## インストラクター・トレーナーの キャリア マガジン

月刊 [ネクスト]
2017
July
No.124





養成·求人情報

求人情報 オーディション 養成 セミナー情報

Webサイト・デジタルブック連動フリーマガジン

Fitness Business

www.fitnessjob.jp

2020に向けてトレーナーができること <sub>連載 vol.5</sub> 加藤健志



### **FITVITは、インストラクターに** いいこと・便利なことを提案・実現していきます。



UNIVERSITY

篡 集

各スクーリング受講ご希望の方は、FITVIT DESK までお問い合わせください。 各詳細の資料を送付いたします。

#### FITVIT特別セッション

#### CFSC(サーティファイド ファンクショナル ストレングスコーチ) Level.1 ライセンス認定ワークショップ

#### "全米 No.1 ジム" MBSC が認定する公式資格!

ファンクショナルなストレングストレーニングにおける スタンダードな考え方と実際のプログラミング、その指導 ファンクショナルなストレングストレーニングのノウハウが学べます 方法の実際がリアルに学べるチャンスです!

#### CFSCとは?

ファンクショナルトレーニングの第一人者マ イク・ボイル氏が創設した新しいファンク ショナル・ストレングス・トレーニングの認 定コース。2014年夏にアメリカで創設され、 アメリカのトレーニング&フィットネス業界 で大きなブームとなり、欧州でも展開が決定 した最新の認定資格。マイク・ボイル氏が 自身の経営するジム「MBSC (Mike Boyle Strength & Conditioning)」が実践してい る機能的なストレングストレーニングを体系 的、実践的に学ぶことができる。

#### なぜCFSCが有効なのか?

◆ 実践的なコーチ認定コース 個人、グループ指導の現場でコーチがすぐ活かせることを目指した、より実践的な資格です。

◆ MBSC のフィロソフィーを体系化 「MBSC」でのフィロソフィー(哲学・考え方)が体系化されたプログラムとして学べます。

◆ コーチングスキルに重点 どのように声を掛けるか?どう対処すべきか?現場で重要なコーチングにも重点を置いています。

◆ Web 学習とセミナーをリンクした Web を通じた事前学習と「筆記オンライン試験」を組み合わせることで、集合して行うセミナー 効率的なカリキュラム は1日8時間とコンパクトながら、より多くの情報共有とその実践ができます。

充実の講師陣

友岡和彦、谷佳織、澤田勝、弘田雄士、永島樹、トラビス・ジョンソン、齊藤邦秀

#### エリア 実施期間/時間/店舗/講師

関東 7月13日(木)~12月12日(火)/9:30~18:30 (受付開始 9:00から)

7月13日(木)/ティップネス川口/谷佳織、8月17日(木)/ティップネス宮前平/齊藤邦秀 9月27日(水)/ティップネス蒲田/友岡和彦、10月27日(金)/ティップネス宮崎台/齊藤邦秀 11月9日(木)/ティップネス川口/谷佳織、12月12日(火)/ティップネス瑞江/友岡和彦

関西 8月23日(水)、10月18日(水)、12月6日(水)

9:30~18:30 (受付開始 9:00から)/ティップネス武庫之荘/弘田雄士

人材開発部 FITVIT DESK 内 CFSC ジャパン事務局

64,800円 (税込)

定員 各14名(最少催行人数4名)

申込方法 CFSC ジャパン事務局の HPの申込みフォームで お申込みください。

申込期間 申込受付中。受付締切り 日は HPをご覧下さい。

HP: www.cfsc-japan.com

公式サイト: www.cfsc-japan.com

#### ●基本からしっかり学びたい方へ

#### ベーシックコース

#### アクアダンス

#### 対象 今後アクアエクササイズ指導を担当してみたい方

ティップネス クオリティースーパーバイザー

関西:澤野利恵

関東:柿島由香、露久保俊彦

水中運動の理論及び、アクアエクササイズ指導する為のベーシックスキルを学べるコースです。今回のコースでは全3回のアクアファンダメンタル(アクア指導の基礎とアク アウォーキング&ジョギング)からスタートしアクアミット(全7回)・アクアダンス(全10回)を学べる2つのコースをご用意しました。皆様の目的に合わせてコースを 選択出来ます。もちろん全コース受講する事も可能です。アクアエリアでの指導カテゴリーを広げたい方、基礎スキルを見直し学びを深めたいという方にお勧めのコースです。

#### エリア 実施期間/時間/店舗

関東 7月16日(日)~ 全20回

日曜日/18:30~21:30/ティップネス喜多見

関西 7月23日(日)~ 全20回

日曜日/18:30~21:30/ティップネス高槻

申込期間 関東 6月30日(金)17:00まで

関西 7月7日(金)17:00まで

全コース受講の場合 129,600円 (税込)

アクアミットコースのみ アクアダンスコースのみ 84,240円 (稅込) 64,800円 (税込)

※ティップネス契約インストラクターは、上記価格より10%引き

申込方法 FITVITDESKへお電話またはメールでお申込みください。

株式会社 ティップネス 人材開発部 FITVIT DESK

定員 15名(最少催行人数5名)

〒 108-0073 東京都港区三田 3-13-16 三田 43MTビル14F FITVIT **03-3769-8717**(平日11:00~17:00) メール:fitvit.agency@tipness.co.jp

詳しくは FITVIT HP にてご確認ください。









スポルテック®

第スポーツウエア& SWG 用品EXPO





第26回

2017年7月25日(火)~27日(大

10:00~18:00 (最終日は17:00まで)

京ビッグサイト 東1・2・3ホール

金 当日 ¥2,000 ※事前登録者・招待券持参者は入場無料

SPORTECでしか体験できないセミナー・ワークアウト・イベントを同時開催!!・

7月25日以~27日末 7月25日以・26日末 7月25日丞 SPORTEC x リラクゼーション コンテンスト Management JAPAN2017 Seminars FITNESS SESSION

7月25日丞

7月27日本





HPよりセミナー申込み・入場料¥2,000が無料になる事前登録受付中!

SPORTEC http://www.sports-st.com ヘルス&フィットネス ジャパン http://www.hfj.jp SPORTEC Facebook https://www.facebook.com/sports.expo/

# JAPAN FIT PRESENTS JAPAN FIT 2017

**JAPAN** FIT

日本最大級ダンスフィットネスショーケース

日程 10/28<sup>®</sup> 29<sup>®</sup> 会場 in ベルサール渋谷 ファースト

about **TEAM JAPAN FIT** 

日本をより健康に、よりアクティブに、そしてより魅力的にしていきたい。

健康をブームだけでは終わらせず、日本人の生活の一部にする為に活動しています。

#### Presenters



Kanehama

Hatada

Oikawa

#### Time Schedule

【10/28 Sat】		【10/29 Sun】	
10:00-11:00	菊本晃司・小林実登	9:30-10:30	RITMOS
11:15-12:15	Anastasia	10:45-11:45	Sasha
12:30-13:30	魚原大・岩橋悠太・及川祐樹	12:00-13:00	藤野慎士・関川太一・高山英士
13:45 <b>∼</b>	DEMO	13:15~	DEMO
14:30-15:30	Fares	14:00-15:00	Luciano
15:45-16:45	金濱聡美・畑田美紀	15:15-16:15	竹ヶ原 with 大串 & 田口
17:00-18:00	Sasha & Luciano	16:30-17:30	Anastasia & Fares
※タイムスケジュ・	ールは変更となる場合があります		Photo

Charge 予約専用サイトよりお申込みください http://yoyaku.shop-pro.jp/

★1次:6/1~7/31 ★2次:8/1~9/30 ★3 次:10/1 ~ 10/20

 $1 \text{day} \neq 10,260$   $2 \text{days} \neq 17,280$   $1 \text{day} \neq 12,000$   $2 \text{days} \neq 21,000$  $1 \text{day} \neq 9,720$   $2 \text{days} \neq 16,200$ 

http://www.japanfit.jp

Japan Fit 事務局(カリテス内) 〒340-0052 埼玉県草加市金明町372-1-802

tel. 050-3611-4488 E-mail. jfit@charites.jp











#### CONTENTS 2017 July











#### 第1特集

10

# アスレジャースタイル

45

#### Special Interview

女性のためのアスレジャーが似合う身体づくり 岡部友さん 10 男性のためのアスレジャーが似合う身体づくり 有馬康泰さん 14

#### Scene

NERGY	16
X-girl Sports	17
New Balance	18
Bitter Sweet	19
ゴールドウイン	20
マウンテンハードウェア	22
adidas	23

#### 42 第2特集

32

#### オーディション特集

#### **PERSON**

2020に向けてトレーナーができること加藤健志さん

#### **NEWS&TRENDS**

07 業界最新ニュース 09 Found it!

#### COLUMN

34 パーソナルトレーナーの働き方! 東山暦 トレーナーのための読書入門 高橋順彦 成長するマイクロジムの作り方 マーケティングの思考を養う 顧客創造のヒント 伊藤友紀 38 フィットネスで働くママの親子で共創子育で生活 上田泰子

#### | JOB INFO

# 求人·養成情報

#### **ADVERTISER**

02株式会社ティップネス	
03SPORTEC 運営事務局	
04Japan Fit 事務局	
06一般社団法人 日本健康体操普及連盟	
08公益財団法人日本フィットネス協会(JAFA)	
25OKJエアロビックファミリー	
26	
27	
35·37全米エクササイズ&スポーツトレーナー協会(NESTA 、	JAPAN)
44株式会社ジェイアール東日本スポーツ	
58株式会社ぜん	
59ポールスターピラティスジャパン	
60株式会社ブラボーグループ	

#### **STAFF**

発行人 古屋武範 編集長 岩井智子 ネクスト編集部 杉山和矢、小澤千歳、剱持真由、庄子悟、齋藤美紀 アートディレクター 原田有紀 印刷 JTB印刷株式会社

2017年6月25日発行 株式会社クラブビジネスジャパン Club Business Japan, Inc. 〒150-0045 東京都渋谷区神泉町20-25 神泉QSビル8F

© 本誌記事の無断転載を固く禁じます。

広告掲載や配本に関するお問い合わせ 編集に関するご意見・ご感想はNEXT編集部まで Tel.03-5459-2841 Fax.03-3770-8744 info@fitnessclub.jp www.fitnessclub.jp

#### 『NEXT編集部』公式フェイスブックページ

フィットネス業界の最新トレンドやトレーナー・インストラクターの方々のキャリアアップにつながる情報をタイムリーに発信しています!



NEXT編集部 Facebook



#### 身体の機能改善のリフレッシュエクササイズKAZE®

# インストラクター養成講座 全国ツア・



KAZE とは、きれいな筋膜、しなやかな抗重量筋を作る事によりカラダの歪みや姿勢を改善するリフレッシュエクササイズで、道具、 シューズ、場所いらずです。

何の略かというと以下の通りです。

 $lackbrack lack \cdots$  筋膜体操、 $lack lack \cdots$  赤ちゃんの呼吸法、 $lack lack lack \cdots$  自重負荷ファンクショナル、 $lack lack lack \cdots$  エクササイズ

・筋膜体操フォームの習得

・抗重力筋エクササイズ フォームの習得

・ベビーブレス実践

・コーチング練習

この講座はオンザビートで行う KAZE とは異なり、音楽のリズムに合わせないタイプの KAZE prep となります。よりトレーニン グテイストな構成をつくりやすく、普段スタジオレッスンをしないパーソナルトレーナーの方にもお勧めのコースとなっています。 もちろんスタジオインストラクターの方の新しい武器になることも間違いありません。

※この講座はスポーツ振興くじ助成事業となります。

#### 講座内容

#### 理論

- ・筋膜基礎理論
- ・筋膜リリースのデメリット
- ・筋膜リリースと筋膜体操の違い
- ・ファンクショナル トレーニング基礎理論
- ・ベビーブレスと腹腔内圧
- ・ドローイン とベビーブレス

<sup>受講費用</sup> 通常 43,200 円 → **24,000** 円

(スポーツ振興くじ助成事業特別価格)

応募方法 Fitnessjob からご応募頂くか 下記へお問い合わせください。

#### スケジュール

## **開催期間** 2017年**8**月**5**日~**11**月**19**日

仙台	8月5日(土)	スタジオ you	11:00~21:00	
福岡	8月19日(土)	ヨカラボ天神	10:00~20:00	
広島	8月20日(日)	STUDIO GOOD LIFE	10:00~20:00	
沖縄	9月2日(土)	Brilliant Poat	9:00 ~ 18:00	
東京	10月8日(日)	スタジオ FAN	10:00~20:00	
名古屋	11月5日(日)	スポーツジム nex top	10:00~20:00	
札幌	11月11日(土)	CONTE-SAPPORO Dance Center	10:00~20:00	
大阪	11月19日(日)	フロイデ玉造 5F スタジオ	10:00~20:00	

#### KAZE® 開発チーム ※全会場で講師3名が指導いたします。

#### 講師



日常生活で同じ姿勢や動きを続けて いると、筋膜がゆがみ、身体全体の 機能不全を引き起こします。 KAZEprep は、全身の筋膜を意識し た動きをする、今までにないプログ ラムになっております。

**東**葛病院勤務 シナプソロジー教育トレーナー



澤木 一貴 SAWAKI GYM 代表 NESTA JAPAN 理事 BFR トレーナープロ

KAZEprep はモビリティやスタビリ ティを整えることはもちろん、筋膜の 流れを考慮しているので、身体機能の チューニングが効率よくできます。バー ソナルトレーナーにとっても強力な指 導スキルになること間違いありません。



何歳になっても自分の身体を扱える 能力を身につけておく!というのが KAZEprepのテーマです。その為に、 様々な体位で身体を支えて操り、多 くの種類の動きを行うのが大きな特

上田浩之 日本健康体操普及連盟代表理事 競技エアロビクス全日本 13 度優勝 健康運動指導士



問い合わせ先

一般社団法人 日本健康体操普及連盟 〒185-0034 東京都国分寺市光町 1-30-7-402

HP: http:// 健康体操.jp MAIL: kenkou@japan-hoopdance.com TEL:042-507-9219



# **NEXTNEWS**

#### News Pick Up 10 2017年5月の10大ニュース

## 1

#### ウイング、プール利用提供で障がい者スポーツを支援

青森・八戸のフィットネスクラブ「ウイング」は、障がい者支援団体「スペシャルオリンピックス日本・ 青森(SON青森)」(青森市浪打)と5月、同クラブプールの利用規約締結式を行った。同クラブがプール施設の一部を毎週日曜日の15時30分~16時30分に無償提供する。



#### LAで人気のCARDIO BARRE、日本初上陸

株式会社ベイクルーズは、米カリフォルニアを中心に人気の女性限定のバーエクササイズスタジオ 「CARDIO BARRE(カーディオ・バー)」を、日本で初めて自由が丘にオープンした。



#### FINC、香川真司氏、北島康介氏らと、Health for Tomorrow設立

同社は、香川真司選手、北島康介氏、TABLE FOR TWO International らとHealth for Tomorrow を設立。第一弾として、歩数に応じて貯めたポイントで、ケニアの子供たちに給食を提供する取り組みを7月から始める。



#### 商業施設複合型クラブハウス「いわきFCパーク」、6月10日開館

サッカー Jリーグ参入を目指すいわき FC (県社会人リーグ1部) を運営する、いわきスポーツクラブ(大 倉智社長) は、福島県いわき市に建設を進めている日本初の商業施設複合型クラブハウス 「いわき FC パーク」を6月10日にオープンさせる。



#### ANYTIME FITNESS、日本国内での店舗数200店を突破

「ANYTIME FITNESS」は、4月25日(火) の船橋日大前店のオープンにより、日本国内での店舗数が200店舗を突破した。2010年10月に1号店をオープンして以来、2年弱で200店舗と、順調に店舗数を拡大してきた。今後は、2020年までに500店舗突破を目指す。



#### トレーニング依存症の兆候、世界の人口の0.3~0.5%に

米フロリダ州にあるジャクソンビル大学のヒーザー・ハウゼンブラス教授(運動生理学)によると、トレーニング依存症(exercise addiction)の兆候が「世界の人口の $0.3 \sim 0.5\%$ の人にみられる」とのこと。米国には $90万\sim 150万人いることになる。$ 



#### サックス・フィフス・アベニュー、美容と健康の特別フロアを設置

NYの老舗の高級デパート「サックス・フィフス・アベニュー」は、五番街にある旗艦店で5月から半年間の期間限定で、美容と健康の特別フロアを設置。2階の約450坪の広大なスペースに、話題のフィットネスクラブのほか、スパやネイルサロンなど20店舗以上を揃えた。



#### ハースト婦人画報社、「Women's Health」をサイトローンチ

同社は、フィットネスやウェルネスなどのヘルシーなライフスタイル情報を届ける世界的メディアブランド「Women's Health (ウィメンズヘルス)」を、5月にサイトローンチ。「Men's Health (メンズヘルス)」もデジタルメディアとしてローンチする予定。



#### ヒップアップを目指す、女性専用ジム「Spice up Fitness」オープン

Spice up Fitness 代表、岡部 友氏は、ヒップアップを目指す女性のためのフィットネスジム [Spice up Fitness] を東京都港区南青山にオープンした。岡部氏考案のオリジナルメソッドによる指導を提供する



#### 丸井錦糸町店内に、女性専用サーキットジムがオープン

株式会社CLEAR BODY は、丸井錦糸町店5階に女性専用の30分フィットネス「CLEAR BODY 丸井錦糸町店」を6月にオープン。"打つ・蹴る・飛ぶ・漕ぐ" といったスポーツの動きに連動するエクササイズにより日々の代謝効率を上げ、痩せやすいカラダに改善する。月額5,800円~(税抜)。

#### **News from the World**

#### 編集部からのニュース

#### ダンスフィットネスコンテスト2017 エントリー受付中!

インターナショナルプレゼンターへの登竜門となるコンテストが、2017年も下記の通り開催が決定。

コンテストの流れ、ルールは2016と同様。一次審査のエアロビクスマラソンでは、世界トップレベルのプレゼンターのレッスンが堪能できる。審査委員長は竹ヶ原佳苗さんが務める。コンテストに関する最新情報は、フェイスブックページ「ダンス

コンテストに関する取新情報は、フェイスノックペーン フィットネスコンテスト/ルーキーコンテスト」にて。



## DANCE FITNESS CONTEST

ダンスフィットネスコンテスト2017

日時:2017年7月26日 (水) 場所:東京ビッグサイト SPORTEC特設会場 ※年齢制限なし! ※ステップ審査なし!



来日プレゼンター コラリー・カラッサンさん

## ROOKIE CONTEST

ルーキーコンテスト2017 日時:2017年11月12日(日)

場所: 品川インターシティホール ※インストラクター部門出場資格は30歳以下

※インストラクター部門出場資格は30歳以下 ※インストラクター部門優勝者はルーキー世界大会にご招待!

