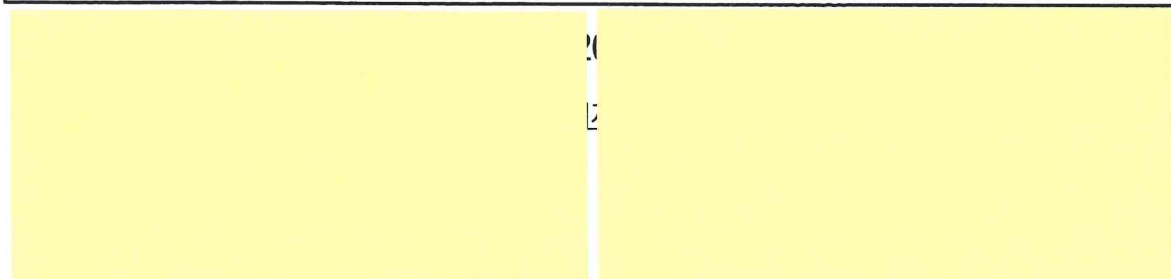


붙임)

# 걷기지도자 2급 자격 교육 신청서

No.				
사 진 (3×4)	성 명		영 문	
	생년월일		성 별	남 <input type="checkbox"/> / 여 <input type="checkbox"/>
	주 소			
	휴 대 폰		이 메 일	
교육정보를 알게 된 경로	SNS <input type="checkbox"/> 지인소개 <input type="checkbox"/> 현수막 <input type="checkbox"/> 포스터 <input type="checkbox"/> 기타 <input type="checkbox"/> ( )		직 장 명	
<b>【 개인정보 수집 및 이용 동의 】</b>				
<ul style="list-style-type: none"><li>◆ 수집 및 이용목적 : 사단법인 한국걷기협회 걷기관련 정보 안내</li><li>◆ 수집항목 : 개인정보(성명, 성별, 생년월일, 연락처 등)</li><li>◆ 보유 및 이용기간 : 수집, 이용 동의일부터 자격 종료일까지</li><li>◆ 신청자는 개인정보 수집 및 이용을 거부할 수 있습니다.</li></ul>				
개인정보	동의함 <input type="checkbox"/> 동의하지 않음 <input type="checkbox"/>			
상기 본인은 (사)한국걷기협회에서 실시하는 걷기지도자 2급 교육과정에 참가하고자 이에 신청서를 제출합니다.				
년    월    일				
신 청 인 : _____ (서명)				
<b>사단법인 한국걷기협회 귀중</b>				



습니다.

# 강 의 계 획 서

■ 강좌명 : 걷기의 메카니즘

■ 강사명 : 송 주 호

강좌소개	걷기의 기초이론		
교육목표및 강의 진행방법	걷기에 관여하는 신체 구조에 대한 기초 지식을 습득하고, 올바른 보행 주기의 원리와 역학적 요소(체중이동, 균형, 추진력)를 이해하게 한다.		
준 비 물	필구도구, 편한복장		
강 의 계 획			
월 별	일 자	강 의 내 용	비 고
11월	22일	1. 걷기(보행)의 개요 2. 걷기의 과학화 3. 걷기의 테크닉 4. 걷기 시 상해와 발관리	

# 강 의 계 획 서

■ 강좌명 : 걷기의 올바른자세

■ 강사명 : 원 정 희

강좌소개	걸을때 몸의 밸런스를 찾는 바른자세 교육		
교육목표및 강의 진행방법	개개인에게 적합한 올바른 걷기자세와 방법을 익히고 이를 실제 걷기에 적용할 수 있도록 한다.		
준 비 물	요가매트, 요가밴드, 편한복장		
강 의 계 획			
월 별	일 자	강 의 내 용	비 고
11월	22일	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 바른 자세란</li><li>2. 바른 자세 찾기</li><li>3. 자세 교정 원리</li><li>4. 바른 자세를 위한 핵심 자세</li><li>5. 호흡과 명상</li><li>6. 바른 자세를 위한 루틴</li></ol>	

# 강 의 계 획 서

■ 강좌명 : 트레킹가이드

■ 강사명 : 이 상 덕

강좌소개	안전하고 즐거운 도보여행을 위해 필요한 기본이론		
교육목표및 강의 진행방법	안전하게 즐겁게 도보여행을 할 수 있도록 필요한 준비물, 지식, 기술, 태도 등 기본적인 가이드라인을 제공한다.		
준 비 물	필기도구		
강 의 계 획			
월 별	일 자	강 의 내 용	비 고
11월	29일	<ol style="list-style-type: none"><li>1. 트레킹 이란?</li><li>2. 트레킹 준비사항</li><li>3. 스마트폰 어플에 대한 이해 및 활용</li><li>4. 트레킹 필수장비에 대한 이해</li><li>5. 트레킹 안전메뉴얼</li><li>6. 트레킹 매너</li></ol>	

# 강 의 계 획 서

■ 강좌명 : 걷기실기 및 실습

■ 강사명 : 장 형 욱

강좌소개	올바른 걷기방법		
교육목표및 강의 진행방법	올바른 걷기방법으로 실제 움직임으로 옮겨 발, 무릎, 골반, 상체를 포함한 가장 효율적이고 안전한 걷기 자세를 습득하고 유지할 수 있도록 한다.		
준 비 물	편한복장, 운동화		
강 의 계 획			
월 별	일 자	강 의 내 용	비 고
11월	29일	1. 걷기 자세 교육 2. 바른 자세로 걷는 방법 3. 바르게 걷기 실기지도 4. 걷는 중 어느 근육을 이용하여 걷는지 느끼기 5. 걷기 중 개인별 걷기 자세지도 6. 체조 및 걷기 마무리	