

2025年3月28日

『専門科目ワークノート 3訂版』訂正箇所リスト

本リストは、「専門科目ワークノート 3訂版 第1刷」（2023年4月発行）の訂正箇所の一覧です。現在お持ちの「専門科目ワークノート 3訂版」の発行日は、P.113にてご確認ください。



●1章1節 P4 Q2

(誤) () のため体力強化や形態の改善、()、体調調整など

(正) () のための体力強化や形態の改善、()、体調調整など

●2章1節 P21 Q7 2行目

(誤) 施設やフィットネスジムでは、() が主流となっている。

(正) 施設やフィットネスジムでは、() が主流となっている。

●2章2節 P34 Q14

(誤) 「最小有効変化量」と何か、説明してください。

(正) 「最小有効変化量」とは何か、説明してください。

●3章1節 P40 Q8

(誤) 3 フォーストレップ法

(正) 3 フォーストレップス法

●3章6節 P65 Q13 5~6行目

(誤) () などで体内から冷却する () や、体外から冷却することが必要。

(正) () などで体内から冷却することや、() で体外から冷却することが必要。

●3章8節 P72 タイトル

(誤) 特別な対象のためのトレーニングプログラム

(正) 生活習慣病、傷害の受傷から復帰までのトレーニングプログラム

●4章1節 P88 Q6 [実技] <ポジショニングと開始姿勢>

(誤) 記入欄が3箇所

(正) 記入欄が2箇所

●4章1節 P89 Q9

(誤) <ポジションニングと開始姿勢>

(正) <ポジショニングと開始姿勢>

●4章1節 P89 Q9

(誤) [補助法]

(正) [呼吸法]

●4章1節 P93 Q16 [起こりやすい誤り]

(誤) 記入欄が2箇所

(正) 記入欄が1箇所

以上