#### Key Words & Numbers ニュースなことば、ニュースな数字

·

#### 暗闇フィットネス スポーツ専門指導員

他人の目を気にすることなく、暗闇のなかで運動する「暗闇フィットネス」が注目されている。その代表格は、ボクシングジートゥーののちませて(ビー・モンスター)」。人気の理由は、①欧米のフィットネスシーンでも人気②シャイな日本人にフィット③没入・集中できる④同質的な仲間がいることで安心感がある⑤高い効果などが考えられよう。

自民党は、学校の運動部活動のレベル向上や安全確保のため、指導者の国家資格制度導入に向けた検討を進めている。各種目で専門的技能を持つ外部人材を積極的に活用することで、指導内容を充実させるとともに、教員の負担軽減につなげることも狙う。資格は教員と外部人材の双方が取得できることとし、合格者を「スポーツ専門指導員(仮称)」にする。

Key Word

ダンス

2016年にスポーツ庁が行ったスポーツの実施状況に関する調査によると、「週1回以上運動をしている」とした人は、高齢層はど高い傾向が明らかに。60代、70代が取り組んでいる種目をみると、1位は「ウォーキング」で50%超。2位に「体操」、3位に「トレーニング」と続いた。こうしたなか、70代女性で「ダンス」が5位にランクインしていた。

Key Number

2.1%

フィットネスビジネス編集部が刊行する 『日本のクラブ業界のトレンド2016』に よると、2016年は、市場規模が前年比 21%伸び、およそ4500億円となった。 業界各社が比較的順調に成長し、増収増益 を達成するプレイヤーも多く出た。スイミ ングスクール部門や受託部門の好調に加 え、既存のフィットネス部門も在籍会員が 増え、増収を達成するクラブが増えた。

# 新講習ハイクラスセミナー





### 医科学と運動の学術セミナー

日程 2017年8月5日(土)6日(日)

会場 専門学校 社会医学技術学院 (東京都 小金井市)

定員 50名 ※定員になり次第受付終了

プログラム 定本 朋子 • 日本女子体育大学 教授 (大学院研究科科長・基礎体力研究所所長)

> 運動生理学 ~運動時の呼吸循環系を理解する/ 反応・調節・適応~

藤本 司 ● 昭和大学 名誉教授(脳神経外科医) 健康と脳科学 ~脳の構造/ 運動による脳活性化の健康効果~

杉浦 克己●立教大学コミュニティ福祉学部教授 基礎栄養学 ~時間栄養学/ サプリメントの活用と選び方~ 受講料 (税込)

30,000円 (JAFA会員 20,000円) (ACSM/EP-C有資格者 25.000円)

取得可能 単位

健康運動指導士·健康運動実践指導者 講義12.0

JAFA/GFI 12.0 ACSM/EP-C 12.0

町田 修一 ● 順天堂大学大学院 スポーツ健康科学研究科 先任准教授

体力医学 〜身体組成の管理/ 運動・栄養・休養を再考する〜

泉田 良一●江戸川病院慶友人工関節センター長 (整形外科医)

機能解剖学 ~運動器の構成体成分/機能と解剖~

橋本 通 ● 昭和大学藤が丘病院循環器内科 客員教授(内科医)

スポーツ医科学 ~運動前メディカルチェック/ 服薬者運動時の注意点~



内閣府認定

公益社団法人日本フィットネス協会

お申し込みはこちら



## 編集部が厳選した、インストラクター・トレーナーに オススメの最新情報をご紹介! Cound it!

#### 今年で5年目! 史上初のフィットネスミュージカル

#### BAILA BAILAミュージカル

出演キャストをフィットネスインストラクターが務める史上初のフィットネスミュー 「ジカル。皆様からの好評を博し、5年目の上演を迎えるBAILA BAILA ミュージカル。皆様からの好評を博し、5年目の上演を迎えるBAILA BAILA ミュージカルが、今年はDDD歌劇団を率いて帰ってきます。昨年オリコンディリーランキ アルル、ライはDDD 歌劇間で生かくからになり。 in チャッコン オップン ング DVD 総合部門で初登場1位を獲得した、地中海系ダンスエクササイズ [BAILA BAILA] のミュージカル化。笑いあり、感動ありの内容で、ダンスに興味のある方、何かをはじめてみたいという方も、楽しんで頂けます。ダンス、歌、芝居をミックスした新感覚のBAILA BAILAワールドをこの夏、是非ご体感下さい。 大阪公演: 2017年6月24日(土)~25日(日)世界館

名古屋公演: 2017年8月12日(土)~13日(日)港文化小劇場

問 BAILA BAILA ミュージカル事務局

大阪公演 03-6241-1172 名古屋公演 03-6416-1367



#### アスリートの為のコンディショニング栄養食

#### ボディメンテ ゼリー

日々の過酷なトレーニングによって体調を崩しやすいアスリートの身体状態に着目し、 日本の週間はドレーニングによって、体調を用してすい。バスリートの身体が悪に眉目した。 独自成分【乳酸菌 B240】に加え、【BCAA+アルギニン】【ホエイタンパク】を組み合わせ、リカバリーとメンテナンスの視点で、カラダを守る製品として開発。 乳酸菌が入っていても賞味期限は9ヶ月。常温保存を可能とし、ヨーグルト風味で美味しく、すばやく飲み切れるサイズ(100g、90kcal)を実現。主食やカロリー過多

への影響をできるだけ抑えた設計となっています。 アスリートだけでなく日常生活において様々なリスクにさらされる人々の体調管理と、パフォーマンスを最大限に発揮するためのコンディションづくりをサポートします。

問 大塚製薬株式会社 http://www.otsuka.co.jp/bdm/#skip



#### \_\_\_\_\_ 貧困から立ち上がろうとする人々への支援と東北復興支援

#### OXFAM TRAILWALKER東北 2017 安達太良

オックスファム・トレイルウォーカーは、4人1組のチームで参加するトレイルウォーキ ング&ランニング・イベントです。自分の体力やチームワークの難しさへの挑戦と同 時に、参加をきっかけに寄付金を集めて国際協力に貢献するというもうひとつの挑戦 が用意された企画です。2015年より東日本大震災の被害を受けた東北・安達太良を舞台に震災復興イベントとして開催し、今年も世界各国からたくさんの方々にご参加いただきました。残念なことに悪天候に見舞われ急遽日程とコースを変更しての開催となりましたが、ボランティアの方々の暖かい対応により、スムーズな運営を行うこと ができました。オックスファム・トレイルウォーカーは世界で行われるチャリティイベ ントとして今後もその輪を広げていく予定です。

問 Oxfam Japan (Photo/Keisuke Ichinose) HP: http://oxfam.jp/



#### フィットネス業界のデータベース

#### 『日本のクラブ業界のトレンド2016年版』 発売!

業界内各社、または活躍方の必須アイテムとなりつつある『日本のフィットネスクラ ブ業界のトレンド」の最新版 (2016 年版) が発売開始。日本のフィットネス業界の 過去5年間にわたる市場規模や会員数、施設数などの推移や業績好調店のとる施策、 2016年に開設された注目のクラブやプログラムなどを掲載しています。今後の自社 の施設や、ご自身の進む市場などのベースになるデータとしてお役立てください。

問 フィットネスビジネス編集部 TEL: 03-5459-2841

お申込:http://www.fitnessclub.jp/business/service/trend.html









アスレジャースタイルが似合う人は、フィットネスやスポーツのあるライフスタイルを体現する存在。フィットネス、トレーニング指導者としては、アスレジャースタイルを素敵に着こなしたいもの。そこで、アスレジャーが似合うボディメイクの専門家に、普段行っているトレーニングについて訊いた。アスレジャースタイルを着こなすことは、自身にとっても、クライアントにとっても、トレーニングの新たなモチベーションになるはずだ。









# AthleisureStyle

# アスレジャースタイル







## 女性のためのアスレジャーが似合う身体づく

女性らしいアスレジャースタイルは、身体の丸みが鍵を握る!

#### 岡部友さん

は、アスレジャースタイルを追求する

パーソナルトレーナーの岡部友さん

人。2013年頃、ヒップトレーニ

丸みをつくるコントロールできる筋肉で

嬉しく思った記憶がある。今では普段 のレギンスに出会い、当時のトレーニ 着としても仕事着としても愛用してい ングでの変化をウェアを着た時に感じ 仕事で米国に行ったとき、ルルレモン 組み込んだコンセプトを確立。その頃、 ングを本格的に女性のトレーニングに

モチベーションになっていく。 ウエアや洋服をきこなすことが一つの い洋服も変わってくる。ラインが出る ングをして体が変わってくると、着た アをきてくることが多いが、トレーニ お客様も最初はラインが出ないウエ

部位を際立たせる筋肉づくりが、トレ 周りなど、女性ならではの魅力となる はこう説明する。 尻を起こそう)」では、ヒップやバスト ーニングの軸となっている。岡部さん 「GLUTES IN ACTION (お

としたところでただ細くなるだけなの の形は体脂肪が少ないかというとそう でに標準体重です。そこから脂肪を落 ではありません。多くの日本女性はす ラテン女性に代表されるボンキュボン したからといって女性らしいラインに することはできません。体脂肪を落と どこからついていくかはコントロール れていますが、脂肪がどこから落ち、 近づくかというとそうではないのです。 「昔から脂肪燃焼=綺麗になると思わ 筋肉はトレーニングす

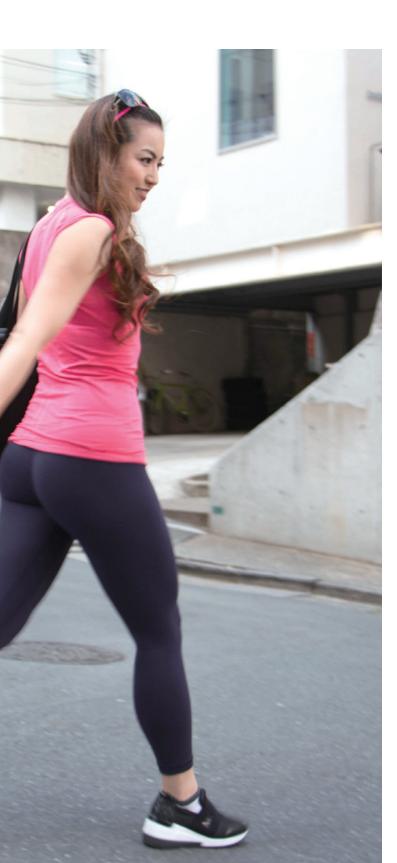
トレーニングメソッドともなっている 現在岡部さんが代表を勤めるジムの

見せなくても魅力的な 迷う必要は全くありません」

つまり、肌を露出しなくても、女性ら は、「見せなくても魅力的な身体づくり」。 身体づくり 岡部さんのボディメイクコンセプト

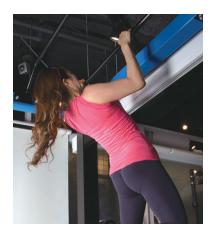
的なのです。美しい『メリハリ』や『カ 改造して女性の曲線をつくることが目 標にするのではなく、身体のラインを とができるのです。体重何キロ減を目 ップラインとバストラインを変えるこ ることで、誰でも女性の魅力であるヒ かはコントロールできるのです。この 筋肉をどこにつけるかどこにつけない れば必ずその部位の形は変わります。 ーブ』作りは、誰もができることなので、 かし正確にトレーニングメニューを作 コントロールできるところを最大に活

ランスが鍵になる。 時代は、丸みをつくる脂肪と筋肉のバ ブに、女性たちの視線が集まっている。 る。近年インスタグラムなどSNSで される。つまり、大会のための身体作 あり、筋トレだけでもダメ、減量だけ ひとつに「ヒップとウエストの差」も ジェル」がスタートする。審査基準の を競うコンテスト「フィットネスエン テスト」にも注目が集まり、2017 ブラジルなどで開催される「美尻コン も、お尻が大きくウエストが細いセレ 価されるのだ。アスレジャースタイル 年、日本でも女性らしいボディライン この世界的なムーブメントを受けて、 しい魅力が感じられることを重視す りではなく、普段からの身体作りが評 ライフスタイルを表現する身体が評価 でもダメ、まさにフィットネスのある





バーベルヒップスラスト 恥骨のラインにバーベルを乗せて、腰を反らさない ように骨盤を上げる。大臀筋が最も収縮したところ で負荷がかかることがポイント。



**懸垂** 広背筋をつけることで、ウェストのくびれが強調で きる。



グルーツバンドトレーニング ドイツ発のヒップトレーニングのために開発されたミニバンド。 2017年7月より日本でも展開がスタートする。

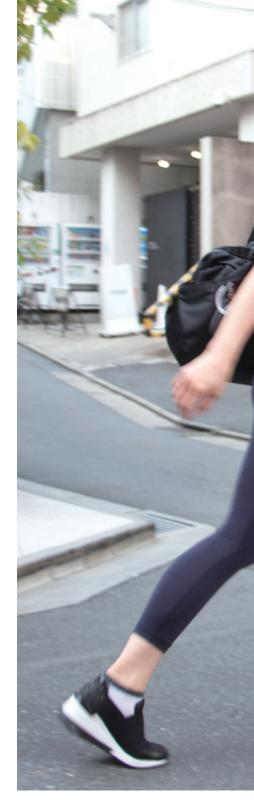




ランドマインワイドスクワット 膝が少しでも前に出ないように、バーベルで姿勢を 支えながら行うフルスクワット。つま先を少し外側 にして、大臀筋が最も伸張したところで負荷がかか ることがポイント。



**ダンベルプレス** 大胸筋の上部に筋肉をつけることで、バストの厚み をつくっていく。





#### 岡部友さん

フロリダ大学運動生理学部卒業。米国にてNSCA-CSCS、ドイツにて Glutes Builder Master認定を取得。現在は女性専用パーソナルジム Spice up Fitness を運営。期間限定のダイエットではなく運動がライフスタイルになるように、アジア女性のフィットネス文化を確立させ、自立した女性が増えることが夢。

## 男性のためのアスレジャーが似合う身体づくり

男性のアスレジャースタイルは、筋トレと、階段2段抜かしで決める!

#### 有馬康泰さん

泰さん。陸上選手だった学生時代か クでも上位ランキング常連の有馬康

パーソナルトレーナーで、フィジー

基本は、逆三角形Tシャツ短パンを着こなす

をつけたくないと練習後に続けたとこ 少しでも遠くに跳ぶため、無駄な脂肪 になり、2014年から日本でもスタ ブ社員を経て、パーソナルトレーナー なるほど。卒業してフィットネスクラ り、筋疲労で幅跳びの記録が伸びなく ろ、トレーニング自体がおもしろくな たのは大学時代。幅跳びの選手として を維持しているという。筋トレを始め 現在まで、常に腹筋が割れている状態 ら、3人の子どもを持つパパでもある て自身の身体づくりも本格化させた。 ートしたフィジークコンテストに向け

す。トレーニング中はウェストシェイ 6~7種目行い、オールアウトさせま 分割して胸のトレーニングでは1回に く変化が期待できると考えます。私は に新たな刺激が入り、伸びしろも大き 実は普段やり慣れない種目ほど、筋肉 な種目として繰り返し行いがちですが、 目を攻めるほうが達成感もあり、好き 効果的です。通常『効く』と感じる種 大きくしたい部位は多種多様なバリエ 圧をかけずにトレーニングができるの パーを使い、お腹を張り出すような腹 ーションで筋肉に刺激を入れることが 上半身の上半分を大きく、一方ウェス トは極力細く仕上げることが重要です。 そのため、特に肩から胸、 細さを維持できてオススメです」

体で表現できることがポイントです。 「フィジークでは特に逆三角形を自然 広背部など

激しいため、運動をライフスタイルに とを重視する。特に、運動をしている 基本である「運動」「食事」「睡眠」「メ る。自身が経営するパーソナルトレー えたいという思いで指導にあたってい 在とはいえ、パーソナルトレーナーと 伝え続けている。 りが可能になることをクライアントに 採り入れることで、快適なカラダづく ニングスタジオでは、フィットネスの いない97%の人にこそ運動の魅力を伝 してはフィットネスクラブに参加して 人としていない人の身体の状態の差は ンタル」をはじめ生活習慣を見直すこ

# 軽やかな速歩と男性アスレジャースタイルは、 階段2段抜かしが似合う

有馬さんはフィジーク界で有名な存

カラダ、快適な生活が実現できるので 生活習慣に取り入れることで、快適な 「『運』を『動かす』と書く、運動、を

有馬さん自身も、日常での習慣を運

スレジャーなライフスタイルを支えて になじみながらも、大きなストライド で闊歩できるウェアとシューズは、ア は欠かせないと話す。 ビジネスタウン でも、機能性の高いウェアとシューズ しで、エスカレーターは使わない。 するのが日課。階段も一段~二段抜か ビジネスパーソンたちをごぼう抜きに んが経営するスタジオがある大手町の 動に変えている。たとえば通勤時は、 そのライフスタイルを維持するうえ 般の人の数倍の速さで歩き、有馬さ





#### ④スクワット(ウェストシェイパー着用)

男性にとっても美尻は重要。ショートパンツやスラックスでも臀部の形は全体のスタイルを左右する。ウェストシェイパーは高重量のトレーニング時にも過度にお腹を張り出すような腹圧をかけずに済むため、ウェストが太くなりにくい。

(※ウェストシェイパーは腹筋エク ササイズ以外全て着用している。)



③インクラインケーブルフライ 胸の厚みは必須。またVネックTシャツから見える胸の上部の筋肉をつけることで、男らしさカッコ良さが



#### ②フロントラットプルダウン (後ろに引く)

広背筋の広がりは、逆三角形のシルエットを強調する。バーを胸部に引くことで、よりウェスト上部の背中に効かせやすい。首は細く保ちたいので肩をすくめ僧帽筋上部のトレーニングにならないように気をつける。





#### ①サイドレイズ

Tシャツやウェアを着る場合でも、 肩幅の広さが逆三角形のシルエット をつくるうえで欠かせない。特に横 に幅をつくる腕をサイドに上げるト レーニングは必須。



#### 有馬康泰さん

株式会社イヴォルヴ代表取締役

陸上競技を通じてトレーニングを実践し、日本体育大学で教員免許を取得。その後、NSCAなどトレーナー資格認定を受け、パーソナルトレーナーに。2009年よりアンダーウェア&フィットネスモデルとしても活動し、2014年にはReebokONEアンバサダーに就任。2012年ベストボディジャパン ミドルクラス優勝を機に、フィジークコンテスト優勝・入賞多数。2014年に「Body Work Space EVOLVE.」設立。3人の子を持ち、休日はパパ業に専念している。

#### リーボック

#### フィットネスファッションの元祖 鍛えた身体をキレイに見せるアスレジャーを提案

リーボックは1895年にイギリスで一人の青年が画期的なランニングシューズを作ったことからスタート。1979年にアメリカに進出し、フィットネスブランドとして急成長。その象徴が1982年発売のエアロビクスシューズ「フリースタイル」。ニューヨークから世界に、フィットネスシューズで街を闊歩することをトレンドにしたアスレジャーの元祖。現在もフィットネスブランドとして、街でも映えるウェアとシューズを提案している。

胸の部分にカモフラージュ柄のキルティングを施したタフタ素材を施して、 防風性と防雨性を兼ね備えたスウェット。リーボックの定番スタイルのボ ードショーツは耐久性とストレッチ性を備えた抜群の動きやすさを実現。





大庭里香さん リーボックマーケティング事業本部 シニアデザイナー

フィットネスに最適な速乾性、耐久性を備えた素材を使い、街でもフィットネスで鍛えた身体がキレイに見えるデザイン性を加えています。米国にくらべて、日本ではジムへの行き返りに公共の場所を通ることも多く、体型を出すことに抵抗感を持つ方も多い。そうした環境にも配慮しながら、フィットネスのトレンドと、タウンのトレンドを繋ぐフィットネスファッションを提案しています。



2015年渋谷にオープンした「NERGY」は、ファッション、スポーツ、 フード、ビューティの4つのコンテンツを通じて、日常にスポーツのあ る「アクティブライフスタイル」を提案。海外のアスレジャーのムーブ メントを参考にしつつ、日本女性の志向や生活環境にも寄り添った、フ アッションとしても楽しめるスポーツウェアを展開。

#### **NERGY**

ファッションブランドの素材、生産工程を応用して、 「お洒落でカワイイ」スポーツウェアを提案



スポーツウェア素材はつるっとした素材が多いので、凹凸のある素材や、紙のよう なハリ感がポイントの素材を組み合わせると、ぐっとお洒落感がアップ。



フィットネスウェアの上にスッポリかぶって出かけられる。襟もとのディテールは ファッションブランド発ならでは。



#### 八木志津代さん

株式会社ジュン ナージー事業部 デザイナー

これまでは20~30歳台女性向けのカジュアルモードブランドのデザインをしていました。

欧米に比べて、日本ではジムへの行き帰りも電車に乗ったり、街中を歩く場面が多いので、そうした環境でも気持ちが開放できるよ うにアスレジャーを日本的にローカライズしています。ファッション素材をスポーツスタイルに採り入れる一方で、スポーツの機能 性素材で、結ぶディテールやレース、裾が斜めのカッティングなどファッション性が楽しめます。

X-girl は 1994年ロサンジェルス生まれのブランド。音楽、カルチャー、スポーツ等のスト リートシーンから様々な要素を取り込み、"REAL GIRL'S CLOTHING"をテーマに掲げ、 BASICで飽きのこないアイテムを時代の変化に合わせながら"リアルな女の子のストリート スタイル"として提案している。スポーツラインは2012年冬から。「スポーツミックス」と して米国で流行っていたスポーツブランドをコーディネイトに採り入れる動きからアイデア を得て、X-girl支持層の女子に向けて、気軽に着られるウェアで、スポーツをはじめるきっか けづくりをサポート。

#### X-girl Sports

スポーツミックスで、 運動が苦手な女子にも アクティブなライフスタイルを提案



吸水速乾のメッシュ素材にアロハシャツの柄をプリントしたTシャツは、海への行 き来にもピッタリ。もちろんランニングやヨガ、サップにも!



