

# MIZUNOアクア オンラインセミナー

開催日：2021年8月7日(土)

セミナー形式：オンラインセミナー (Zoom)

担当講師：村上理香、内藤聖子、澤野利恵 (MIZUNOアクアアドバイザー)

準備物：配布資料・筆記用具・陸でのウェア

申込締切日  
2021年7月31日(土)  
23時まで

クラスNO. 開催時間	タイトル・内容	ポイント	参加費(税込)
<b>Z-29</b>	<p><b>『MIZUNOアクア APTプログラム構成理論 ～体重管理(ダイエット)プログラム～』</b></p> <p>★必須3時間セミナー</p>		
14:00 ～ 17:00 (180分)	<p>クライアントのニーズで上位にランクする目的の1つに『体重管理(ダイエット)』があります。肥満はさまざまな疾患(高血圧、心疾患、代謝症候群、糖尿病、骨関節炎・・・)を誘発します。ダイエットの目的は、疾患の療法・疾患の予防・瘦身の3つがあると考えます。</p> <p>この講座では、体重管理における身体活動の役割(基礎代謝、BMI、熱量バランス)を理解し、消費と摂取カロリーのバランスを考えた運動プログラムを提案します。</p> <p>※申込締切日7/31(土)23時まで</p>	3. 0P +付加 ポイント 1.5	<b>¥7,700</b>

※ 最少催行人数に達しない場合は、クラス中止となりますので、あしからずご了承下さい

## 【ご参加の前に】

このセミナーはオンライン会議システム「Zoom」を利用します

スマートフォンやタブレットにあらかじめ「Zoom」アプリをダウンロード(無料)する必要があります

Zoomは最新版にアップデートをお願いします。旧バージョンでは参加できない場合がございます

## \*パソコンの方へ □

当日、送られてきたURLをクリックするとダウンロードが始まります 「コンピューターでオーディオに参加」のボタンをクリックして入室してください

## \*スマートフォン・タブレットの方へ ㊦

事前にアプリストアでzoomと検索し【zoom Cloud Meetings】をダウンロードしてください

アプリを開き「ミーティングに参加」をタップ → ミーティングID (パスコードが必要な場合もあり) を入力して、「許可/了解」をタップ → 「カメラ/マイク」をOK → 「インターネットを使用した通話」もしくは「デバイスオーディオを介して通話」のどちらかをタップして入室ください (iPhone/Androidにより異なります)

## ※Zoom事前初めて相談室

初めての方、不安な方はお気軽に何でもご相談ください

村上理香 ➡ selena-s@ha.hocoroco.ne.jp

★当日連絡先★ 090-4562-7029

※電話でのセミナーお申込みは出来ません。必ずメールにてお申込み下さい。

## ● ミズノ(株)アクアフィットネス事務局 ●

〒531-0072 大阪市北区豊崎5-6-10 TEL：06-4256-6447/FAX：06-4256-5944

[月・木・金/9:30～16:00 土日祝は休み]

<HPアドレス> <https://www.mizuno.co.jp/mizunoaqua/> <E-Mail> [mizunoaqua@mizuno.co.jp](mailto:mizunoaqua@mizuno.co.jp)

\*携帯メールからのお申込みも可能です。但し「mizunoaqua@mizuno.co.jp」からの受信ができるように設定をお願いします。