

2020 年度版養成テキストに完全対応 !!

健康運動指導士 試験 第3版

[監修] 稲次潤子

[編集] 上岡尚代

野田哲由

田辺達磨

要点整理①実践問題

B5変型判・256頁

定価(本体2,800円+税)

ISBN 978-4-8306-5192-2



試験攻略のための必読書!

整理と
暗記

穴埋め形式による
頻出項目の要点整理

実践力
向上

試験本番を想定した
予想問題とその解説

この一冊で
2つの
試験対策

●主要目次

- 第Ⅰ章 健康管理概論
- 第Ⅱ章 健康づくり施策概論
- 第Ⅲ章 生活習慣病(NCD)
- 第Ⅳ章 運動生理学
- 第Ⅴ章 機能解剖とバイオメカニクス(運動・動作の力源)
- 第Ⅵ章 健康づくり運動の理論
- 第Ⅶ章 運動障害と予防
- 第Ⅷ章 体力測定と評価
- 第Ⅸ章 健康づくり運動の実際
- 第Ⅹ章 救急蘇生法
- 第Ⅺ章 運動プログラムの実際
- 第Ⅻ章 運動負荷試験
- 第Ⅼ章 運動行動変容の理論と実際
- 第Ⅽ章 運動とこころの健康増進
- 第Ⅾ章 栄養摂取と運動

健康・体力づくり事業財団が認定する
「健康運動指導士」の試験対策のための
テキスト。

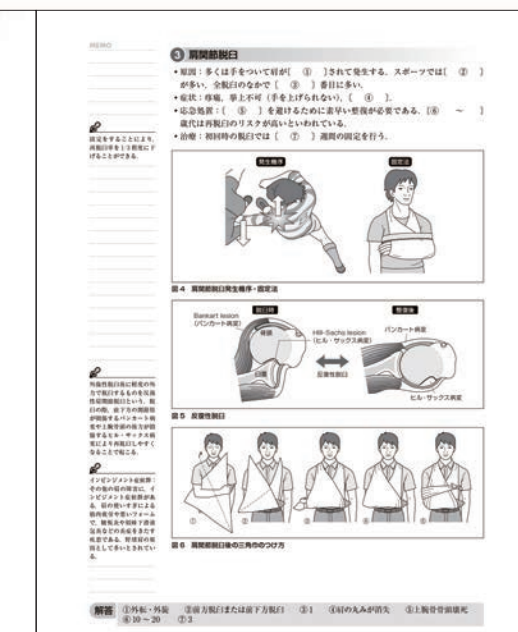
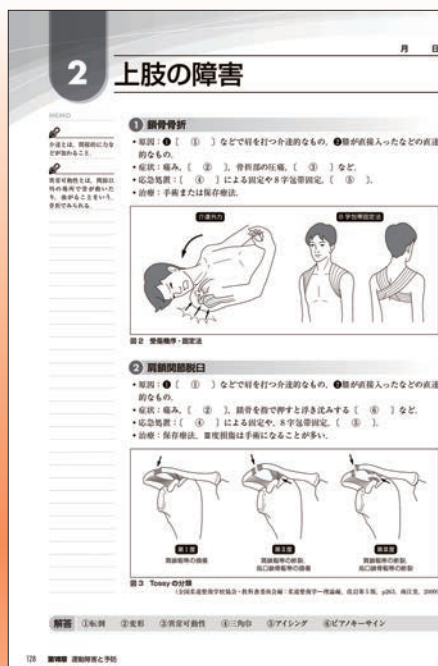
2020 年度版の健康運動指導士養成
講習会テキストの改訂内容に**完全
対応**。

▶前版同様、各章ごとに「整理と暗記」のパートと「予想問題」のパートに分けて解説されている。

▶「整理と暗記」のパートでは、穴埋め形式による頻出項目の要点整理ができる内容となっている。

▶「予想問題」のパートでは、試験本番を想定した4択問題とその解説が掲載されている。

▶試験に向けた日々の予習・復習から試験直前対策まで幅広く利用できる一冊。

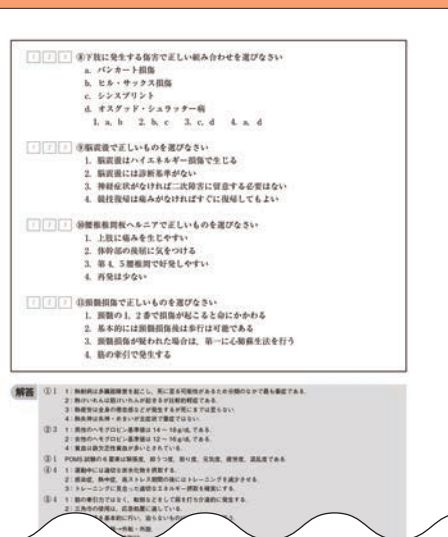
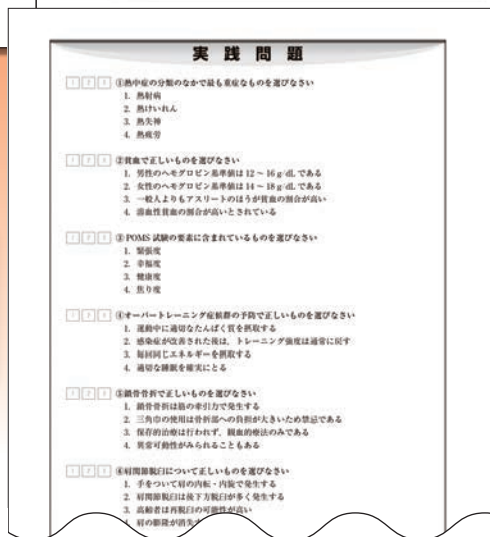


☆Point!

穴埋め形式による頻出項目の要点整理

☆Point!

試験本番を想定した問題とその解説



ご購入のご案内

*本書のご購入方法はこちら!



ご注文は、下記のご注文票にご記入の上、お近くの医学書専門店・医学書取扱書店にてお申し込みください。

[公式facebook] <https://fb.me/bunkodo1892>
[公式Twitter] @bunkodo_eigyō

お近くに医学書取扱書店がない場合は、弊社のホームページ・お電話・FAXからでも、ご注文いただけます。

*弊社にご注文いただいた場合は、別途送料がかかります。

TEL 03-3813-5478 FAX 03-3813-7241 【文光堂営業部】

【文光堂ホームページ】 <https://www.bunkodo.co.jp>

ご注文票

※ご記入いただきました個人情報は、商品の発送・代金振込みの確認以外の目的には使用いたしません。

健康運動指導士試験 要点整理と実践問題 第3版		注冊数	取扱書店
●定価 (本体 2,800 円 + 税) / ISBN 978-4-8306-5192-2		冊	
ふりがな	お電話番号		
お名前			
ご住所	〒 -		



文光堂

<https://www.bunkodo.co.jp>

〒113-0033 東京都文京区本郷7-2-7 tel.03-3813-5478/fax.03-3813-7241