丈の長いフード付スエットは、レギンスに合わせてもお尻が隠れる。運動初心者で もアスレジャースタイルが楽しめる。



フジタトモコさん 株式会社ビーズインターナショナル

X-girl 事業部デザイナー

X-girlの日本オリジナルラインの立ち上げから担当しています。私自身、2011年からランニングを始めたこともあり、大人になってか ら運動を始めようと思う女性が気軽に手にとれるように、タウン着からあまり離れないデザインにしています。女子ならではの好奇心 に合わせて、スポーツのカテゴリーを問わずにコーディネイトを楽しんでいただけます。

ニューバランスは1906年ボストンで矯正靴やアーチサポートインソールを製造する ブランドとして誕生。そのインソールをシューズに入れると「新しいバランス感覚」 が生まれることにブランド名が由来している。ランニングシューズとしての履き心地 と、どんなファッションに合わせやすいカラー展開から、タウンシューズとしても人 気を博し、アパレルラインも含めてランニングのあるライフスタイルを提案。

#### **New Balance**

どんなスタイルにも合わせやすい ランニングシューズはアスレジャーの原点



ライフスタイルシリーズ

丈の長めのタンクにスポーツブラを合わせたトップスに、ボトムスはリフレクター 付きレギンス。ジャケットはクラシカルなデザインで、日常にも着やすいデザイン。 シューズ「FUEL(フュエル)」は汎発性が高く履き心地が良いソールに、スリッポ ンスタイルのアッパーが脱ぎ履きしやすいストレスフリーなモデル。



リラックスシリーズ

大きくnew balanceとデザインされたTシャツはデニムなどにもぴったりなアイテ ム。パンツはひざ下のスリムなラインが特徴で脚をすっきり見せてくれます。また、 ひざ上に位置するNBロゴが脚を長く見せてくれます。



#### 小澤真琴さん

ニューバランス ジャパン PR

ニューバランスは矯正靴やアーチサポートインソールを製造するブランドからスポーツシューズへと発展してきましたが、デザインや カラーなどがファッションとしても人気が広がり、現在ではライフスタイルコンセプトの商品も多くあります。アパレルのラインナッ プも、スポーツはもちろん、日常にも着やすいアイテムが増えてきており、高い機能性と着心地の良さが特徴です。

2013年にメンズフィットネスブランドとしてスタート。20代のダンスフィットネスインス トラクターと契約し、彼らがタウン着として選ぶウェアも意識したフィットネスウェア。日 本発のシンプルなカラーやスタイルは、欧米のダンスフィットネスインストラクターの注目 も集め始めている。

#### **BitterSweet**

ダンスフィットネス インストラクターが発信する アスレジャースタイル



レギンスに、丈が長めのTシャツを組み合わせる定番スタイル。夏は、膝上丈パン ツと組み合わせてボーイッシュに。



オーバーサイズ気味のトップスに、ボトムスはスキニースウェットでバランスをと る。色は、シンプルな黒・グレーなど基本カラーを組み合わせて。スケートボーデ ィング用シューズが似合う。



#### 山村正和さん

BitterSweet プロデューサー 株式会社 ALL GOOD 代表取締役

「オシャレ過ぎないオシャレこそ、お洒落」をコンセプトにしています。スタジオレッスン参加者にとって、インストラクターのファッ ションは影響力大。自分のスタイルやサイズを決めつけず、自分が「好きだな」と思うTシャツやボトムスを選び、そこから全体のバ ランスを考えてシューズやソックスも手を抜かずにコーディネイトしていきましょう。

ゴールドウインは1950年にメリヤス工場としてスタート。1964年の東京オリンピ ックで競技ユニフォームとして採用され、スポーツウェアメーカーとして成長。世界 的な一流スポーツブランド多数経営するととともにオリジナルブランドの商品開発も 進めている。2016年に立ち上げた新しいコンセプトショップ「ニュートラルワーク ス.」は、スポーツライフスタイルで24時間過ごしたい人たちのための商品に加えサ ービスも提案するスペシャリティストア。

### ゴールドウイン

コンセプト別に アスレジャースタイルを展開

#### **NEUTRALWORKS.**





ニュートラルワークス.のロゴが映えるTシャツ。背面には港区をかたどった地図や、リフレクターもおしゃれにデザインされていて、着るだけで走りたくなるウェア。



**浅川夏帆**さん ニュートラルワークス. プレス担当

「ココロとカラダをニュートラルな状態に整える」をコンセプトに、「RUN」「YOGA」「GYM」「LIFESTYLE」などをキーワードにセ レクトされたウェアで、シーンに合わせたコーディネイトが楽しめます。

#### DANSKIN C3fit



この秋デビューする「ALL DAY ACTIVE JERSEY」。吸汗速乾、ストレッチなどの機能を備え、スポーツシーンはもちろん日常まで様々シーンに対応できるアイテムです。ソフトな風合いで肌触りもよく、リラクシングウエアとしてもおすすめです。



ジムの帰りは、リカバリー専用ウェアをさりげなくセットアップ。Tシャツに織り込まれた光電子という素材が体温を快適に維持してリカバリーを促します。ボトムスは軽量でストレッチ性が高いシャープテック素材。動きやすく、運動時だけでなく移動時にも快適なアイテムです。



**関本統子**さん ダンスキン事業部プロモーショングループ

ダンスキンは YOGA やワークアウトなどのアクティブウエアから、日常を快適に過ごすためのライフスタイルウエアまで展開。2017は「しなやかに生きる」をテーマに、アクティブで美しくありたい全ての女性のためのスポーツライフスタイルウエアを提案しています。



**伊藤祐実**さん グローバル本部 C3fitグループ

「運動機能を着る」をコンセプトに、コンディショニングにフォーカスした商品も特徴の一つです。C3fit事業部メンバーには100マイルランナーも多く、自分たちも愛用しながらスポーツをする人の快適なライフスタイルを提案しています。

マウンテンハードウェアは1993年にカリフォルニアで誕生した気鋭のアウトドアブ ランド。「マウンテン」に焦点を合わせて新たな挑戦に臨むアスリートレベルの機能を 備えたウェアを提供。近年では、総距離160km超のウルトラトレイルレースUTMB をサポートするとともに、裾野が広がる一般トレイルランナー向けのラインも拡充し てきている。2017年には、HXT (ハードウエア・クロス・トレーニング) をリリース。 仕事からそのまま山に走りに行けるスタイルを提案している。

### マウンテンハードウェア

街から山へ、 アスレジャースタイルで駆け抜ける



Tシャツは、コットン地のように見える合繊素材。軽量で速乾性も高い。ボトムスもやや丈が長めで、街でも着やすいカラー展開。杢調のカジ ュアルな素材のバッグは、機能は完全なトレイルラン仕様。オフィスからそのまま山まで走っていける。





株式会社コロンビアスポーツウェアジャパン 加藤賢さん マウンテンハードウェア商品部 宇佐美秀俊さん デザイナー

UTMBはヨーロッパアルプスの最高峰モンブランを取り巻く山岳地帯を走る大会で、そこでは世界のトレイルラ ンナーのスタイルを見ることができます。近年アメリカからの参加者を中心にランニングウェアにキャップとい うようなカジュアルスタイルで参加する人が増え、本社があるカリフォルニア周辺のトレイルランをライフスタ イルに採り入れている人たちのスタイルも参考に企画しています。日本では山に行くにも電車などに乗ったり公 共の場を歩く場面もあることから、カジュアルウェアとしても街に自然に溶け込めるデザインに配慮しています。

アディダスは、1948年に誕生。「Through sport, we have the power to change lives. (ス ポーツを通して、私たちには人々の人生を変える力があります。)」という企業精神のもと、 ワールドカップをはじめとする様々なスポーツシーンを通じて成長を遂げている。2015年、 アスリートや消費者のライフスタイルの変化/多様性に対応するため、新たなカテゴリー「ア スレチクス」が誕生。アスリートがより良いコンディションで試合に臨めるよう練習や試合 の行き帰り、移動時をサポートするウェアを提案。アスレジャーを意識した取り組みにも力 を注いでいる。

#### adidas

アスリートを支える ブランドとして、幅広く ライフスタイルシーンまでサポート



#### ADIDAS Z.N.E. シリーズ

Z.N.E.とは、『 Zero Negative Energy = アスリートが 雑念を振り払い、無に なる。集中を促し、試合に向けZONE へと導く。』という商品開発コンセプ トに基づく。特徴である大きめのフードは、アスリートを外部から遮断し た状態を保つためにデザインされている。快適な着用感や、動きやすさを 高めるための作りにこだわったアディダス アスレチクスを代表するプロダ クト。



adidas と MOUSSY の共同開発によるスポーツコレクション 機能に加えファッションの両面をサポートし、スポーツとファッションの新 たなタイルを提案。「心地良く纏い、美しく魅せる」をテーマに、新時代の 女性にむけて、動きやすく且つスタイリッシュなデザインを実現。ファッシ ョナブルでありながら、スポーツシューズなどとの相性もぴったり。



#### ICON CLIMALITE SUMMER SUIT

"URBAN UNIFORM"をコンセプトにアディダスとイセタンメンズの共同開発商品と して誕生。スーツの持つフォーマルなスタイルを残しつつ、スポーツならではの素材を採用。 着心地が良く、しわになりにくく、商談のときはアディダスロゴが隠せる配慮もうれしい。 ビジネスアスリートが快適に、高い集中力で仕事に臨めるように、アディダス アスレチク スのコンセプトが貫かれている。



#### 磯部剛さん アディダスマーケティング事業本部 アスレチクス ディレクター

『アディダス アスレチクス』のプロダクトは、アスリートのパフォーマンスをサポートするうえで、アスリートのインサイトに寄り添い、 アスリートのシルエットが活きるデザインを施しています。ユーザーがそのスタイルに憧れ、共感して、共有したくなるブランドスト ーリーを追求しています。トップアスリートを支えるブランドとして、素材の機能やクオリティにもこだわっています。





#### フィットネス市場に 新ブランドが仲間入り

# **SPORTS**

#### X-girl SPORTSとは・・・

『ファッションがスポーツウェアに進化する』をブランドテーマに、着る人・見る人を高揚させる デザインと、スポーツには欠かせない高機能な素材を融合させたアイテムを提案。 ストリートシーンから取り込んだ様々なエッセンスを流行の変化に合わせて落とし込み、タウ ンユースからフィットネスシーンまで幅広く対応。



トップス ¥6,500 ボトムス ¥9,500 バッグ ¥8,800 シューズ (new balance) ¥9,800



トップス ¥6,500 ボトムス ¥6,800 バッグ ¥3,800 ソックス ¥1,800 シューズ (Reebok) ¥17,990



シューズ (vibram) ¥16,800 ボトル (BlenderBottle) ¥2,000



トップス ¥4,500 レギンス ¥6,500 バッグ ¥8,800 シューズ(Inov8) ¥14,000 ベルト(Harbinger) ¥5,500



# 年に一度!

#### OKJ親子・子どもトータルマスター10時間WS 7月1日 (土) 開催! 熊本地震・東日本大震災 復興支援WS 開催間近! HPよりお申込みください!

今年は、OKJ代表の上田泰子、特別講師の小澤治夫先生・小林香織先生に加え、今大注目の岡田隆先生が特別講師で登場! 一般参加者も大歓迎! 受講された方には、修了証を発行!

会場は、羽田空港・品川駅より好アクセス!天王洲アイルが見える絶好の眺望の施設ホールで終日開催! 昨年は、全国から約100名を超える参加者が集まりました! 産後ママ・キッズ・ジュニアをクライアントに

お持ちのトレーナーの方も学べる内容です! 遠隔地からお越しの方の交通機関の関係などによる途中参加、退場などお気軽にご相談ください。



上田泰子 OKJ代表、JAF A ADI、OKJ 親子・子どもプ ログラム開発リ ーダー



岡田隆 日本体育大学 運動器外傷学研究室 准教授、 柔道男子ナショ ナルチーム総務 コーチ



小澤治夫 静岡産業大学ス ボーツ経営学部 教授、(公社)日本 フィットネス協会 代表理事



小林香織 妊産婦の運動メ ソッド総合育成 ディレクター



堀口晴子 OKJプログラム 監修、横須賀共 済病院小児科医 長(主に新生児 を担当)・OKJ

認定指導者

教育単位 日本マタニティフィットネス協会10.0、日本フィットネス協会10.0 日程 7月1日(土) 9:30~20:00 ※適宜、小休憩あり

料金 18,900円 ※昨年ご参加の方には割引制度あり。お問い合せください 会場 品川健康センター最上階(京浜急行「新馬場」駅北口より徒歩2分) ★10時間ワークショップにご参加いただいた方は、来年4月に開講する「OKJ親子・子どもトータルマスター指導者養成コース」の受講料割引あり!

#### 最新の科学的裏付けを学んで、現場に元気と輝きを! 一流講師陣の共創!

**●**9:30~11:00·上田泰子

未就園児親子~OKJ親子ビクス 親子ビクス "ここがうれしいベスト10"

❷11:00~13:30·岡田 隆 × 上田泰子

子育ではスポーツ!? 育児動作に必要な筋トレ!? 岡田メソッド × OKJ親子ビクス

❸ 14:00~16:00·小澤治夫 × 上田泰子

スポーツ保育の最新情報必見!幼児・小学生・中学生の体育・スポーツ指導者が 知っておくべき最重要事項

4 16:15~18:15·小林香織 × 上田泰子

妊娠期がチャンス!家族のヘルスリテラシー能力の育み

**⑤** 18:15~20:00 · 堀口晴子 × 上田泰子

OKJプログラムで自尊感情の豊かな子育てを





# ー歩踏み出してみませんか? キッズビート体操・ジュニアビート運動塾わんぱく親子体操塾からはじめてみる! 第22期・東京 OKJ親子・子ども・ママケア指導者養成コース

#### 上田泰子34年の実績の現場論をお伝えします!

運動指導者・育児支援関係者・医療者・子育てに自信を持ちたいママ&プレママさんのチャレン

♥キッズビート体操 ~3歳から6歳くらいの子ども~

♥ジュニアビート運動塾 ~6歳から12歳くらいの子ども~

♥わんぱく親子体操塾 ~2歳くらいから6歳くらいまでの子どもと子育てママ~

命の運び方を学ぶ…子ども時代に自分の身体の動かし方、心の動かし方を学べることを願っ<mark>て…学ぶことは遊ぶこと</mark> 運命とは命を運ぶこと…運命は、自分で創っていく。親子で共創、指導者と共創。 地域に時代に求められる指導者を目指しましょう。

●キッズビート体操・ジュニアビート運動塾 7月23日(日) スタート!

■程 7月23日、8月20日、9月10日·24日(日曜·計30時間) 料金 70,000円

●わんぱく親子体操塾 9月24日(日) スタート!

□程 9月24日、10月15日・29日、11月12日(日曜・計20時間) 料金 55,000円

**効パーツ教習コース誕生! 2コース以上お申し込みの場合割引制度あり。** 

#### 上田泰子わくわくインタビュー! 情子先生に聞く子育で安心ここが大切♥ vol.3 ······

9ヵ月頃は、赤ちゃんの心の成長の大きな節目です。自分の要求のとおりにお世話をしてくれるだけの存在だったママが、自分と同じように考え、感じ、意図的に行動している存在だということに気づきます。そしてママの表情を読みとって感情や意志を共有したり、ママの行動から新しいことを学ぼうとするようになります。

「ほら、あれ」、「あれとって」から1歳過ぎには「あれなぁに?」と指さしがさかんになります。赤ちゃんが投げてきたコミュニケーションのボールを上手に受け取って、投げ返してあげたいですね。



横須賀共済病院小児科医長・OKJプログラム監修 横浜市立大学医学部卒業後、小児科(主に新生児科) 医師として数カ所の病院に勤務。現在も横須賀共済病 院に勤務。OKJプログラムを都内スポーツクラブで指導。

●7月31日(月)に第19回OKJサマーキャンプ リオオリンピック男子柔道金メダル立役者・TVで人気の骨格筋評論家のバズーカ岡田先生による特別講習会開催!

★小学生・中学生のジュニアアスリートの身体づくりに望ましい食事とエアロビック競技に必要な強くなるための岡田先生初おすすめトレーニング。

■ 5,000円(指導者・選手のペア参加は、ペアで6,000円) お申込みは、OKJのホームページより!



お申込み・お問い合わせは、下記のOKJホームページ特設窓口から! 担当直通のお電話でのお問い合わせも可能です! OKJ品川事務所 〒140-0004 東京都品川区南品川2-16-2 担当直通TEL: 090-4827-7446 (高石) http://www.oki.tokyo/ OKJ 検索

OKJエアロビックファミリーと OKJ代表 上田泰子の Facebookもチェック! OKJの活動や近況が見られます!

- ●OKJエアロビックファミリーのFacebookは「OKJエアロビックファミリー」で検索!
- 。●上田泰子のFacebookは「上田泰子」で検索!
- ●上田泰子も登場しています! ~子育てママの体操~ チェック!
- http://www.fitnessclub.jp/live/?p=990



# doics

ユニークでアカデミックなフィットホム・メンハー 指導できる質の高いインストラクターの育成を目指します。 子ども達の"笑顔"と"元気"のために幼児期の子ども達へも

に身体を動かすことは

# 子どもたちを元気

協会代表理事 渡辺 みどり

インタビュ ラクタ

ただいております

動についてお聞かせくださ

、ドビクスの魅力、

現

在

**ഗ** 活

日々を過ごしております

近

では、

自分の生徒だった子ども

稚園

## COMPLETE CERTIFICATE KIDBICS INSTRUCTOR





キッドビクス インストラクター ライセンス取得講習会 in TOKYO

2~12 歳までの 'こどもフィットネス・ キッドビクス " の基礎~ 応用までしっかり学べます!





若年層応援価格 113,400円 日本こどもフィットネス協会公認クラブ 場 슸 FF CLUB 田園調布

東京都大田区田園調布 2-38-8

校での授業を担当し、 ども専門 生にパワーをもらいながら充実した たキッドビクスレッスンや、 にプレゴー ト &

発達につながり、 ビクスです る」という事。 にわたる ことの楽しさを経験することは生涯 現在の活動は親子のクラスを中 運動習慣作りへとつなが -ルデンエイジを対象とし これがまさにキッド 千葉子ども専門学 また身体を動 横浜こ かす



りがいのあるお仕事に関わら 講習会の講座を担当しており、 スインストラクターライセンス取得 スインストラクターライセンスを取 -脳神経系の発達の著しい乳幼児期 5月に開催された40日キッドビク 日本こどもフィットネス協会 教諭を経て40Hキッドビク 伝えしているのが レクターとして大変や 心と身体の せて その 手達が、 ح 日 い報告も聞きまし 7月26日の

2017」にステージ出演いたします。 カップ第10回全国大会」に出場する選 引き続き指導者の育成にも力を注 クスを楽しんでいるという大変嬉し 達が親世代になり、親子でキッドビ 当日は選手達のパフォー 協会主催の「全国こどもチャ 人でも多くの皆様にご覧いただけ いきたいと思っております。 いう協会の使命を果たすために 本中の子ども達を元気にする! SPORTEC

# K DS DANCE Fitness Clovely Dance Fight

キッズダンス講習会 -幼児期の運動プログラム-

健康運動指導士 健康運動実践指導者や JAFAの資格更新単位がつく!

開催日 2017年

第①回目 10:00-13:00 14:00-17:00 第2回目

※①②ともに同じ内容です ※各定員15名

神尾直子

굨 講費

(JKFA 公認エグゼクティブディレクター) 10,800円(税込)一般·会員·SI 日本こどもフィットネス協会公認クラブ DANCE STUDIO GYMNA

群馬県前橋市下川町 31-11

#### 第 10 回全国大会対策講習会 ワークショップ同時開催決定!

開催日 2017年 **7月23**日(日)

エントリー

受付中!

#### チャレンジサーキット対策 ワークショップ

講師: 加藤真由美、河野さゆり、内田明良 受講費: 各コマ 2,160 円 (KLP1.0 ポイント付与) 3 コマ 3,000 円 (KLP3.0 ポイント付与)

#### チャレンジサーキット対策講習会

講師:渡辺みどり(協会代表理事) 受講費: 3,000円 (KLP1.0 ポイント付与)

#### チャレンジパフォーマンス スキルアップ講習会

講師:パウロ・R・サントス、 NATSUKA 受講費: 各コマ 3,000 円 (KLP1.5 ポイント付与)

場 大田区総合体育館 サブアリーナ



☑指導に自信がつく!充実したスペシャルワークショップはクラス指導に即役立ちます! ロイベント盛りだくさん!スタッフとしてもご参加いただけます! ⑤活動の場はいろいろ登録インストラクター大募集! 仲間との出会いが広がる全国をつなぐライセンス!





