

# 充実のセミナーラインナップ

解剖学などカラダの基礎がわかりやすく学べる  
共通座学動画が今ならナント！ ~~¥20,000~~ ➔ **無料！**

8・9・10月限定

## 姿勢・歩行指導

各レベル 座学動画3時間 実技3日間

正常姿勢や歩行動作の評価の仕方や指導方法を学びます。左右アンバランスや不良姿勢、誤った歩行動作の原因や指導方法を習得します。

フットケアセラピスト、シューフィッター、柔道整復師、インストラクター、コンディショニングトレーナーなどに

**BASIC**: 8/21・22・29 12/4・5・12 **ADVANCE**: 9/25・26・10/3 **MASTER**: 11/20・27・28

## フットトレーナー

各レベル 座学動画3時間 実技3日間

足(下腿部～足部・足趾)を中心とした、代表的な疾患や変形について深く学び、対象者の症状に応じたフットトレーニングを選択・実施・指導ができるようになるコースです。

フットケアセラピスト、シューフィッター、介護士、健康運動指導士などに

**BASIC**: 10/16・17・24 **ADVANCE**: 12/11・18・19 **MASTER**: 2022年～

## フットリラクゼーション

1コースのみ 座学動画3時間 実技4日間

下腿や足部に対してオイルを用いたリラクゼーション手技を習得します。表面を流すだけの手技ではなく、筋肉の位置や形状を学びながら確実に根拠のあるアプローチを学びます。

フットケアセラピスト、柔道整復師、整体師、リラクゼーションサロンセラピストなどに

**1コースのみ(4日間)**: 未定

## ストレッチトレーナー

各レベル 座学動画3時間 実技3日間

上・下肢、頭頸部、体幹のセルフストレッチおよびペアストレッチ技術を習得します。ADVANCE以降はセルフ指導コースとペアストレッチコースに別れて学びます。

フットケアセラピスト、パーソナルトレーナー、柔道整復師、整体師、健康運動指導士、コーチ、教員などに

**BASIC**: ペア・セルフ合同 10/9・10・16 **ADVANCE**: ペア10/30・31・11/6 セルフ各 2022年～

## メディカルトレーニング(運動療法)

各レベル 座学動画3時間 実技3日間

上・下肢の自重トレーニングやトレーニングバンドを用いたエクササイズ法、体幹トレーニングなど、医学的根拠に基づいた運動指導法を習得します。

トレーナー、柔道整復師、健康運動指導士、コーチ、教員などに

**BASIC・ADVANCE・MASTER**: 2022年～

## スポーツコンディショニング

各レベル 座学動画3時間 実技4日間

6つのリラクゼーション手技を習得し、スポーツに携わる対象者に対し全身のアプローチを学んでいきます。

主婦一般、トレーナー、コーチ、教員などに

**BASIC・ADVANCE・MASTER**: 2022年～

## セミナーのカスタマイズ

法人やグループ、協会などの団体に対して、時間や内容のカスタマイズなどご要望に柔軟に対応いたします。

例：協会員向け運動指導セミナーを1DAYで  
サッカークラブ保護者向けストレッチ講座を3時間で

などお気軽にご相談ください！

**M&F株式会社** セミナー事業部

理学療法士が教える**プロ**の技術

無料短編セミナー  
動画公開中▼



**注目！**