導 2)お腹周りの強化法 3)気孔体操	①姿勢が体に及ぼす影響、姿勢と神経の働きについて	③日常姿勢習慣の問題点+背骨のゆがみ改善
17:00	⑧姿勢の分析方法	⑩姿勢の大切さを伝える総合テクニック	②姿勢から考える「肩こり腰痛について」+頸椎へのアプローチの仕方	④足部の機能解剖+理想的な姿勢のとり方+歩き方
4月	7日(土)	8日(日)	21日(土)	22日(日)
14:00	⑤膝周囲の機能解剖・テクニック+O脚の改善方法	⑦肩・肘・手首の機能解剖と改善テクニック	⑨介護予防体操 1)歩き方指導 2)お腹周りの強化法 3)気孔体操	①姿勢が体に及ぼす影響、姿勢と神経の働きについて
17:00	⑥股関節周囲の機能解剖と骨盤・股関節矯正テクニック	⑧姿勢の分析方法	⑩姿勢の大切さを伝える総合テクニック	②姿勢から考える「肩こり腰痛について」+頸椎へのアプローチの仕方
5月	5日(土)	6日(日)	19日(土)	20日(日)
14:00	休講	休講	③日常姿勢習慣の問題点+背骨のゆがみ改善	⑤膝周囲の機能解剖・テクニック+O脚の改善方法
17:00	休講	休講	④足部の機能解剖+理想的な姿勢のとり方+歩き方	⑥股関節周囲の機能解剖と骨盤・股関節矯正テクニック
6月	2日(土)	3日(日)	16日(土)	17日(日)
14:00	⑦肩・肘・手首の機能解剖と改善テクニック	⑨介護予防体操 1)歩き方指導 2)お腹周りの強化法 3)気孔体操	①姿勢が体に及ぼす影響、姿勢と神経の働きについて	③日常姿勢習慣の問題点+背骨のゆがみ改善
17:00	⑧姿勢の分析方法	⑩姿勢の大切さを伝える総合テクニック	②姿勢から考える「肩こり腰痛について」+頸椎へのアプローチの仕方	④足部の機能解剖+理想的な姿勢のとり方+歩き方
7月	7日(土)	8日(日)	21日(土)	22日(日)
14:00	⑤膝周囲の機能解剖・テクニック+O脚の改善方法	⑦肩・肘・手首の機能解剖と改善テクニック	⑨介護予防体操 1)歩き方指導 2)お腹周りの強化法 3)気孔体操	①姿勢が体に及ぼす影響、姿勢と神経の働きについて
17:00	⑥股関節周囲の機能解剖と骨盤・股関節矯正テクニック	⑧姿勢の分析方法	⑩姿勢の大切さを伝える総合テクニック	②姿勢から考える「肩こり腰痛について」+頸椎へのアプローチの仕方