〒144-0047 東京都大田区荻中 2-1-2 NH ビル 2F

tel 03-3741-7825 fax 03-3741-7833

E-mail: jkfa@kids-fitness.or.jp HP: http://kids-fitness.or.jp/



# 直す勉強会を東京にて開催する。 けない有酸素運動の基礎から見 会は9月8日(金)に、今更聞 日本マタニティフィットネス協

はそれだけではなく、 われる方が多くいます。 産後のママたちは、体型の回復 場にもなっています。とくに出 お産のための体力をつくる場と くりのためですが、女性の場合 体型の維持やより美しい身体づ サイズです。有酸素運動のクラ アロビクス)のグループエクサ 素運動(マタニティビクスやエ 協会のプログラムの主軸は有酸 スやママたちのコミュニティの スに参加するのは、多くの場合 ケーションがとれる場として通 ママ同士だからこそのコミュニ 日本マタニティフィットネス 同じ年齢の子どもを抱える 産後は身体のメンテナン 出産前は 楽しむことができるようになり

現状です。レッスンの一連の指 動の指導に苦手意識を抱えてい るインストラクターが多いのが しかし残念なことに有酸素運 ます。苦手意識を克服し、 ストラクター レベルの高い指導ができるイン また今後は「ママフィット

導の中で有酸素運動の効果を引

を構成することが難しいなど ナリティのあるプログラミング き出すことができない、オリジ います。 ベルが落ちてきているように思 レッスンを提供する指導者のレ

るようになれば、指導者自身も 引き出すプログラミングを組め 構成することも少なくなってき は、プレコリオレッスンが多く ていますが、レッスンに自分ら なり、自分でプログラミングを から見直すことができます。今 機能を高めるための身体の動か 効果を引き出し、楽しさを伝え ととなりました。有酸素運動の の楽しさや指導方法を1日を通 ットネス協会では、 し方を指導する方法など、基礎 しさや有酸素運動の効果をより して見直す勉強会を開催するこ そこで、 日本マタニティフィ 有酸素運動

さまがいるママたちです。 のステップとなるクラスも始ま ります。対象は1歳児~のお子 withベビー」のクラスの次 withベビー」や「ママヨガ ママとして、女性としてもワ

しまっていた方や、赤ちゃんの た直後にクラスを卒業となり、 してこれから頑張ろう、と思っ し強度の高くなるクラスです。 ンランク上のボディをつくる少 産後、フィットネスに復帰を

> 健康はもちろんだけれど、 ちに向けたクラスです。 も美しくありたいと思うママた 女性は、出産を期に体調の変

と思います。 のことを吸収していただければ 指導者になれるよう、たくさん 美しく生きられる女性を支える 当の効果や良さを伝え、一生涯 したママたちに有酸素運動の本

#### 有酸素運動を楽しもう! 東京1DAY勉強会開催

#### ピックアップ講座



~より美しく!一人の女性として ワンランクアップのBODYを手に入れる~

ダンスエアロビクス 〜初めてでも楽しく動ける! 指導のテクニック〜 **講師:高山英士** 

エアロビクスプログラミング マスターへの道 ~基礎編=

自分で生みだせる! 意義のある振付 ~基礎編~オリジナリティのい・ろ・は~

資格取得・講習会・ お問い合わせは協会まで



般社団法人 日本マタニティフィットネス協会 MATERNITY FITNESS ASSOCIATION

くなったりします。出産を経験

化が現れたり、体型が崩れやす

〒152-0035 東京都目黒区自由ヶ丘1-4-6 ヒューマン・ハーバー 4階 TEL: 03-3725-1103 FAX: 03-3725-1104 http://www.j-m-f-a.jp E-mail:info@j-m-f-a.jp

#### 健康産業の変革者になろう!

# ノイットネス・スポ

だから私たちフィットネス業界に就職しま

※このページは「2018新卒向け スポーツ・健康ビジネスの就職ガイド リクルートマガジン」で掲載された記事を再編集したものです。 発行・編集:株式会社クラブビジネスジャパン



INTERVIEW 1

フィットネスクラブの現場で活躍する若手社員がこの業界を選んだ理由とは?

かったです。

スンに興味があったので、

レッス

私は入社当初からスタジオレッ

ンデビューが決まったときは嬉し

って、お客さまを楽しませること です。いずれはジムリーダーとな スンを担当できるようになること

ができる後輩を育てていきたいと

トを始め、 見えました。就職活動をしていて、 を実感してもらえるのが嬉しい一 ことを知りました。 フィットネスクラブでアルバイ トしていく「担当者制」 私は、 できれ

をつくって提供し、継続的にサポ さま一人ひとりに適したメニュー 社員が現場で接客すること、お客 今私が働いているエスフォルタは ことが少なくなってしまうように 社員になるとジムで接客する お客さまに身体の変化 がある

指導者になりたいと思っていまし 適した運動メニューを提供社員が現場で接客し 小学生のころから空手を始め、 す ニング指導をしたいと思っていま ばずっと現場でお客さまにトレー

# 様々な仕事を任される社充実した研修制度

カウンセリング、

きるようになります。 としてスタジオレッスンを担当で なります。そして、 試験に合格して初めてお客さまの グやトレーニング指導など3つの 間ほど研修を受け、 行っています。 トータルサポートをできるように 研修制度により、 次のステップ 入社後、 カウンセリン

ジュールや集客管理などの業務を タジオレッスン、スタジオのスケ ュー作成、ジムでの運動指導、 現 在は、

術が向上したのです。身体の変化

多くの人にも体感して

ングするようになると、

空手の技

の専門学校に進学し、

師匠の勧めもあり、

トレーナ トレーニ

なりました。

クラブで働きたいと考えるように もらいたいと思い、フィットネス

# 0 0 0

と増やしていきたいです。

を受けてくださるお客さまをもっ

思っています。

また、

パーソナルトレーニング

エスフォルタ池袋 Tomoyo Yamazaki 山嵜智世さん

今後の目標は、いろいろなレッ

1994年埼玉県生まれ。小 学校から現在まで空手を続け る。高校在学中より空手指導 を行う。東京リゾート&スポー ツ専門学校スポーツトレー ナー科卒業後、2015年4月 住友不動産エスフォルタ株式 会社に入社。

もっと多くの人に伝えたい

フィットネスの楽しさを

お客さま一人ひとりにメニューを提供 効果と楽しさを感じてもらえることがやりがい

生活に取り入れるように スの価値を理解し、 努力により、フィットネ 外のプレイヤーの工夫や の必要性に目覚めていな ういう人材の登場が待た っている。日本も今、そ ベイティブな事業をつく なるはずだ。 い生活者たちも、業界内 変革期に対応できる人 今はまだフィットネス が次代を切り開きイノ 日常

期的には大きく成長する くの先進国はすべて右肩 ることもあったが、 変化から調整局面を迎え 上がり。 に成長してきている。多 振り返ると、経営環境の 新規施設開業の歴史を 日本でも、 、中長 確実

だろうか? 成長していくの イットネス業界は

ットネス業界に 就職って 実際どうなの!? の疑問解消!

幅広い人と接し

笑顔を見られる仕事

お客さまを見るとやりがいを感じ 通うことが楽しいと話してくれる

マネージャーになってから



### よりお客さまに満足してもらうために スタッフとともに成長していく

# 推薦されてマネージャー

入社当初はマネージャーになれ

が、まだ通っていない人もたくさ 地域に密着して運営できています

まずは今いるお客さま

事になり、 きることにわくわくしました」 たが、新たなことにチャレンジで 司に推薦されてマネージャー就く るとは思っていませんでした。上 色々と不安もありまし

マネージャーになってからは、

以上に嬉しく、ジョイフィットに れている姿を見ると、 減ったが、どうしたらスタッフが 管理業務が増えて接客する時間は よりよい接客ができるかを考えて 「スタッフがお客さまから褒めら 自分のこと その道を開拓できたらよいと思っ いている社員がいないので、 がら、結婚、出産することも考え ツクラブ事業ではまだ出産後も働 「制度は整っていますが、スポー

になるかと試行錯誤する毎日が楽 の笑顔を見ることが嬉しく、 とができるのが楽しく、 様々な世代のお客さまと接するこ 受付業務や事務について学んでい したらよりよい接客をできるよう 事に魅力を感じました。 正社員となった。 スタッフの育成、店舗の売り上げ イトとして同クラブで働き始めた。 た福井さんは、 ィット鈴鹿でマネージャーとして、 人と接することが好きで、 「幅広い世代の方と触れ合える仕 在 施設の確認などを行っている。 充実しています」 福井里奈さんはジョイフ 18歳のときアルバ お客さま 卒業後は 短大で どう 供するように心がけているという。 えて行動できるよう、 スタッフの声を聞くことにしてい ニケーションをとること。 ていることは、スタッフとコミュ やりがいが何倍にも増えているこ とを実感しています」 マネージャーになって気をつけ

# クラブづくりと、 地域の人に喜ばれる 後輩女性の進む道をつくる

でもらうこと。 づくりをして、 「鈴鹿店は今年10年目を迎えます 後の目標は、よりよいクラブ 地域の人々に喜ん

#### 学生へのメッセージ

お客さまが感動する接客をす

特に、

スタッフそれぞれが考

ヒントを提

私が就職活動のときには、本当にこの職業が合っているかな?と正 解を求めすぎて悩んでいたように思います。ですが、自分のことをしっ かり見つめ直して将来なりたい姿をしっかり思い描いていれば大丈夫 だと思うようになりました。

現代社会で躍動するには、前向きに革新し続けていく力が必要です。 時間を大事に、自分に自信を持てるように努力し続ける。自分の可能 性を信じ、挑戦するあなたを当社は応援します。



私が

ジョイフィット鈴鹿 マネージャー Rina Fukui

です。そして、多くの人に通ってい を上げて満足度を高めていきたい

ただけるようにしたいと思います」

個人的な目標としては、

働きな

にしっかり効果を出し、

接客の質

#### 福井里奈さん

1989 年三重県生まれ。2008 年高田短期 大学キャリア育成学科オフィスワークコース 在学中より、ジョイフィット鈴鹿でアルバイ トを始める。卒業後、同クラブを運営する 伊勢湾マリン開発株式会社に入社。2016 年1月より現職。



#### 『フィットネス・スポーツ業界 合同リクルートフェア 2019』

2018年 3月 13日(火) 東京会場 TOC五反田メッセ (最大 20社)

2018年 3月 17日(土) 大阪会場 TKPガーデンシティ PREMIUM心斎橋 (最大 12社)

※名古屋会場での開催を検討中のため、出展希望の企業さま及び来場希望の学校関係者さまは、下記にご連絡ください。

- ★詳細は随時更新中! http://www.fitnessclub.jp/business/news/recruit/10914/
- ★スポーツ・健康ビジネスの就職ガイド 「リクルートマガジン2019」 2018年3月上旬発行予定
- ★リクルートフェア出展企業およびリクルートマガジン出向企業を募集いたします。

出展のご連絡、お問い合わせ ≥ recuit@fitnessclub.jp 担当: 剱持・杉山





event 01

#### 第一回 川口フィットネスフェス

2017年5月3日(水·祝)

@キュポ・ラ広場(埼玉)

木原啓貴さん主催。埼玉県の川口駅前広場で開催された、誰でも気軽に参加できる無料のフィットネスイベント。初級〜中級エアロ、ストレッチやヨガ、脂肪燃焼エクササイズなどのプログラムを自由に体験できるほか、様々な健康関連グッズのブースも回って楽しめる内容となっていました。

屋外でゲリラ的に突然踊り出す「OUT MOTIONS」も行われました。

#### ( ) 主催

株式会社peacewell



スマイルてえぶる



イベントの詳細なレポートは フィットネス市場

イベントレポート

# event 03

#### JATI 特定非営利活動法人 日本トレーニング指導者協会 第11回総会・研修会

#### 2017年5月28日(日)@大阪学院大学

日本の環境や実情に合ったトレーニングの構築に向けて指導者の育成や資格認定を進めるJATIが第11回総会・研修会を開催。総会後には、今年度の優秀トレーニング指導者表彰も実施。下記の5名が選ばれました。

〈2017年度 JATI 優秀トレーニング指導者表彰受賞者〉

芦澤孝之氏

日野自動車ラグビー部コンディショニングコーチ、JATI-AATI

岡田隆氏

日本体育大学准教授、JATI-AATI

加藤健志氏

東海大学スポーツ医科学研究所准教授、東海大学水泳部監督、JATI-AATI 坂田礼司氏

(一財)熊本県スポーツ振興事業団熊本県民総合運動公園施設管理課長、JATI-AATI 守田誠氏

合同会社Workout Brigade 代表社員、JATI-AATI

研修会では、「絶対的オリンピック金メダリストを育てる!! 〜金藤理絵 革新的トレーニングへの挑戦〜」(加藤健志氏)、「ファンクショナルトレーニング理論2.0〜ストレングス&コンディショニングコーチングによるアスレティックトレーニング〜」(鈴木岳氏)をはじめ、日本を代表するトレーニング指導者陣から、最新情報が共有されました。





# 絶対的、革新的トレーニング

**血コーチからの提言。** 理絵選手を金メダルに導いた熱 200m平泳ぎで、28歳の金藤 らえ、行動したらいいのか。日 のリオオリンピック競泳女子 は、加藤健志さん。2016年 本のトップトレーナーからリレ その先の社会の動向をいかにと 中、トレーナーとしての活躍の 年。スポーツへの関心が高まる 2020年東京大会まであと3 **|形式で提言いただく。第5回** 場も広がることが予想される。

> 水泳部の監督と選手として世界の舞 の出会いは10年前。以来、東海大学 台で戦ってきた。 加藤健志コーチと金藤理絵選手と

チの叱咤激励に引きずられるように れた。ところが、2010年にヘル ドン大会で金メダルの期待がかけら にまで上りつめ、2012年のロン 2009年には世界ランキング2位 が出せないでいた。持ち前の努力で 世界選手権とオリンピックでは結果 キングで常に6位以内にいたものの してしまう。自信喪失の中、加藤コー まま、ロンドン大会では出場権も挽 ニアを患い、十分な練習ができない 金藤選手は、この10年間世界ラン

> て調整に入っていた。 オリンピックでの金メダルを目指し 年の世界選手権と2016年のリオ 大成として、 を遂げる。そして、選手としての集 大会で3回連続の銀メダルへと復活 泳チームキャプテンとなり、アジア 練習を続け、2014年には日本競 目前に迫った2015

> > やってやる』というような勝利欲や いところがあり、『勝ちたい』『絶対 した。ただ一方で、メンタル的に弱 こそ力を発揮する強さを持っていま

藤コーチは振り返る。 ピックでの金メダルに繋がったと加 体験があったからこそ、リオオリン 選考会の悪夢がよぎる。だが、この 選手権の結果は6位。ロンドン大会 ところが、この2015年の世界

言ったんです。それも大泣きしなが

してしまって情けない』と自分から

ら。2週間後に国体があったのです

思ったら、初めて『あんなレースを のレースの後も、渇を入れようと なりがちでした。この世界選手権で 闘争心がないことで結果が不安定に

「金藤選手は、とてもまじめで努力 練習でも追い込まれたときに

は初めてだったので、ビデオに残し た。自分からそういうことを言うの

とがないこと、できないかもしれな 点に必ず立つために、誰もやったこ 的トレーニング」には、75億人の頂

加藤コーチが言う「絶対的、

ちたいです』とはっきりと言葉にし が入っていて『オリンピックでは勝 が、その時には既にやる気スイッチ 2020 に向けて トレーナーが できること



取材協力:日本トレーニング指導者協会(JATI)

#### 加藤健志さん vol.05 guest

Profile

東海大学 スポーツ医科学研究所 准教授 水泳部 監督兼ヘッドコーチ 1965年生まれ。愛媛県出身。国際武道大学1期生として入学、在学中に米国で水泳のトレーニング理論を学ぶ。その後、東海大学大学院を修了。現東海大学水泳部兼ヘッドコーチ、JOCオ リンピック競泳強化コーチ、日本水泳連盟競泳強化コーチ。JATI-AATI。2017年度JATI優秀 - ニング指導者表彰受賞

2015年8月を期に、金藤さんの プランを立てているが、この 学的な手法で評価分析して、最善の を本格的にスタートさせた。 向けた絶対的、革新的トレーニング コーチングに切り替え、金メダルに ングから、選手と同じ方向を向いた わり、加藤コーチも対面するコーチ メンタルスコアが急上昇。人格も変 はもちろん、栄養面も心理面も、 たくらいです (笑)」 加藤コーチは選手のトレーニング 科

ンを立て、実践していった。 に囚われていく。 今までにないものに囚われていく。 今までにないものを手に入れようとするのがトレーニング」という原点に立ち返り、心技いで、 という覚悟が込めらいことをやる、という覚悟が込めらいことをやる、という覚悟が込めらいことをやる、という覚悟が込めらいことをやる、という覚悟が込めらいことをやる、という覚悟が込めらいことをやる、という覚悟が込めらいことをやる、という覚悟が込めらいことをやる、という覚悟が込めらいことをできない。

# 生み出した、先進的泳法絶対的、革新的トレーニングが

トレーニングである。 的なのが、高地でのヘビーウエイト 革新的トレーニング」の中でも象徴 金藤選手が取り組んだ「絶対的、

水泳界では、ドライトレーニングれているものの、筋力トレーニングれているものの、筋力トレーニングにできない」「身体が重くなる」といったことが危惧され、週2回程といったことが危惧され、週2回程といったことが危惧され、週2回程といったことが危惧され、週2回程といったことが危惧され、週2回程といったことが危惧され、週2回程といったことが危惧され、週2回程のでできない。「後人の大いのでは、ドライトレーニングも注目さい。「後人の大いのできる方となっている。

筋トレは週5日。これまで持久系ト重量、多種類のトレーニングを課し、高体と動きのメカニズムを研究し、高動きを反射的に行えるようになる身えながら、最大のスピードが出せる

レーニングとして行うことが一般的

泳ぎにスピードとパワーをつけるに、だが、加藤コーチは、金藤選手の

あったという。

時間にわたる筋トレをする時期もだった高地トレーニングで、1日3



リオオリンピック競泳女子200m平泳ぎ決勝直前

そのほうがよりスムーズに水中で骨 進化した泳ぎ方が生まれたのだ。 のパワーが水中スピードに直結する す動きづくりを進めたところ、背筋 のS字曲線が作り出すたわみを活か とに気がついた。そこで改めて脊柱 盤を前に進めさせることができるこ わませて水中に入れる泳ぎが生まれ で上体を立てた状態から上半身をた グの効果が出てくるにつれて、背筋 のために行っていた背筋トレーニン たものの、金藤選手がヘルニア克服 した状態で泳ぐことが重視されてい この絶対的、革新的トレーニング これまで平泳ぎでは、ドローイン 泳ぎの進化さえ生み出した。

ニング量や強度、身体への負荷、おり口の、上でである。日々のトレーのは、マンスリー、ウィークリー、にし、マンスリー、ウィークリー、計には、マンスリー、ウィークリー、計にと、マンスリー、ウィークリー、計のと進捗をエクセルで管理し、常にし、マンスリー、ウィークリー、常にし、マンスリー、ウィークリー、常にし、マンスリー、ウィークリー、常にし、マンスリー、おけいのでは、まれた、こうした成果も発見も、根には、といいのは、おいいのは、おいいのは、おいいのは、おいいのは、といい

るというほど。
るというほど。
はがトレーニング効果としてのストルーク数やピッチの長さなど、勝利ローク数やピッチの長さなど、勝利ローク数やピッチの長さなど、勝利ローク数やピッチの長さなど、勝利の上があるというほど。

行った。水中での抵抗を最少限に抑

は、背中の筋力が必要と、徹底して

ヘビーウェイトでのトレーニングを

ための身体づくりを続けていった。ための身体づくりを続けていった。単位、サプリメントなら粒単位でア足している栄養素を食材ならグラムの内容や目的を栄養士と共有し、不の内容や目的を栄養士と共有し、不の人ないないでは、サプリメントなら対単位、サプリメントなら様に、金藤選手栄養についても同様に、金藤選手

# 世界に秀でる根気強さと匠の技で

本人としていう。 「日本人として戦うこと」に自信を 「日本人として戦うこと」に自信を できた体験をもとに、 ながらこそだという。

はの勤勉さ、根気強さでそれを実現情度にこだわりを持って根気良く磨精度にこだわりを持って根気良く磨き続けることで、世界に秀でることき続けることで、世界に秀でることき続けることで、世界に秀でることができると思います。 トレーナーとして選手たちの身体や動きを徹底して精密につくりを増やか動きを徹底して精密につくりを構定して勝てる競技ではなおさらでは、動きの質や大力を表して、大力のよりで世界から注目である。

金藤選手は、リオオリンピックまた、金藤選手は、リオオリンピックまたからこそ優勝できたと言えます。の強さを自分のものにできてこそ掴の強さを自分のものにできてこそ掴めた金メダルだと思いますが、28歳の強さを強いたと思いますが、20歳のなると、20歳のできない。

金藤選手は、リオオリンピックま金藤選手の強さを惹きだした。

その選手たちの頑張りに、多くの人 びかける。それにより、多くの選手 が勇気づけられる。 きるチャンスに恵まれることになる。 たちが自身の強みを見出し、活躍で え方や体験を共有していくことを呼 コーチやトレーナーたちが、その考 うした人間性の育成も含め、トップ 加藤コーチは2020に向けて、こ ちを持つことを大切にしてきている。 確認することを通じて、感謝の気持 や、応援してくれている人の存在を の掃除もすべて選手たちが行うこと きている。プールやシャワールーム 普段から人間力を育てる指導をして 加藤コーチは、東海大学水泳部で

