

2020年度 日本工学院八王子専門学校	
スポーツトレーナー科三年制	
健康運動演習 2	
第 6 回	栄養摂取と運動
第 7 回	体力測定と評価
第 8 回	～ 9 回健康づくり運動と運動プログラム
第 1 0 回	運動指導の心理学的基礎
第 1 1 回	～ 1 3 回運動障害と予防・救急処置
第 1 4 回	～ 1 5 回まとめ