



## NCCA協会員勉強会のお知らせ 【12月開催】

### 【福岡開催】

日 時：12月12日（土）10時～12時

場 所；NCCA春日原センター

講 師： 中村 弥和（なかむら みわ） 先生 ⇒ ご紹介プロフィール

<http://akerinpa.web.fc2.com/plofile.html>

内 容：「人間と微生物の関連の重要性を知る」

～免疫力の向上, 痩せる秘訣の鍵は微生物にあり？～

目に見えずとも、わたしたちの体内や周りにひっそり存在している「微生物」。今回は特にトレーナーが知っておくと大いに役立つ「腸内環境」の微生物について学びます。いわゆる『腸内細菌』は善玉菌・悪玉菌があるのはご承知の通りですが、どちらにも属さない日和見菌には『デブ菌』『ヤセ菌』ともいわれる何とも気になる作用が…。ダイエット期間中になかなか痩せないお客様の指導や、食事制限によって免疫力が低下しないように、免疫力を高めながら痩せやすい身体づくりへの食事、生活習慣について正しく理解しお伝えできるようになりました。

参加費：無料

人 数：20名

締 切：満席になり次第

### 【東京開催】

日 時：12月23日（水）18時30分～20時30分 ※終了後懇親会を開催予定です。

場 所：NCCA東京支部（東京都港区北青山3-12-7 カブリース青山3F UR-fit内）

講 師：NCCA代表理事 森部 昌広

内 容：足元からの美と健康づくり

NCCAでは、足元から「美と健康」の研究を進め、「フットチューニング」という特許取得済みの足に特化した手技とトレーニングがあり、その成果として様々な事例があります。フットチューニングトレーナーの有資格者はもちろん、フィジカルトレーニングコーチやセラピストにとっても、人体の土台である『足』の重要性に着目することは、姿勢や動作、スタイルやパフォーマンスに大きな影響があることを知って、今後の活動につなげて頂きたいと思っております。

参加費：無料

人 数：10名 程度

締 切：満席になり次第

※懇親会につきましては自由参加ですが、まだ詳細が決まっておりません。勉強会参加希望者の方に改めて詳細をお送りし参加希望の有無をお尋ね致します。