を期待しつつ教鞭をとっている。 なってもできる唯一のスポーツ」でなってもできる唯一のスポーツ」でなってもできる唯一のスポーツ」で、すべての人が健康づくりに採りて、すべての人が健康づくりに採りて、水泳がさらに発展していくことで、水泳がさらに発展している。

33 Klikki July 2017 ywy fifinessiob jp

#### Profile 東山暦

東山暦/NESTA JAPAN代表 アメリ \*\* UME / NESTA JAPAN代表 アメリカでスポーツマネジメント、MBA を学ぶ。トレーナーの育成、プログラムの開発、フィットネスクラブのコンサルタントを展開。 URL: http://www.nesta-gfj.com



### BECOME A PROFESSIONAL!

## パーソナルトレーナーの働き方!

第33回 プロとしての成功を阻む Bad Minds

<mark>パー</mark>ソナルトレーナーをはじめとした フィットネスのプロは、人々の健康に役立つ 質の高いサービスを提供することだけでなく、 <mark>それをビジネスとし</mark>て成功させることにもこ だわりを持たなくてはなりません。それは質 の高いサービスが継続し、常に水準以上の付 加価値が約束されていてこそ、社会に貢献し 続ける真のプロフェッショナルといえるから です。

しかし、概して、日本のパーソナルトレー ナーはビジネスが下手です。下手というより も関心がないといったほうが正しいかもしれ ません。「トレーナーとしての知識・技術を究 めていけば、お金は後からついてくる」こう 考える若手トレーナーやトレーナーの卵たち をたくさん見てきました。そしてまた、夢破 れてこの業界を去る人たちも同じくらいたく さん見てきました。

フィットネスのプロを目指す人や、一生の 仕事にすべく奮闘している人は、ぜひそうし たビジネスの視点も持ち、その分野のレベル アップにも努めてほしいと思います。

ところが、そうした視点を持って一生懸命 勉強しているのになかなか成果が出ない人も

います。そのような人に多いのが、「お金」に 対する考え方に問題があるケースです。もし あなたの中に、以下に挙げるような考え方が 眠っているとしたら、それらによってビジネ スの成功が邪魔されている(あるいは今後邪 魔される)可能性大です。

#### 1. 「依頼は断らずにできるだけ多くの売上を あげるべき|

駆け出しのトレーナーに多い考え方ですが、 この考え方が染みついてしまうと、料金に文 句ばかりいう、値引きを要求する、支払が滞 る、といったお客さんが増えてしまいます。 これが問題なのは、収支が悪化することより むしろ、プロとしての自信やプライドに致命 的な影響を与えることです。

自分の仕事に価値を感じてくれる人の依頼 だけを受けるようにするとよいでしょう。

#### 2. 「そんなに高い金額を払ってくれるお客さ んはいない」

料金設定は、あなた自身のサービスに対す る自信をストレートに表します。最高のサー ビスを提供している自負があるのであれば、

う本なら、内容がごっちゃになりま

良い気分転換になりオスス ちなみに私はトレーナー、

~3冊用意して、飽きてきたら、違 でした。ぜひジャンルの違う本を2 しまい、頭に入らないというお悩み 飽きてしまい、後半は流し読みして

すね。

好きな本だけ読んでいていい

本の選び方についても相談が多

つ本を読もう!

本、慣れてきたら難易度の低い役立

活字嫌いな人は好きなジャンル

それに見合った対価を請求すべきです。もし 仮に、料金を4倍にしたとしても、4分の1 以上のお客さんが続けてくれれば、収支的に はプラスです。そして、実際には、より高い 料金設定をすることによって、より高い価値 を期待する良質なお客さんが集まることが多 いのです。

#### 3.「自分に回ってくる"お金"は限られている」

世の中にあるお金の総量は決まっているの だから、自分に回ってくるお金の量も限界が あると考えがちですが、この考えは間違って います。お金は天下の回り物というように、 多くの価値が生み出されるほど、より多くの お金が回ってくるようになっています。

つまり、自分を信じてより多くの価値を生 み出す努力を続けられれば、あなたのビジネ スに限界はないのです。

いかがでしたか?あなたの考え方次第で、 結果は大きく変わります。ぜひ自分の無限の 可能性を信じて、たゆまぬ努力を続けてくだ



#### 2009 Trainer of the Year!

### トレーナーのための読書入門

vol.43 → 読書初心者のためのお悩み相談

分からない箇所があると戻って読

書に15時間は少し時間がかかり過ぎ ろがあっても読み進めて最後まで読 は完璧を求めずに、 かもしれませんね。 みでした。 んで、と行ったり来たりを繰り返し て時間がかかってしまうというお悩 確かに一般的なビジネス 分からないとこ こういった場合



相談その2

しておくことが多いです。

間もかかってしまいます まずは読み切ってしまおう!」 ビジネス書を1冊読み切るのに15時 『分からない部分はそのままにして、

う本を読みましょう。ジャンルの違 語学の3ジャンルの本を用意 い人は、 るでしょう。 悩みです。これは段階によって変わ の文字数、ページ数が少ないもの 抵抗が無くなってきたら、 きなジャンル、作家の本を読むとい 図が多いものからトライしていくの するようのな本で、 や今後取り組んでみたいことに関連 でした 初めて買った本は「プロレス入門」 本を読んだ方がいいのか?というお のか?あまり興味が無くても役立つ いでしょう。ちなみに私が小学生で まず読書に慣れるために好 (笑)。また本を読むことに 本をあまり読んでいな 今の仕事

#### Profile 高橋順彦

株式会社nano代表取締役。 パーソナルトレーニングスタジ オナノ代表。毎月、自身のスタ ジオで運動指導者向けの『名 古屋トレーナー勉強会』を開催。NEXTトレーナー・オブ・ ザ・イヤー最優秀賞受賞。



長時間読書していると飽きてしまい 相談その

相談その3

好きな本を読めばいいですか?

役立つ本を読んだ方がいいですか?

しましょう』

1冊の本を長時間読んでいると

『ジャンルの違う本を2~3冊用意

層の回答

持ちの方もいると思いますので、 をしていきます。読書を習慣化した 考にしてみてください。 い新社会人の方々も同じお悩みをお 参

関する悩みを聞き、それに私が回答 noの新入社員に読書に むか、

ければ、もう1度最初から通して読 ります。最後まで読んでも分からな ことが言いたいかが分かることがあ みするのがいいでしょう。その方が 結果的に効率的に内容が把握でき易 分からない部分のみを拾い読

## 日本中のトレーナー、インストラクター、 学生が集まる夏の最大セミナーイベント!

パーソナルトレーナーズ サマーセッション 2017

PERSONAL TRAINER'S SUMMER SESSION

トレーニングに関する知識から、ビジネススキルまで!

豪華講師陣 37 名による

充実の 69講座 が決定!

トレーナー・コーチ・医療関係・教育関係・美容関係・学生の皆さま あなたに役立つ講座が必ず見つかる!!

皆さまに支えられ、パーソナルトレーナーズサマーセッションは今年で 10 周年を迎えます!

各分野でトップレベルの実績を誇る一流の講師陣が集結し、明日から使えるノウハウやテクニックを惜しみなく伝授! 身体・運動に関する専門知識やトレーニング方法はもちろん、栄養学や相手の心を掴むコミュニケーション術など、 運動を教えるプロとして知っておきたい幅広い内容が揃っています。運動について学びたい皆さま、ぜひご参加ください。

#### 東京開催

2017年8月26日(土) 27日(日)

@大田区産業プラザPiO

〒144-0035 東京都大田区南蒲田 1 丁目 20-20

京浜急行「京急蒲田駅」から徒歩3分、JR京浜東北線、東急線「蒲田駅」から徒歩約13分※昨年とは今場が異なります。 で来場の際には十分で注意ください。

#### 大阪開催

2017年9月3日(日)

@森ノ宮医療学園専門学校

〒537-0022 大阪府大阪市東成区中本 4-1-8

地下鉄中央線・鶴見緑地線、JR 大阪環状線「森ノ宮駅」から 徒歩 12 分 地下鉄中央線・今里筋線「緑橋駅」から 徒歩 7 分

お申込み・講座の詳細・資料請求は

www.nesta-gfj.com

ネスタジャパン







NESTA JAPAN 全米エクササイズ&スポーツトレーナー協会





03-5289-7565

#### 成長する

#### マイクロジムの作り方

歳の時に方向転換を決意しました。

具体的なアクションとしては、ト

かなくなります。

その時に、安心して店舗を任せる

は出来ませんでした。

ら、経営者としてのスキルを身につ 経営スクールとビジネス書から得る 事と、ビジネス書を読み漁りました。 としては「経営スクール」に通った ける方向に方向転換しました。 レーナーとして技術力を磨く方向か 最初に起こしたアクション ことが出来るかどうかの判断基準は

いる人材を選定する事をお勧め致し

mission]

に共感してくれて v i

能力ではなく

s i o n

#### 原田 光

株式会社FiNC Fit 代表取締役社長。19歳からパーソナルトレーナーと して活動開始。今日まで数多の著名人やトップアスリートの指導に従事 する。その後、23歳で株式会社アスピレスト創業し、パーソナルジムを 5店舗出店。2016年に同社をFINCにM&A し、株式会社FINC Fit 代表 取締役に就任。2016年ベストブレインウェルネスアワ 受賞。TRAINER OF THE YEAR2016 最優秀賞受賞。



ました。私がフリーランスのパーソ たのが、2009年 (当時19歳) 比べてフリーのパーソナルトレー なります。 ナルトレーナーとして活動を開始し ナーとして活動しやすい環境になり 専門学校に通いながら、平日夜と

払うという常識も確立されておりま ナー」という職業の認知度も低かっ せんでした。 たですし、「トレーニング」にお金を として活動していました。 しかし、当時は「パーソナルトレー 能力さえ高ければ黒字運営していく

1店舗のみの運営でしたら、

n

収20万円を超える事が出来ませんで パーソナルトレーナーとして稼げた いきましたが、それから2年間は月 お金は「月収6・5万円」程でした。 私の実力不足も多分にありますが、 整骨院で掛け持ちのアルバイトを 地道な営業活動を続けて 間を増やさなければ、多店舗展開に うと思ったら、Visio 事が出来ますが、多店舗展開をしよ 失敗する可能性が高まります。 missionに共感してくれる仲

げたいという気持ちがあったため21 いきましたが、中々売上を上げる事 トレーナーとしての実力は上がって 23歳までには自分のジムを立ち上 ATトレーナーの元で勉強 ると、そのトレーナーはお客様を引 開をしていくと、 懸念は少なく済みますが、多店舗展 の目も行き届きますし上記のような あります。 レーナーに指名のお客様が増えてく なったため、店舗を任せているト 独立等、安価で独立する事が可能に き連れて、 何故なら、現代はマンションでの 店舗のみの運営でしたら、 独立をしてしまう懸念が 自分の目が行き届 自分

したりと、様々な事にトライして、

したり、

②事業計画の立て方 ①戦略/戦術の立案方法 事が出来た知識としては、 となります。 主 に 4

つ

現在のフィットネス業界は以前に

4 v i s i o n ③損益計算書の見方 i s s i o n の

クロジムを「多店舗展開」していく 店舗のみを黒字経営していくために 上で1番重要となるのは④番になり 重要性について 大切な要素は①~③番ですが、マイ 結論から言ってしまいますが、

土日を中心にパーソナルトレーナー

# マーケティング思考を養う 顧客創造のヒントでは15

#### Profile 伊藤友紀

(株)フィットネスビズ代表取締役社長。 プロサッカー選手を目指すも挫折、フィットネス業界ではトレーナーやマネ ーを経験し、開業集客などを多 数担当。現在はクラブ運営と収益改 新のコンサルティングを実施。得意分野はマーケティングとマネジメント。



皆さま、こんにちは。いつもながら事例を 交えつつ、顧客創造につながるキーワードを 取りあげます。早速ですが、今回のキーワー ドは「セットアップ」です。

事例として取り上げるのは日本IBMが外販 をしているAI「ワトソン」。同社では販売拡 大に向けて導入企業が短期間でシステム構築 ができるように特定の業界に特化したデータ を学習させたワトソンを提供していくことに なりました。従来、ワトソンを利用するには 用途別に効果的な情報を学習させ、自社の提 供するサービスにあった知識データベースを 構築する必要がありました。それをあらかじ め必要なデータを読み込んで学習させた状態 で販売をする形です。言わば初期化された状 態のワトソンではなく、業界に応じてセット アップをするイメージです。

このようにユーザーが使いやすいように 良い状態にまで火をつけてくれてある炭まで ます。

セットアップをするというのはひとつの提供 価値だと言えます。例えば高齢者がパソコン を購入したとして、すぐに使える状態として の初期設定やメールの設定をする、といった ものはひとつのセットアップです。仮に機械 が苦手で自分でこれらをやるのが煩わしい、 などと思っている方にとっては、このセット アップまでが無償サービスになっているのが 嬉しいし、有難いと思ってもらえるはずです。 おける価値の中核です。

AIやパソコンで説明をしてきましたが、こ れらのセットアップは何も電子機器に限った ことではなく、リアルの場でもセットアップ は顧客創造につながります。ちょうどいまが シーズンであるバーベキューでも昨今はセッ トアップの動きが広がっています。具体的に は指定されたエリアにバーベキューのコンロには何があるのか、ひとつのきっかけとし はもちろんのこと、食材やドリンク、そして

準備をしてくれます。自分の身一つだけで そこへ行けば、すぐにでも肉を焼き始めら れる、そんなセットアップです。こうした セットアップはユーザーにとっての「手間」 と「時間」をショートカットする意味合い を持っています。そんな時間や手間といっ た労力はお金を払ってでも省きたいと考え る人はいますから、それがセットアップに

ここからが本題とも言えますが、読者の 皆さまに考えて頂きたいと思うのは、こう した顧客創造のキーワードのフィットネス クラブへの応用です。フィットネスクラブ やトレーナーが何かをセットアップするこ とでの価値提供、顧客創造につながるもの てそうしたものを考えてもらえればと思い





## FITNESS SALES DIRECTOR

フィットネスセールスディレクター

売上を増やすためには売り方の専門知

識が必須です。購買心理や信頼を得る

会話術など、これからの競争時代を生き

抜くための「売れる」術を身に付けます。

【東京】10月21日(土)、22日(日)

【東京】<sup>'18</sup>2月10日(土)、11日(日)

#### シニアフィットネストレーナー

PUDNIESS

中高齢者の快適な暮らしをサポート するトレーナーを育成します。シニア 特有の疾患や、現場で使える指導法、 レッスンプログラムなどを学びます。

【名古屋】 7月8日(土)、9日(日)

【東京】10月5日(木)、6日(金)

#### ダイハードトレーニングスペシャリスト

「究極の肉体」に鍛え上げるための理論 と実技を習得します。ただキツいトレーニングではなく、必要な体力を安全に 効率よく鍛えるプログラムを学びます。

【東京】 7月8日(土)、9日(日)

【東京】11月2日(木)、3日(金)

#### キッズハイパフォーマンススペシャリスト

正しい体の使い方の指導法や、トレーニング法を習得し、子どもの運動能力・競技パフォーマンスを最大限に引き出すスペシャリストを目指します。

【東京】 11月25日(土)、26日(日)

【東京】182月24日(土)、25日(日)

#### スペシャリスト資格 ~ニーズに合った様々な資格をご用意しています~

NESTAは、トレーナーに必要な知識・技術だけでなく、ビジネスマインド、コミュニケーションスキルを兼ね備えたプロフェッショナルの育成を行っています。クライアントの真のニーズを理解し、そのニーズに合った指導・サービスを提供するための、様々な資格をご用意しています!あなたの今後のビジネスを大きく広げるために、"プロ"のノウハウが詰まった資格を手に入れましょう!





www.nesta-gfj.com

# **Exercise Your Infinite Possibilities**



## NESTA PFT 認定

Personal Fitness Trainer

トレーナーの資格なら 世界標準規格の NESTA PFT 認定!

#### NESTA PFT ゼミコース

NESTA の開催する養成講座を受講して、修了後に NESTA PFT 認定試験を受験するコースです。

#### <ロングゼミコース(32 時間)>

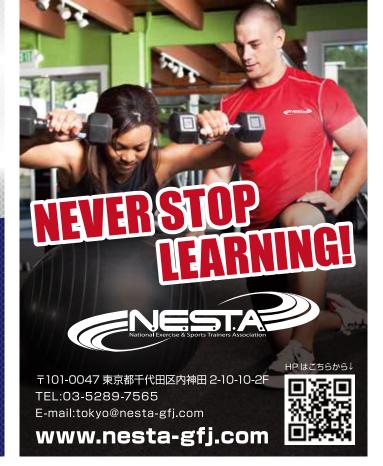
運動生理学・機能解剖学・生体力学を学ばれていない方や、 経験が浅い方、基礎から学習したい方が対象となるコースです。

#### <ショートゼミコース(16 時間)>

運動生理学・機能解剖学・生体力学について、体系的に学ばれたことのある方が対象となるコースです。

www.nesta-gfj.com





#### フィットネスで働くママの

#### 報子で共創♥子育て生活

目指せ!1R4L

VOL 4 ~子育ては、親子共同作業…輸送反応からも 伺い知る親子Win-Winの関係へ





#### Profile 上田泰子 YASUKO UEDA

日本体育大学体操競技部出身・同大学トレ グコーチ日本大学非常勤講師などを経て現在OK Jエアロビックファミリー代表 赤ちゃん&産後マ マ~子どもの育ちと子育てママに関するフィットネ スを深く・広く研究・発信し続けてる。

http://www.okj.tokyo/ OKJフェイスブック www.facebook.com/OKJ17 上田泰子 フェイスブック 上出泰子 フェイスフック https://www.facebook.com/ueda.yasuko.9

#### モロー反射は、ママにしがみつくために 神から授かった

赤ちゃんが、生まれて間もなく首座りの前 の頃(生後3~4か月くらい)まで、大きな 音などの急な刺激に対して驚き、手足を大き これは、モロー反射(\*)といい、ママにし がみつく事ができる様に神様が授けてくだ さった新生児特有の「原始反射」の一つです。 \*エルンスト・モロー医師(オー が発見。

#### 子は「輸送反応」により親の育児に協力♥

赤ちゃんを抱っこして、ゆーらゆら歩くと 赤ちゃんはとても穏やかにそれは幸せオーラ 満開でママやパパにピタっとくっついていき ます。自らも体を丸めて…まるで、抱っこし てくれるママやパパに吸い付くように。

運ばれること、輸送されることに対する赤 ちゃんのリラックス反応の事を「輸送反応」 と呼ばれています。

※ヘッドマイク部分だけの購入も1,600円で購入いただけます。

※税込価格 ※全国送料一律600円

「輸送反応」は運んでくれる親に対する協力。 ての私もそうでした!)。縁あって親子になっ 原始的な愛着行動なのですね。

#### 輸送反応で起こるといわれる事

①母親が歩いているときは座っている時に比 く広げ何かに抱きつく様な動きが見られます。 べて赤ちゃんの泣く量が平均で約10分の1に ②自発運動の量は約5分の1に低下

③心拍数は母親が歩き始めて約3秒程度で下

④赤ちゃんを抱いて歩きはじめると、赤ちゃ んはすばやくリラックスする

「輸送反応」は、ママはもちろんほかの養育 者の場合も同様との事。安心してパパや周囲 のサポートを受けていきたいものですね。

#### 子育では共創♥互いが成長の源

この様に生まれて間もない赤ちゃんも「マ マ!一緒に育ちあおうよ♥」とサインを送っ ているんですね。つい与えてあげる方ばかり に思いを膨らませて、もっと何かをしてあげ たいと思ってしまうママが多い様な…(かつ

たら、互いが成長しあえる存在である筈。

仕事に心を燃やすママに子どもたちは敬意 を払い、何か役に立ちたいと感じたり、自分 も誇れる仕事をしてみたいと成長していく事 でしょう。

私にとっても、25歳と23歳と成長した子 どもは、実に刺激しあえる人生の共創者同士。 教えたり教えられたりWin-Winの関係。子 どもの頑張りを知り、自分ももっと成長した いと日々を過ごすことに喜びを感じています。

皆さんの親子で共創はいかがですか?





http://www.okj.tokyo/leader/mike.html

## 日本最大の「ダンスフィットネスコンテスト2017」

# 

東京ビッグサイト SPORTEC 展示会場特設スタジオ

一次審査のエアロビクスマラソンは、世界的に大人気のプレゼンター
コラリー カラッサン
Coralie Carrassanさん!
その魅力もご堪能ください

Associatio

ダンスフィットネスコンテストは、ダンスエアロビクス指導者のコンテスト。上位入賞することで、日本国内や世界でのプレゼンターとしての活躍の場が増え、インターナショナルプレゼンターとしての一歩が踏み出せます。

普段のレッスンで磨いた指導力で、人気 プレゼンターに向けての一歩を踏み出 そう!



# DANGE FINESS CONTEST

















## 2nd stage music







VES12532 Unstoppable Tribute To SIA

VFS12552 Spring Buzz 2017

EFF4982 Latin Mania 9

一次審査通過者12名が、 プレゼンターとしての力量をアピール! 上記の人気CDの楽曲が使われます。

※指定時間帯に、

アマチュア部門の二次審査あり



#### 審查員

世界のフィットネスやエアロ・ステップ両方の 指導に理解の深いトップインストラクターが 厳正に審査にあたります









竹ヶ原佳苗

島田厚

三浦栄起

高田香代子

木原啓貴



魚原大

関川太一

#### 審查項目

二次審査、最終審査は、下記の項目の合計得点 で順位が決まります

#### ■クラス構成

・全体のクラスの構成(ブロック数とその内容)

#### ■指導スキル

○コリオのリードスキル

・途中で繋ぎの無駄なステップが入っていないか

・ブロックの繋げ方と全体の流れ

・1ヶ所にとどまって指導をしていないか

○キューイング

·キューイングの内容とタイミング

·ノンバーバルキューの明確さ

○曲の使い方

・32カウントの始まりを正確に捉えているか

・曲調を活かしてクラスの雰囲気を盛り上げられているか

#### ■コミュニケーションスキル

○パーソナリティと将来性

・カリスマ性、表情と笑顔

○コミュニケーション

・参加者に声をかけ、ダイレクトな反応が得られているか ○スタイル

・手をしっかりと伸ばし、大きく動けているか

·動きにエネルギーが感じられるか

## Schedule

各種SPORTECイベントについては SPORTEC公式サイトでご確認下さい。

検索 SPORTEC 🔎

※スケジュールは予定です。時間が若干変更になる場合があります。

9:15 受付スタート

 $10:00\sim11:30$ 一次審査

海外プレゼンターによる90分間のエアロビクスマラソン 笑顔と動作スキルなど、自身が持つ魅力と華で勝負!

12:15 一次審査結果発表

インストラクター部門12名、アマチュア部門20名が通過!

12:30~16:30 二次審査

インストラクター部門1人10分のノンバーバルでのリード審査!

16:45 二次審查結果発表

17:00~18:45 最終審査

インストラクター部門1人20分のノンバーバルでのリード審査 クラス構成、指導スキル、コミュニケーションスキルで勝負 ※指定時間帯に、アマチュア部門の最終審査あり!

19:00 表彰式

人気プレゼンターへの一歩を踏み出そう! 優勝者には豪華賞品!

### Convention

日本最大級のスポーツ・健康産業総合展示会

SPORTEC2017で 将来の活躍の場を見つけよう



ダンスフィットネスコンテスト会場は、日本最大のスポーツ・フィットネ ス総合展示会「SPORTEC」の会場内です。ダンスフィットネスコンテ スト出場のみなさまは、SPORTEC会場内も自由に見学できます。 フィットネスプログラムやフィットネス機器、ホームヘルス&ダイエッ ト、スポーツフード、リハビリ・介護をはじめ、フィットネスや健康スポー ツ関連分野の最新サービスや商品が展示され、関係者が一同に会し ます。今後の仕事に活かせる情報が収集できます。ぜひこの機会をお 役立てください。

会期:2017年7月25日(火)~27日(木) 場所:東京ビッグサイト

https://www.sports-st.com/

## DANCEFITNESSCONTEST エントリー



ラナ 東京都 IR歴:14年 メガロス、ボディモーション 頑張ります!



岐阜県 IR歴:8年 LABODY契約ライダー 2017年より活動拠点を関 東へ。自分らしくおもいっき り楽しんで素敵な時間をお 届けできるようがんばります!



宮崎県 IR歴:5年 Bitter Sweet, BSGIRLS♡所属 自分らしく笑顔で楽しみます!よろしくお願い致します!



宮崎県 IR歴:1年8ヶ月 JAZZダンスと晩酌が好き 今回が初参加です!沢山の刺激を貰いつつ、自分らしく

桐林 佑衣

頑張ります!



小室 麻衣子 岡山県 IR歴:5年 Bitter Sweet, BSGIRLS♡所属 思いっきり楽しみ、笑顔でべ ストを尽くします☆



大城 戸美香 熊本県 IR歴:10年 I ARODY契約ライダ-2017年より活動拠点を関 東へ。日々一生懸命活動 中。ガンバリマス。



長野県 IR歴:4年 JTB契約インストラクター ルーキーコンテスト2016 準優勝

今回のコンテストでは、新し い自分を表現したいと思っ



長谷 朋 鳥取県 IR歴:2年 地元、鳥取を中心に活動し

ています。 自身の能力をさらにレベル アップするために、コンテス トで得れるものをどんどん 吸収させて頂きます



合田 貴喜 北海道 IR歴:3年 札.幌市のフィットネスクラブ

初出場です!笑顔とチャレン ジャー精神でコンテストに 臨みます!!



堀 成伸 埼玉県 IR歴:9年 アスリエ、アトリオ、ルネサ

ンス等で活動中。 昨年は6位入賞をさせてい ただきました。今年は最終 選考まで残れるよう頑張り



渋谷 絵里子 北海道 IR歴:3年 NOBRANDInfinity契約 イントラ界のボールボーイ 目指してます。笑顔を拾い に行きます!



高山 英士 広島県 IR歴:4年 A.F.C.エアロビクスインス トラクター養成講師 まずは予選突破を全力で目 指します!皆様応援よろしく お願いします!



久高 勝巳 沖縄県 IR歴:7年

所属なし エアロ、ステップ、 ストリートダンスのバトルに 参戦中 - …・ 今の自分の実力を確認しつ つ、より皆様方から多くを学 び、吸収していきたい。



比内 澄絵 北海道 IR歴:8年 3H Company代表

めいっぱい楽しんで頑張り

宮城県 IR歴:5年 ホリデイスポーツクラブ所属

北海道 IR歴:約2年半 LABODY契約インストラクター 憧れの舞台の上に立てるよ 会場の雰囲気を楽しみなが う、まずは全力で1次予選に 臨みます!



嵩 亜希子 兵庫県 IR歴:7年

CLAP TEAM ATHLETE契約 今回も全力で挑みます! 今年もあのステージに立ち



北海道 IR歴:12年

北海道でエアロビクス、ヨガ を中心に指導 挑戦し行動することで、誰か の刺激になれるよう頑張り

# エントリー受付中!

#### ★出場インストラクター大募集! ★エアロビクス愛好家大募集!

詳細・申込方法は、ダンスフィットネスコンテスト公式ページへ PC、スマホ、ケータイからお申込ください http://www.dancefitness.jp

ダンスフィットネスコンテスト 申込

#### お問合せ

ダンスフィットネスコンテスト TEL.03-5459-2841 e-mail: info@fitnessclub.jp

#### 参加部門·料金

●インストラクター部門 ▶ 8,000円(税別)

年齢制限なし、ステップ審査なしのコンテストです。

二次審査進出者には審査員からのフィードバックも得られ、ステップアップにつなげ

●アマチュア部門 ▶ 7,000円(税別)

普段エアロビクスのレッスンを受けている方ならどなたでも挑戦していただけます。 優勝者には豪華景品が贈られます。

●ファン部門 ▶ 7,000円(税別)

審査対象外の部門なので、初めて参加する方や審査が苦手な方、マイペースで 楽しみたい方、出場インストラクターの応援をしたい方におすすめです。

企画・運営:ダンスフィットネスコンテスト事務局





























詳細・申込は www.dancefitness.jp

協賛·後援企業様募集中!

# Questions about

## オーディション

#### 採用担当者に聞いた!オーディション合格の条件とは?

秋のレッスンプログラム改正に向けて、多くのフィットネスクラブがオーディションを開催する季節になりました。フリーインストラクターの方は活動の幅を広げ、 キャリアアップしていくためにも、オーディションの受講は必須となります。

ただ闇雲にたくさんのオーディションを受けたとしても、合格率は上がりません。 オーディションを受けるための事前準備をすることで合格率は上がっていきます。

NEXT編集部では、各クラブの採用担当者にアンケート調査を実施。オーディションの開催形式や、どんな人材が求められているのかを伺い、オーディション受講者に役立つ情報をまとめました。



## オーディション面接のポイントとは!?

Question

様の気持ちになってしっかりと様の気持ちになってしっかりとります。他の人のレッスンを行う方法が一般的です。オーディション参加者に向けてレッスンを行法が一般的です。オーディショキを審査員がチェッに見立てて、レッスンを行う方法が一般ので、手抜きをせるを受ける態度を見られていることもあるので、手抜きをせずお客様の気持ちになってしっかりと

個人オーディションの場合は、電査員をお客様役なしでレッスンを合やお客様役なしでレッスンをディションに比べ、持ち時間がディションに比べ、持ち時間があります。集団オーを、より詳細な内容を質問されることがあります。

流れです。
現在行われているオーディション形式は個人での審査と集団での審査の大きく2つに分かれでの審査のと進むことが一般的ない。

## どんな人材が求められる!?

Question <

2

1

#### 責任感のある方

- ●担当枠を把握し、遅刻・欠席をしない (一般常識のある人)
- ●店舗運営を把握し、協力的に動ける

2

#### 安全面に配慮できる方

- ●スタジオ全体を把握し、配慮できる
- ●参加者への気配りを欠かさず、 レッスンを進めることができる

3

#### 主観・客観的に

#### バランスの取れている方

- ●楽しい雰囲気を作り、パーソナリティ 溢れる魅力がある
- ●参加者の視点に立ち、レッスンを行うことができる

4

#### 順応力の高い方

- ●面接にて返答に困る質問をされても 臨機応変に対応できる
- それぞれのクラブの雰囲気に合わせることができる

事前に準備することは!?

Question

3

#### レッスン内容の確認

オーディションでのレッスン時間はおおよそ10分程度(クラブにより異なります)。その中で自分のレッスンを表現するのはもちろんのこと、①効果を感じ取れる内容か、②声はスタジオ全体に行きわたっているか、③お客様の様子を感じ取り臨機応変に対応できているか、など客観的に自分のレッスンを振り返り内容の確認を行うことが大切です。

POINT レッスンの動画を撮ると、客観的に確認できるようになります。

#### 受講クラブ・スタジオの見学に行く

スタジオの広さや、施設の雰囲気などを事前にチェックしましょう。どのように動きを見せることができるのか、 どのようなレッスンプログラムが現在行われているのかなどを確認することにより、より良い雰囲気をつくるこ とができます。また、採用担当者に熱意を伝えるチャンスにもなります。

POINT 見学に行く際は連絡を入れてから伺いましょう。

◎直前のキャンセルや当日キャンセルはクラブに迷惑を掛けるだけではなく、個人の信用も落とします。何らかの事情により受講できなくなった場合は、必ず連絡を入れましょう。

オーディション 開催情報

ベストスタイル	P46
LAVA Interntional ·····	P46
ロハスインターナショナル	P47
UPPS	P47
REAL FIT	P49
セントラルスポーツ東海地区	P50

セントラルスポーツ関西地区	P50
セントラルスポーツ九州地区	P50
ホリデースポーツクラブ	P <b>51</b>
スポーツクラブNAS	P52
ユアースポーツクラブ	P52
東京マリン江北フィットネス	P53



ジェイアール東日本スポーツが運営する『Jexer』 新店舗オープン拡大に向けた、スタッフ募集!!



#### 中途採用社員

専門的な領域のスペシャリストとしての活躍や、将来総 合職への登用にチャレンジするなど、キャリアアップへ の取り組みを促進しています。これまでの経験を活かし て、キャリアアップを目指しませんか?

ジェクサーフィットネスクラブの各店舗 勤務時間 1ヵ月変形労働時間制勤務(シフト制)

※1 日平均 7.5 時間勤務

月8日以上(年間休日110日) 休日·休暇 年次有給休暇(初年度12日付与)

月給 22 万円~

※年齢・経験・能力を考慮の上、個別に決定します。 ※賞与あり

J R東日本グループカフェテリア倶楽部 (福利厚生) ジェクサー施設利用無料 (家族も利用可)

表彰制度

応募資格 フィットネスクラブ等の運動施設における指導経験がある方



#### パーソナルトレーナー

お客様ニーズが「パーソナルトレーニング」に向き 始めています。トレーナーの経験やスキル、オリジ ナリティを反映させた販売価格 (単価)を設定する 仕組みがあり、様々なお客様へのサービス提供が可 能です。駅チカで高い集客力の店舗での活動を希望 される方は是非お問い合わせください。

ジェクサーフィットネスクラブの各店舗 勤務地 勤務時間 週3日/20時間以上※応相談

セッション単価 × セッション数 酬

報酬例)

東京都エリア: A トレーナー30歳代 約49万円/月 埼玉県エリア:Bトレーナー40歳代 約32万円/月 フィットネスクラブなどの運動施設における指導経

験がある方

応募資格

※パーソナルトレーナー資格保有者優遇



#### ジュニアスイミングスクールコーチ

未経験や泳ぎに自信のない方でも、ジェクサーの働 きながら学べる研修で、自然と泳法や指導方法を身 に付けられます。子供たちのチャレンジをサポート するやりがいを感じられるお仕事です。

勤務地 四谷、戸田公園、大宮、赤羽、東神奈川、新川崎

週3回~入れる方※応相談 勤務時間

平日 14 時~ 18 時

土曜 10 時~ 18 時 日曜 9 時~ 14 時 (四谷・戸田公園のみ)

雇用区分により異なります。※ご相談ください。

※指導経験者大募集

スタジオインストラクターオーディション 9月~10月頃実施予定 詳しくは次号掲載予定

株式会社ジェイアール東日本スポーツ

〒170-0005 東京都豊島区南大塚 JR 大塚南口ビル 7F TEL: 03-3980-8671



# 求人特集

# 養成情報

『好き』を仕事にして、あなたの生活を豊かに!!

活躍の場を広げたい方、やりがいのある仕事をしたい方、注目の求人・養成情報を多数掲載!

©オーディション受講者必見! 【Questions about オーディション】掲載。

「NEXT」と連動した求人・養成サイト「FitnessJob」では、随時情報更新中です。

P46~ / 求人 P55~ / 養成

求人・養成情報はPC・スマホ・モバイルからもご覧いただくことができ、応募ができます。

パソニ ご覧に

パソコン・スマホで ご覧になる方は… www.fitnessjob.jp ヘアクセス、または

フィットネスジョブ

検索



スマホの方は まずはQRコードで お試しください



メールマガジンで求人情報、養成コース等の

最新情報を配信中です



コラーゲンスタジオ新設の為、 インストラクター オーディション開催!! 東証一部上場企業(株)ツカダ・グローバルホールディングのグループ会社、 (株)BEST HERBSのスポーツクラブです。 社内研修制度があるため、これからパーソナルトレーナーを目指す方も歓迎します! 現在パーソナルトレーナーで活躍中の方も、どしどしご応募ください!



銀座・有楽町・大宮で勤務できる パーソナルトレーナーも同時募集! 正社員・契約社員で生活の安定を検討している方、 業務委託で仕事の幅を拡大したい方、いずれも大歓迎!!

#### オーディション日時

- ●大宮スタジオ:7月19日(水)・21日(金)・22日(土) 9:00~12:00 13:00~17:00 18:00~21:00
- ●銀座スタジオ:7月27日(木)・30日(日)・31日(月) 10:30~12:30、13:00~15:00、15:30~17:30、18:00~19:00
- ※各枠定員10名、18:00回のみ5名

#### オーディション募集種目

●ヨガ、ピラティス、エアロ、ステップ、ダンス全般

仕事内容 ①各種レッスン

②パーソナルトレーニング・ストレッチ、トレーニング指導 受付業務など

動務地 埼玉県さいたま市北区、東京都中央区銀座、千代田区有楽町動務時間 ①30分~60分単位で契約

**劉 78 時間** ①30分~60分単位で契約 ②8:30~24:00の中でシフト制

給 与 経験・スキルを考慮の上、社内規定により決定

待 遇 交通費別途支給、施設利用可

応募方法 FitnessJobからご応募、または下記連絡先までお電話の上、写真付き履歴書・職務経歴書をご郵送ください。オーディション会場はFitnessJobにてご確認ください。



株式会社 BEST HERBS 〒331-0813 埼玉県さいたま市北区植竹町 1-816-8

HP: https://spa-herbs.jp/fitness.html Tel: 048-669-6611 Mail: inst-oomiya@best-style-fitness.jp

#### 求人 全国

ホットヨガスタジオLAVA 関西地方各地に新店オープン オープニングインストラクター大募集!!



勤務 地 関西:鈴蘭台店(兵庫)、宝塚店(兵庫) 北大路ビブレ店(京都)、

千鳥橋店(大阪)

イオンモール伊丹昆陽店(兵庫) 東京:ひばりヶ丘店、戸越店、西新井店、

亀戸店 埼玉:みずほ台店、おけがわマイン店

神奈川:相模原店

雇用形態 フリー(業務委託)

給 与 1レッスン 5,000円~10,000円 ※ヨガ指導未経験者は3,500円

待 遇 交通費全額支給、LAVAトレーナーによる研修 レッスン受講無料、物品購入時は社販あり

◎デビュー前のプログラム研修あり

応募資格 ヨガの指導経験がある方、またはヨガ資格取得者 ◎平日夜・土日担当できる方の応募歓迎!!

応募方法 フィットネスジョブまたはお電話でご応募ください。 ※日時・詳細については、Fitness Jobから

※日時・詳細については、Fitness Jobから 応募お申込み後にご案内いたします。

#### オーディション前の対策に 「インストラクタースタート講座」

東京・大阪・名古屋 各地で開催中! 詳細はLAVA採用HPにて♪



Hot Yoga Studio

それは、人生のための1時間。

#### 株式会社 LAVA International

〒107-0061 東京都港区北青山1-2-3 青山ビル11F LAVA採用

 $\textbf{0570-045-314} (\text{$\Psi$10:00}{\sim}19:00)$ 

東京







studio yōggy new york

#### スタジオ・ヨギー ヨガ、ピラティス インストラクター募集!!

専門スタジオで、あなたの経験を活かしてみませんか? スタジオ・ヨギーは、"本来あるよさに目を向け尊重すること"を モットーに全国で22店舗を展開。新店オープンも続々計画中です。



ヨガイ	ンス	トラクター	オー

オ	ーデ	1	シ	=	ン

開催日	時間	場所	応募締め日
8/31(木)	13:00-17:30	スタジオ・ヨギー新宿WEST	8/14(月)
10/17(火)			9/26(火)
11/17(金			10/31(火)

#### ピラティス オーディション

開催日	時間	場所	応募締め日
8/7(月)	14:30-17:00	スタジオ・ヨギー新宿WEST	7/19(水)
11/20(月)			11/1(水)

応募資格 ヨガトレーニングを積み、企業団体(スタジオや、スポーツジム)など 公の場所で1年以上定期的に指導経験がある方。

試験内容 実技(ティーチング)、筆記

応募方法 下の応募詳細Webからエントリーシートをダウンロードしていただき、 弊社まで送付してください。※書類審査あり

交通費規定支給、クラス無料受講/ワークショップ割引受講制度、 社内研修、トレーニング割引受講制度(※レギュラークラス担当 者)、ウェア等割引

勤務地 スタジオ・ヨギーTOKYO(有楽町)、銀座、中目黒、渋谷、新宿EAST、 新宿WEST、神楽坂、池袋、北千住、丸井錦糸町、町田、大宮、川崎、横 浜、湘南藤沢。または近隣の取引先オフィスなど。

※詳しい内容は下記のwebをご覧ください。

応募詳細Web http://www.studio-yoggy.com/audition ※2017年年間オーディション予定も掲載しています。

#### 株式会社ロハスインターナショナル

〒160-0023 東京都新宿区西新宿 1-21-1 明宝ビルディング 2F スタジオ・ヨギー新宿 WEST 内 インストラクターリレーション部 TEL:03-5909-0857 (平日10:00~18:00)

#### 神奈川





#### 東京



勤務時間 シフト制 (1日平均実働7時間45分・休憩60分)

日 ①公休:年間108日/有給休暇:初年度10日/慶弔、育児・介護休暇等②シフト制

与 ①当社規定による②時給¥1,100

週 ①昇給 年1回 (4月)/賞与 年2回 (6月・12月) ※2016年実績 夏季賞与:2.2か 月/冬季賞与:2.0か月/退職金制度/食事手当、残業手当、深夜手当等各種 手当/社会保険 (健保·厚年·雇用) 完備/交通費全額支給/制服貸与/海 外ハイアットホテル無料宿泊 (年間12泊まで ※入社から1年経過後)/国内ハイ

②食事補助、残業手当、深夜手当等/社会保険 (健保·厚年·雇用) 完備/交 通費全額支給/制服貸与/海外ハイアットホテル無料宿泊 (年間6泊まで ※ 入社から1年経過後)/国内ハイアットホテル優待宿泊 等

応募資格 ①経験者優遇、インストラクター業務のみならず、ゲストに安心・快適に過ごして いただけるようにプール監視やロッカー清掃等にも率先して取り組める方を歓迎 ②未経験も可

応募方法 履歴書・職務経歴書を、下記へ郵送またはメールください

A N d A Z. TORYO TORNOMON HILLS アンダーズ 東京 (株式会社森ビルホスピタリティコーポレーション) TEL:03-6830-1120 Email: tyoaz-recruit@andaz.com

#### 求人東京·神奈川

#### ■未経験者大募集■[土日休み・正社員] ヨガ・エクササイズで介護予防!

- ①【正社員】シニアフィットネスインストラクター
- ②【正社員】リハビリフィットネスの運営スタッフ

年に1回の給与改定や個人・施設ごとの表彰制度もあり、定着率は90%! ココロもカラダも元気になりたい、シニアの夢を叶えるお仕事です!

職 種 名 ①シニアフィットネスインストラクター(未経験大歓迎!)
②リハビリフィットネスの運営スタッフ(無資格・未経験大歓

迎!) 東京23区、多摩地域、川崎他 8:30~17:30又は9:00~18:

00(施設による) 休日・休暇 完全週休2日制(土日)、夏季、年 末年始、GW、有給、慶忌休暇

勒務地

勤務時間

与 ①月給20万~25万 ②月給21.5万~30万 ※①②とも経験・能力等を考慮 した上で加給優遇・たします。 ※賃貸物件にお住まいの方は住 宅手35万円/月 支給します(当 社規定) 宅、役職、時間外、子供、保育) 全国契約保養施設利用可など 2018年新卒も募集受付中! ①何らかの運動経験のある方 (経験年数・運動種類は不問) ②要普免(AT限定可)、理念にご 共感いただける方、介護予防・介護 ぎジネスへの関心が高い方 応募方法 希望職種を明記の上、Fitness Jobよりご応募下さい。

昇給(年1回·昇給査定)、業績

賞与、処遇改善手当(年2回)、

社会保险完備, 手当(诵勤, 住

★HPではスタッフの声を掲載中! 詳しくは ヨガ ゆずりは で検索!



は時給950円)

の転職者歓迎!

働きませんか?)

研修等

支援

各種社会保険完備、交通費支

給、住宅手当、PT手当、レッス

ン手当、英語手当、制服貸与、

インストラクター経験者歓迎!

(レッスンをしながら社員として

入社時研修、マナー研修、ト

R-body projectでの資格取得

Fitness Jobよりご応募くださ

い。または、下記に履歴書およ

び職務経歴書をご郵送くださ

い。書類審査のうえ、ご連絡い

-ナー研修、スタジオレッスン

施設利用無料、その他 未経験者・新卒者・異業種から

遇

応募資格

研修制度

応募方法

#### 株式会社ベンチャーバンク ゆずりは事業部

〒107-0061 東京都港区北青山1-2-3 青山ビル11F 03-6369-2867 担当:乾 HP:http://www.rf-yuzuriha.com/

#### 求人東京

#### 渋谷区広尾の高級フィットネスクラブ 社員・アルバイト・パーソナルトレーナー大募集! ★HOTゲルマヨガスタジオ・ジム・スタジオ2面・岩盤浴

私たちのクラブが何より大切にしているのは、おもてなしの心です。 お客様はもちろん、一緒に働くスタッフや取引先にいたるまでのクラブに関わるすべてのひとに おもてなしを心がけることができる方、そして向上心のある方のご応募をお待ちしております!

仕事内容 ■フィットネススタッフ・運動指 導・スタジオレッスン・お客様へ

のサポート等
■フロントスタッフ・受付・事務・
新規会員獲得・お客様へのおも
てなし等

勤務地 フィットネスクラブ広尾(日比谷 線広尾駅徒歩2分)

フィットネスクラブ広尾ガーデンヒルズスタジオ(日比谷線広尾駅徒歩3分)

勤務時間 [社]1日の平均実労時間8時間、週休2日(その他、年末年始・有給休暇・慶弔休暇等) 「ア1週3日以上、1日5時間以上

[ア]週3日以上、1日5時間以上 与 [社]経験・能力等を考慮し当社 規定により優遇いたします。 ☆ 入社2年目正社員給与例:27 万円+賞与年2回 [ア]時給1,000円~(研修期間





**フィットネスクラブ広尾** 〒150-0012 東京都渋谷区広尾5-7-35 広尾コンプレックスビル2・3・4F 担当:斉藤 mail:saiyou@fitness-hiroo.com TEL:03-5448-9970

#### 求人 全国

#### 人々のココロとカラダをHackし続ける 暗闇バイクエクササイズ 『FEELCYCLE』 全国でインストラクター大募集!!

#### ~独自の研修システムで 未経験から一流のインストラクターに~

仕事内容 インストラクター業務

・レッスン提供 (目安2本~3本)

・お客様のカウンセリング

・アパレル販売

・スタジオ運営業務/施設管理、 フロント、見学、体験案内、 清掃、売上管理、メディア対応

勤務時間 6:30~23:30

(シフト制/実働1日5~8時間) シフト例/6:30~14:30、14:30~ 23:30 与 月給

関東·関西·名古屋/ 23万~50万円 札幌·福岡·岐阜·仙台/ 22万5千円~50万円

応募資格 未経験者大歓迎 応募方法 お電話またはフィットネスジョブよ りご応募ください。追ってご連絡

いたします。



Fusion with the MUSIC.

Exercise in the DARK.

Enjoy APPAREL.

LIGHTING exciting with.

#### 株式会社FEEL CONNECTION

〒107-0061 東京都港区北青山1-2-3 青山ビル11F 採用担当TEL:03-6316-1005 MAIL:recruit@feelcycle.com

#### 求人 東京·埼玉

ファンクショナルトレーニング ジム REAL FIT

### 8月入社OK! 未経験歓迎! 正社員インストラクター募集 体験レッスン付オーディション開催

みんなで一緒にカラダを動かす一体感が好き♪ 音楽に合わせてカラダを動かすのが好き♪ 人を応援するのが好き♪そんな方が多数活躍しています!

日 程 ①6/30(金)8:45~11:30 @REAL FIT 高田馬場 ②7/14(金)8:45~11:30 @REAL FIT 五反田 ③7/28(金)8:45~11:30 @REAL FIT 五反田

使REAL FIT 五反田 内 容 REAL FIT体験レッスン、実技 選考

性事内容 スタジオグループレッスン・フロ ント・カウンセリング

勤務地 高田馬場、五反田、初台、大宮 2018年都内新店OPEN予定 給 与 月給230,000円~ 別途:通勤手当、子ども手当、 保育手当、役職手当 各種社会保険完備

**勤務時間** 6:15~23:15(実働8時間の2 交代シフト制)

完全週休2日

応募方法 FitnessJobよりオーディション 参加希望日を添えてご応募くだ

さい。

詳しくはWEB REAL FIT で検索!





#### 株式会社ベンチャーバンク REAL FIT

〒107-0061 東京都港区北青山1-2-3 青山ビル11F 03-6369-2871 担当:乾 HP:http://www.real-fit.jp/

#### セントラルスポーツ関西地区 インストラクターオーディション開催!!

★エアロビクス/ステップ/ヨガ/ダンス/ZUMBA/アクアビクス/ オリエンタル系/その他★ ※平日昼·夜、土日勤務可能な方

■2017年7月23日(日) 18:00~20:00

セントラルフィットネスクラブ 新大阪駅前

■2017年8月1日(火) 11:00~13:00

セントラルウェルネスクラブ尼崎 ■2017年8月6日(日)

18:00~20:00 セントラルフィットネスクラブ 新大阪駅前

内 容 書類審査·実技 ※各自、ウエアー・シューズ・音 源・その他必要と思われる物を

ご持参ください。 参 加 費 無料 スタジオレッスンプールレッスン 仕事内容

給与など

あまがさき、ヨガピス六甲道、ヨガピス灘、ジムスタJR塚口 【大阪】平野、住ノ江、蒲生、都 島、新大阪、ゲートタワー、ジム スタ24泉大津、四条畷、ヨガピ ス平野、DELTA高槻 フィーは当社採用規定に準ず

【兵庫】芦屋、西岡本、六甲道

る。交通費は、全額支給 応募方法 履歴書をご郵送ください。※写真 貼付、下記必要事項をご記入く

ださい ①参加希望日時②オーディショ ン希望種目(3種目まで)③経験 ならびに現在の指導施設(現在 当社で担当している方はメインク ラブをご記入下さい)④自己PR







#### セントラルウェルネスクラブ平野

〒547-0044 大阪府大阪市平野区平野本町2-9-29 mail:cw-hirano@central.co.jp 担当:西田

#### 東京·大阪·愛知

#### フィットネスインストラクター大募集!! ファッション&スポーツに 興味のある方大歓迎!

NERGY【正社員・アルバイト】 スポーツがすき!ファッションがすき!な方で 一緒にショップを盛り上げてくれる方を大募集!

仕事内容 店舗が行うアクティビティイベ ントでのインストラクター業務

■NERGYタカシマヤゲートタ 勒務地 ワーモール店

■NERGY渋谷店

■NERGYららぽーとEXPOCI-TY店

[社員・フルアルバイト]シフト制 勤務時間 /実働7.5時間 「アルバイト] 週3日以上、1日5 時間以上勤務可能な方

[業務委託]応相談

[社員]年間110日、年末年始・ 休日·休暇 有給休暇

[正社員]前職給与考慮 給 [アルバイト] 時給950円~ .300円

[共通]昇給有、各種研修有、ジ ュングループブランドの社員割 引購入制度有 [正社員]昇給有、カフェテリア ポイント(選択型福利厚生) [アルバイト]交通費全額支給 ※計量雇用制度有

応慕資格 研修制度

インストラクター経験者 入社時研修、CSイノベーション

応募方法 FitnessJobまたはNERGYリク ルートページまでご連絡くださ

> http://recruit.jun.co.jp/shop/brand\_31.html





#### 株式会社ジュン NERGY

TEL:03-6894-5011 WEB:www.nergy.jp

### セントラルスポーツ九州地区 インストラクターオーディション開催!!

★エアロビクス/ステップ/ヨガ/ダンス/ZUMBA/アクアビクス/ オリエンタル系/その他★ ※平日昼·夜、土日勤務可能な方

程 ■2017年7月30日(日)

18:00~20:00 セントラルウェ ルネスクラブ天神ソラリア ■2017年8月8日(火)

11:00~13:00 セントラルウェ ルネスクラブ野間大池

内 書類審査·実技

・シューズ・音 ※各自、ウエア・ 源・その他必要と思われる物を ご持参ください。

参加費 無料

仕事内容 スタジオレッスンプールレッスン 【福岡】 勒務地

> セントラルウェルネスクラブ天神 ソラリア セントラルウェルネスクラブ野間

大池 給与など フィーは当社採用規定に準ず

る。交通費は、全額支給 応募方法 下記必要事項記入の上、履歴 書(写真貼付)を必ずご郵送下

さい ①参加希望日時②オーディショ ン希望種目(3種目まで)③経験 ならびに現在の指導施設(現在 当社で担当している方はメインク ラブをご記入下さい)④自己PR





## CENTRAL SPORTS

#### 

〒810-0001 福岡市中央区天神2-2-43 ソラリアプラザ10F mail:solariasports@central.co.jp 担当:伊藤

#### 愛知·岐阜

#### セントラルスポーツ東海地区 インストラクターオーディション開催!!

エアロビクス / ステップ / ダンス /ZUMBA/ アクアビクス / オリエンタル系 / その他 ※平日昼・夜、土日勤務可能な方

■2017年7月23日(日) н 18:00~20:00

■2017年8月6日(日)

18:00~20:00 슺 セントラルフィットネスクラブ千種

書類審査·実技 容 内

※各自、ウェアー・シューズ・音源 ・その他必要と思われる物をご

持参ください。 参 加 費 無料

スタジオ及びプールに於いての 仕事内容

各種レッスン指導

【愛知】藤が丘、一社、千種、大 曽根、本山、岡崎、いなす、小牧 勤務地

【岐阜】岐阜 勒務時間 応相談

フィーは当社規定に準ずる。交 給与など 通費は、全額支給

応募方法 【1】①お名前②郵便番号③住 所④電話連絡先⑤オーディショ ン参加希望日⑥エントリー種目 をFitnessJob又は電話にてご 連絡ください

> 【2】クラブよりオーディション書 類を送付致します。その中のエ ントリーシートに必要事項をご記 入頂き、履歴書と共にクラブに 送付頂きます。

◇エントリー窓口は、ヤントラル フィットネスクラブいなす店となり ます。セントラルスポーツ他店舗 でのオーディションについてのお 問い合わせは、受付兼ねますの でご了承願います。

申込締日

■7月23日 ※7月16日までの受付 ■8月 6日

※7日30日までの受付





#### セントラルスポーツ東海地区

◆受付·書類送付先◆セントラルフィットネスクラブいなす 〒492-8425愛知県稲沢市増田北町2 TEL:0587-23-8275 担当:佃(つくだ)



#### 東京

## 3D Body Lab 正社員、契約社員、アルバイト -ソナルトレーナー、 ガ・ピラティス 指導者を募集します!

仕事内容 パーソナルトレーニング指導/ ヨガ・ピラティス指導/一般業務

勒務地 港区麻布十番 シフト制 勤務時間

平日 9:30~22:30 土日祝 9:30~19:30

休日・休暇 週休2日制、夏季·冬季休暇、有

給休暇あり

【社】月収20万円~40万円



昇給(年1回)、賞与(業績に応じ て支給)、交通費(月額3万円ま で支給)、社会保険完備

パーソナルトレーナー経験者優

応募方法 Fitness Jobからご応募いただく か、直接施設へ連絡後、履歴書 を郵送してください。





#### 株式会社3D Body Lab

〒106-0045 東京都港区麻布十番1-5-18カートブラン麻布十番9F TEL:03-4500-2991(担当:曽根、三ツ井) HP:http://www.3dbodylab.co.jp/

#### 千葉·奈良·和歌山

給

## 新店インストラクター ヨガインストラクター大募集

【募集店舗】●木更津店(千葉県)······ 2017年8月OPEN予定

●大和高田店(奈良県)······· 2017年9月OPEN予定 ●和歌山店(和歌山市)······· 2017年10月OPEN予定

募集項目 エアロビクス、ヨガ(ホットヨガ含む)、ZUMBA、ステップ、アクアビクスなど

3,000円~6,000円/レッスン1本あたり 昇給制度あり、能力、結果に応じ決定

交通費支給、施設無料利用可能、各種研修手当あり、 各種スキルアップセミナー開催

履歴書(写真貼付)に下記項目を明記の上、ご郵送ください。

折り返しオーディション1ヶ月程前にオーディション要項をお送りいたします。 ①オーディション応募項目 ②勤務希望店舗 ③出身養成コース 応募方法 ⑤指導できるプログラム ④指導歴と指導施設

⑤打は今底に打き分配数⑥打導に関する考え方などアピールできることを簡単にまとめる⑦担当可能スケシュール(曜日、時間)採用の流れ 履歴書郵送→オーディション参加→合格発表→ガイドライン研修→デビュー

今後の募集: 岐阜店(岐阜県)····2018年1月OPEN予定 古賀店(福岡県)····2018年1月OPEN予定





# SPORTS CLUB

HOLIDAY 株式会社 東祥 ホリデイスポーツクラブ

〒446-0056 愛知県安城市三河安城町1-16-5 東祥ビル5F TEL:0566-79-3500 受付時間平日9:00~18:00 担当:唐澤(からさわ)・三鳥

#### 千葉·埼玉·茨城

## 《未経験者 積極採用!》 fan's 加圧トレーナー・ パーソナルトレーナー大募集!!

パーソナルトレーナーとしてのスキルを身につけたうえで加圧トレーニ ングインストラクターとしての資格を取得して頂き現場でトレーニング 指導をおこなっていただく業務です。

経験者の方はもちろん、未経験者の方も是非ご応募ください!

什事内容 パーソナルトレーナー業務・店舗 運営業務等

勤務地 fan's直営及び新規出店予定地

(南流山・流山おおたかの森、八 潮、守谷・つくば) 社員:月7日~(月末に連休有り) 休日·休暇

社内規定に準ずる ①:18万~50万円/月給 ②:決算賞与/年1回(正社員のみ) 未経験採用は月給18万~となり

※試用期間3ヶ月

各種社会保険完備·決算賞与·



講師担当賞与・役職手当・子ど も手当・交通費支給・資格取得 費用全額会社サポート・資格更 新費全額会社負担·有給(入社 半年経過から)

経験不問、年齢 応募資格 (20歳~35歳まで) 応募方法

FitnessJobまたはメール・電話 にてお問い合わせください。 ※ご応募の際は雇用形態(正 社員・契約社員・業務委託)の希 望、活動希望店舗を必ず明記 の上、ご応募ください





#### 株式会社fan's

〒270-0137 千葉県流山市市野谷 ハナミズキテラス1階 TEL:04-7197-3601 Mail: info@fans-company.com 担当:皆川 HP:http://fans.flips.ip/

#### 福井·大阪·富山·石川·愛媛·島根

### ホットスタジオ新設に伴い ホット・ヨガインストラクター大募集!

あなたのスキルをいかし、かがやける場所がここにあります! ご希望の場所で活躍するチャンスです!

【勤務地】 2017年秋OPEN予定

●福井店(福井県)●泉大津店(大阪府)●富山店(富山県)

●金沢店(石川県)●松山店(愛媛県) ●出雲店(島根県)

募集項目 ホットヨガ/ヨガインストラクタ・

3,000円~6,000円/レッスン1本あたり 昇給制度あり、能力・結果に応じ決定

交通費支給、施設無料利用可能、各種研修手当あり、

各種スキルアップセミナー開催

ヨガの養成コースを修了された方。指導歴は問いません

応募方法 履歴書(写真貼付)に下記項目を明記の上、下記住所までご郵送下さい。 折り返しオーディション日程についてお電話にて連絡いたします。 ①オーディション応募項目 ②勤務希望店舗 ③出身養成コー ④指導歴と指導施設 ⑤指導に関する考え方などアピ ールできることを 簡単にまとめる。⑥担当可能スケジュール(曜日、時間)

採用の流れ 履歴書郵送→オーディション参加→合格発表→ガイドライン研修→デビュー





HOLIDAY 株式会社 東祥 ホリデイスポーツクラブ

〒446-0056 愛知県安城市三河安城町1-16-5 東祥ビル5F TEL:0566-79-3500 受付時間平日9:00~18:00 担当:唐澤(からさわ)・三島

関東

## ホットヨガスタジオ美温 新店オープン<sub>につき</sub>

インストラクターオーディション開催!!

#### 2017年秋 溝の口(神奈川)に新店オープン予定!

会場・日時 ・7月24日(月) NAS大崎 ・7月26日(水) NAS湖南

·7月26日(水)NAS湘南台 10:00~/15:00~

選考方法 書類選考、実技・面接選考 動務地 溝の口店、関東の美温 募集形態 業務委託契約 報 酬 オーディションにより決定 応募方法 ①NASホームページよりエント リー(下記URL)

②専用履歴書をダウンロード ③履歴書に必要事項を記入し、 写真貼付の上、下記住所へ郵送

2017年7月7日(金) 当日消印有効

※当日の案内はメールでご連絡いたします。ドメイン解除をお願いします。×××@go.nas-club.co.jp ※いただいた履歴書、写真は返却いたしかねます。

応募締切



#### スポーツクラブNAS(株)

オーディション受付係 http://www.nas-club.co.jp/ 〒135-0063 東京都江東区有明3-7-18 有明セントラルタワー10F 【エントリーはこちらから】http://www.nas-club.co.jp/recruit/info/instructor/

#### 求人 東京

#### 【運動】 【栄養】 【休養】 の3つの柱を基本に 心と身体の健康をサポート! 未経験でもOK 心と健康のスペシャリストを目指せます!!

お客様一人ひとりに合わせたプログラムで運動、筋コンディショニング、ボディケア、 生活習慣、食生活習慣を指導! トータルコンディショニングトレーナーとして活躍!!

職 種 ①トータルフィットネストレーナー ②ボディセラピスト・整体師 ③学養十

③宋養士 ※経験者優遇

5~6名 ①一橋学園店

勤務地 ①一橋学園店 西武多摩湖線[一橋学園]北口 ②阿佐ヶ谷店

墓集人員

阿佐谷パールセンター内 ③東中野店 東中野ギンザ通りライフ前

東中野キンサ通りフィノ削 勤務時間 10:00~21:00(シフト制) ※店舗による

[P]週2回~可、時間曜日応相談 給 与 月給20万円~35万円(賞与年2

回+業績賞与) 【例】入社1年目21歳⇒昨年夏 の賞与3か月分

. 応募方法 夏

研修期間

В

☆経験者 月給22万~ 技術チェック有り 「P] 味給250~1 500円

技術チェック有り [P]時給950~1,500円 3ヶ月は18万円~22万円(研修

3ヶ月は18万円~22万円(研修中の給与は経験・能力により決定)

●パート時給950~1,500円 隔週休2日制、プレゼント休暇、 年末年始、夏季、慶弔、有給休 暇(分割付与有)、G休暇、育児 休暇

交通費全額支給、賞与年2回、 社保完備、各種手当、子供手 当、資格取得支援、インセンティ ブ制度、社員家族割引

Fitness Jobからご応募いただくか、電話連絡後、履歴書(写真貼付)を郵送してください。





#### トータルボディコンディショニング STYLISH BODY

株式会社スタイリッシュボディ

〒187-0043 東京都小平市学園東町1-5-10小平センタービル 株式会社スタイリッシュボディ TEL:042-346-3880 採用担当迄

#### 求人 関東

## スポーツクラブNAS 新規店舗オープンにつき インストラクターオーディション開催!

エアロビクス・アクアビクス・ヨガ・ピラティス・ダンス・ホットヨガ パーソナルトレーナー・スイムスクールコーチ大募集!

#### 2017年秋 溝の口(神奈川)に新店オープン予定! ホットヨガスタジオ美温も同時オープン!

会場·日時 ·7月24日(月)NAS大崎

·7月26日(水)NAS湘南台

10:00~/15:00~

選考方法 書類選考 実技·面接選考

数務地 溝の口店

業務委託契約 応募締切

募集形態 業務委託契約 報 酬 オーディションにより決定

※当日の案内はメールでご連絡いたします。ドメイン解除をお願いします。×××@go.nas-club.co.jp ※いただいた履歴書、写真は返知いたしかねます。

**広墓方法** 





①NASホームページよりエント

②エントリー後専用履歴書をダ

③履歴書に必要事項を記入、写

真貼付の上、下記住所へ郵送

リー(下記URL)

2017年7月7日(金)

当日消印有効

ウンロード

## スポーツクラブNAS(株) SPORTS **NAS**

オーディション受付係 http://www.nas-club.co.jp/ 〒135-0063 東京都江東区有明3-7-18 有明セントラルタワー10F 【エントリーはこちらから】http://www.nas-club.co.jp/recruit/info/instructor/

#### 求人東京·千葉·埼玉

# スパ&スポーツ ュアースポーツ スタジオ・アクア インストラクター急募!!

明るく!楽しく!元気よく!ユアーであなたのスキルを活かしませんか!! 特に、アクアプログラム出来る方、夜・土日出来る方を歓迎します!!

#### 【オーディション日時】

A.7/9 (日) 17:45~21:00 B.7/10(月) 14:00~18:00

B.7/10(月) 14:00~18:00 蕨店 C.7/24(月) 14:00~16:00 19:00~21:00 戸田店

募集種目 オールジャンル

勤務地東京都(船堀店)、千葉県(我孫子店・習志野店・新松戸店・南流山店・北国分店)、埼玉県(戸田店・藤店)

給 与 当社規定による

応募方法

FitnessJobにてお申し込み・お問い合わせ下さい。 エントリー後、オーディションの詳細について追ってご連絡差し上げます。

南流山店







#### スパ&スポーツユアー

〒270-1144 千葉県我孫子市東我孫子2-17-3 (スパ&スポーツユアー我孫子店)

TEL:04-7183-0505 HP:http://yoursports.co.jp/ 担当:渡邊

#### 東京

## -ディション開催! インストラクター募集!

地域密着のフィットネスクラブ「東京マリン江北フィットネス」にて熱意をもって -緒にクラブ作りができるインストラクターを募集します!

エアロビクス中上級(大募集!)/ZUMBA/ボクササイズ/ピラティス/骨盤系/ 調整系/アクアビクス/ヨガ

7月24日(月)10時~

所 東京マリン江北フィットネス (日暮里・舎人ライナー江北

下車徒歩1分) 仕事内容 エアロビクス中上級/ZUMBA/ ボクササイズ/ピラティス/骨

盤系/調整系/アクアビクス/ ヨガ

勤務地 東京マリン江北フィットネス - ディションにより決定(平 給 均:4,000円/60分)交通費全

額支給

1年以上定期的に指導経験 締め切り 7月20日(木)必着 応募資格

のある方

応募方法 履歴書に下記必要事項を明 記し、写真を添付の上、下記 連絡先までご送付ください。 【必要事項】

指導可能カテゴリー(複数 可)、指導可能な曜日、時間 帯、希望レッスンフ・

※ご応募いただいた方には、 メールにてオーディションの詳 細をお知らせいたします。 ※パソコンからのメールが受

信できるアドレスを必ず記入







東京マリン江北フィットネス 担当:丸山・南城・井上 〒123-0872東京都足立区江北1-33-22 TEL:03-3898-1211

enterprise E-mail:info-kouhoku@tokyo-marine.net (cc:maruvama@tokvo-marine.net)

#### 東京

#### ストレッチ専門店★ヨガ・アロマ教室 新規オープンにつきスタッフ大募集!

パーソナルトレーナー・ペアーストレツチ 経験者優遇 ヨガ・アロマ・アーイルベーダー 講師・指導経験者優遇

パーソナルトレーニング/ヨガ/ 仕事内容 ストレッチ/アロマ

勤務時間 ①社員/11:00~20:00(休憩

60分)

②アルバイト等/勤務時間応相 談·週1日~可 休日·休暇 週休2日(応相談)、夏季·年末

①20万~35万 給 ②1,000円

①各種社会保険完備、交通費

全額支給



②交通費全額支給

メールやお電話にてお問い合 わせください。

面接時に履歴書(下記項目記 入)、経歴書をお持ちください。

①出身養成コース ②指導歴と指導施設

③ 指導できるプログラム

④指導に関する考え方などア ールしたい事

⑤担当可能スケジュール(曜日

·時間)





#### 株式会社ワールド・オブ・トヨタ

〒167-0042 東京都杉並区西荻北2-12-4 トヨタビル2F TEL:03-6913-7301 E-MAIL:yo-ropian@song.ocn.ne.jp

#### 求人 栃木

★天然温泉・バーデプール・スタジオ・マシンジム★ 4つの健康増進施設を所有する 公共フィットネスクラブで 正社員·契約社員大募集

仕事内容 ジム・スタジオ・プールでのトレー ニング、レッスン指導・レッスンプログラム管理業務・介護予防教 室関連の指導・イベントの企画

立案など

9:00~23:00でのシフト制 勤務時間 ※週40時間での変形労働時間

休日・休暇 完全週休2日制、年次有給休暇 正社員·契約社員/年齢、経験、 能力、資格等により当社規定に

より決定 正社員/大学新卒者実績 応募方法

応募資格

181,500円 賞与2回 正社員·契約社員/社会保険、 昇給、賞与2回、交通費、施設 利利用

契約社員/社員登用あり、レッス

ン手当あり 正社員/運動指導経験者、健康 運動指導士、インストラクター経

験者 歓迎 契約社員/インストラクター経験

者、歓迎

FitnessJobからご応募、または 下記連絡先にご連絡ください。





🎉 i Fitness 真岡井頭温泉 🛮 Fitness 〒321-4415 栃木県真岡市下籠谷21 TEL:0285-83-8822

#### 茨城

#### 新規OPEN! パーソナルトレーナー、フィジーカー 加圧インストラクター募集!!

資格取得費用全額サポート! 面接前に事業説明会の参加も大歓迎! 転居が必要な方には最大15万円の転居手当て!

仕事内容 パーソナルトレーナー業務

店舗運営業務等 **芸**生 人 数

社員採用/3名 勒務時間

平日/13:00~22:00まで 土日祝祭日/10:00~19:00まで

(実働週40h・残業なし) 月8日~※夏季、年末年始は共 休日・休暇 に5日間の連休

18万~30万円/月給 ※計内規定に進ずる

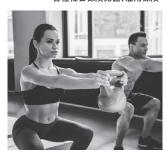
各種社会保险完備,雇用保险

与、資格取得費用全額会社サ ポート、資格更新費全額会社負 担、有給(入社半年経過から)、 内部•外部研修充実 応募資格 経験不問、年齢(20歳~35歳 まで)

FitnessJob、もしくはお電話・ 応募方法 メールにてお問い合わせくださ

完備、昇給·賞与、役職手当、

交诵費支給、ユニフォーム貸





#### 株式会社FUSION

〒300-1207 茨城県茨城県牛久市ひたち野東1-31-1 NARITAビル1F 担当:イマイズミ TEL:080-4332-7671 (専用ダイヤル) E-MAIL:fusionfitnesscenter029@gmail.com

#### 求人 東京·埼玉

#### 契約社員・アルバイト大募集!! 【トレーナー・教室インストラクター・プールスタッフなど】

## 公共スポーツ施設でのお仕事です!

子どもの体操教室から高齢者の介護予防運動指導、障がい者スポーツの活 動支援など、活躍の場はいろいろ。あなたの得意分野を活かしてみませか?

①暗がい者スポーツ団体の活 勤務時間

動支援

-(資格保持者優遇) ②トレーナ ③プール施設のチーフ及び監 視員(チーフは有資格者) ④教室インストラクター(エアロ

ビクス・高齢者指導歓迎)

①村山特別支援学校、あきる野 勒務地 学園、鹿本学園、大塚ろう学 校、など都内各所10校

②大森スポーツセンター、台東 区内健康増進センター、新宿、 目黒区、稲城市、狭山市、など ③都内各所プール(江戸川区、 目黒区、東村山市、大田区、練

馬区、稲城市、狛江市など) ④台東区内各所、春日部市など 8:00~22:30

(勤務地により異なる) ~4hの勤務も可

【契約社員】180,000円~ 240,000円各種手当あり 【アルバイト】①時給1.000円~ ②③時給935円~1,200円

【インストラクター】④3,000円~ 6,000円

健康運動指導士・初級障がい 応募資格 者スポーツ指導員・日本赤十字 社水上安全救助員など資格保

持者優遇。 FitnessJobよりエントリー、また 応募方法 は電話連絡後、履歴書をご郵

送ください。





#### 株式会社オーエンス スポーツ事業部

〒104-0061東京都中央区銀座4-12-15 歌舞伎座タワー20F

Tel:03-3544-1551 Fax:03-3544-1560

mail:sports-jigyobu1050@o-ence.co.jp 担当:河辺

**U:O-ENCE** 

#### 東京

#### 赤坂ストレッチスタジオAries 新規オープンにつき オープニングスタッフ募集(急募)

ストレッチスタッフ・パーソナルス

トレッチ・受付業務全般・スタジオ 清掃

勒務時間 平日10時~23時

土曜日10時~21時 日曜日10時~19時

※シフト制

勒務地

休日·休暇 業務委託(週2日)

アルバイト(シフト制) 業務委託25万円~ (能力による)

アルバイト(時給1,000円~) 歩

社員登用制度有り

赤坂(赤坂駅徒歩1分) 応募方法 Fitness Jobより応募して下さい

#### Aries 赤坂ストレッチスタジオAries

〒107-0052 港区赤坂3-15-4 ネピロード赤坂ビル4階 03-6426-5838 (豊岡・中野) HP:http://aries-stretch.com/

#### 神奈川

### 【店舗強化&展開に伴い急募】

#### スポーツトレーナー募集!!(加圧トレーニング)

加圧トレーナーの資格を取得して、一人でも多くの方を健康にしよう! そんな仲間(志のある方)を 大募集! 【未経験者・女性大募集】

仕事内容 トレーニング指導、フロント業務、他

溝の口本店(神奈川県)

勤務時間 8:30~24:30

祝祭日を含む月7日 休日・休暇

(シフト勤務 実働8時間)

当社規定による(200,000円) 加圧トレーニングの資格取得 食事の勉強(食アドバイザー取 得可能)

メールまたは電話連絡後、履歴 書(写真貼付)を郵送して下さ い。書類選考後に面接日をご連 終致します

※喫煙者は不可とさせていただ

#### COSMOS

#### スポーツジムコスモス

神奈川県川崎市高津区溝口1-20-8 第2多田ビル3F TEL:044-811-3132 URL:http://www.kaatsu-cosmos.com MAIL:info@kaatsu-cosmos.com

#### 求人 東京·埼玉·神奈川

#### 業務拡大のため、女性スタッフ緊急募集!! 各店パーソナルトレーナー・インストラクター随時募集中!

充実した研修制度で、現場に出るまでしっかりサポート! 未経験者でも安心して働くことができます。

、に喜びを与える事のできる価値ある仕事です。フィットネス指導経験者・加圧トレーナー・フ リートレーナーも大歓迎!女性スタッフの採用を強化しています!

トレーナー(正社員、アルバイト) パーソナルトレーニング指導、 コンディショニングストレッチ、そ 什事内容

の他カウンター業務等

トレーニングに関する資格保有

者優遇、未経験者も歓迎 Oz大宮店·Oz麻布十番店·Oz 勤務地 南麻布店·Oz上野店·Oz馬込店 Oz池袋店·Oz八王子店·Oz相

模原店

応募資格

営業時間内完全シフト制 勒務時間 (平日11:00~21:00、 土日祝10:00~20:00)

※アルバイトは時間内で応相談 ※土日勤務出来る方優遇

週休2日(シフト制)、夏季休暇 年末年始休暇あり

【キャリア社員】20万円~30万円

以上(経験・能力による)+イン

センティブ ※中途社員・指導歴有無による 【新卒社員】18万円以上 【アルバイト】時給1,000円~

(研修期間850円)

研修制度あり、社会保険・厚生 年金完備、賞与(当社規定によ る)交通費上限25,000円、指名 料全額支給(例 麻布十番店

月額平均10,000円) 社員、アルバイト共に基本3か月 間試用期間(経験・能力による) フィットネスジョブよりエントリ・

いただくか、電話連絡後、書類 (履歴書・職務経歴書)をご郵 送ください。後日ご連絡致します





研修制度

応募方法





ーディションに関するお問い合わせはこちら パーソナルトレーニングスタジオOz

〒171-0021 東京都豊島区西池袋1-38-5 セイコービル2007 4階 TEL:03-6907-4265 担当:田中

#### 東京

### 脳トレーニングジム 「ブレインフィットネス® |

## ブレインフィットネス トレーナー募集!

募集職種 インストラクター / 施設マネジャ

・マネジャー候補 募集人員

勤務地 渋谷区恵比寿4-22-10

ユニゾebisu422 5F

勤務時間 シフト制

週休2日制(月曜日~土曜日の

中で1日休み。日曜・祝日はジム 休館日で休み)

現給考慮、経験の上優遇 応募資格 パーソナルトレーニングのトレー ナー経験者優遇

その他フィットネスジムでのイン ストラクター経験、ヨガスタジオ でのヨガ講師経験など

応募方法 Fitness Jobより応募してください





## INNOVQQO: 株式会社イノベイジ

〒150-0013 東京都渋谷区恵比寿4丁目11番9号 クオーレエビス301 TEL:03-6277-1671 (イノベイジ採用担当) HP:http://innovage.co.jp/

#### 最新刊

#### TJ Special File 16

#### 阿部(平石)さゆり著

定価: 1,500円+税 A5変形判(210×138mm) ISBN 978-4-909011-03-9 並製 本文1色 148頁

米国でアスレティックトレーニングを学び、アスレティックトレ ーナーとして勤務し、現在は学生を教える立場にある著者。その 視点からスポーツ現場で必要な知識や、これからの働き方につい てなど、多様なトピックが取り上げられる。本書は、月刊トレー ニング・ジャーナルでの連載をもとに、加筆修正したものです。



ページ見本 (P56, 57)

11 医療のこれからを担う人たちのために

12 専門性と多様性のバランス

米国アスレティック

アスレティックトレーナーの仕事 , Injury/Illness Prevention a

Injury/Illness : .... Wellness Protection: 傷害・疾病の予防と健康の保護

傷害・疾病の予診と機能の保護 2. Clinical Evaluation and Diagnosis: 臨岸等を上診断 3. Immediate and Emergency Care: お急速度と救急機能 4. Treatment and Echabilitation: 前様、リルビリテション 5. Organizational and Professional Health and Well-being: 組織的、概要的を健康と振利

アスレティックトレーニング教育は 修士レベルへ
 エビデンスに基づいた、の意味する ものとは
 一実は自然に実践している EBP

医療最前線だからこそ求められる 教急力(1) ——糖尿病、喘息、熱中症、他

医療最前線だからこそ求められる 救急力(2) 一急性頚椎損傷疑いをどう扱うか

一流生現相側端泉しやどこ扱つか 脳振盪 (2) ― 脳振通の評価 脳振盪 (2) ― 脳振通の評価 脳振温 (3) スポーツ障害予防について考える より長く、生き生きとした アスレティックトレーナーであり続ける

3 医療教育にもダイバーシティ 

阿部(平石)さゆり ※

目次

トレーニング教育の今

電話 03-3372-6251

FAX **03-3372-6250** 

e-mail bhhd@mxd.mesh.ne.ip

▼お問い合わせ・ご注文は直接下記まで ブックハウス・エイチディ

〒164-8604 東京都中野区弥生町1-30-17

http://www.bookhousehd.com/

静岡 求人

#### ALULA (アルラ) Sports&Spa 施設管理正社員&パーソナルトレーナー& ゴルフレッスンコーチ大募集!!

募集職種 ①施設管理正社員 ②パーソナルトレーナー

③ゴルフレッスンコーチ 勒務地 ALULA Sports&Spa

勤務時間 ①7:00~24:00 シフト制

②③応相談 休日・休暇 ①週休2日制 ②③応相談 与 ①20万円~35万円 ②③完全歩合制

※能力、経験により優遇。 ①20歳~35歳、未経験者歓迎 応募資格 ②3年齡不問

応募方法 下記、お電話にてご応募くださ

エヌイージー株式会社 ---ALULA---Sports & Spa

〒422-0813 静岡県静岡市葵区長沼567-1 TEL:054-655-8333(仲田、藤川、保坂) HP:http://www.alula-sports.ip/

神奈川

#### コンシェルジュインストラクター募集!!

2018 年 1 月にオープンする『スポーツクラブ湘南1st』 湘南台でスポーツクラブ運営 20 年の実績を基にクラブを拡大してスタートします。 インストラクターの働きやすさをとことん考えたクラブです。

勤務時間

待 遇

募集職種 ①クラブ運営マネージャー

②コンシェルジュ・フロントスタッ フ ※インストラクター経験者 ③コンシェルジュスタッフをマ ネージメントできる方

尚、インストラクターのオーデ ションは9月実施予定

当社規定による ※経験·能 力・実績・資格等を考慮します。

※試用期間3ヶ月あり

週休2日シフト制 交通費全額支給 社会保险完備 湘南台駅徒歩2分

勤務地 お電話にてご連絡の上、履歴 応募方法 書と職務経歴書をお送りくだ

スポーツクラブ湘南1st 開設準備室 採用担当法谷・林

〒252-0804 神奈川県藤沢市湘南台2-5-10 TEL:0466-42-6270 受付時間:平日10:00~17:00

日本最大のスポーツ・健康産業総合展示会

## 

## NSCA ジャパン主催セミナー開催

「SPORTEC2017 (7/25~7/27) 開催」で NSCA ジャパンのセミナーを行ないます。

トップリーグを支えた S&C コーチとしてのコーチングテクニック

7月25日(火)16:30~18:00 トップレベルのチームスポーツに対する ストレングス&コンディショニング



吉田 直人 CSCS, NSCA-CPT, NSCA ジャパン認定検定員

(NSCA ジャパン Human Performance Center ヘッド S&C コーチ) 元森永製菓(株)ウイダートレーニングラボヘッド S&C コーチとして、育成年代から プロ選手まであらゆる競技のアスリートを指導したほか、ミス・ユニバース・ジャパン・ ボディーメイキングスペシャリストとして、モデルらの身体作りにも従事。その後、ジャ パンラグビートップリーグ Honda HEAT ヘッド S&C コーチとして 5 年間従事し、 2017年4月より現職。

運動指導者3団体での合同シンポジウムもあります。

7月25日(火) 12:30~14:00

「これからの日本を支える、運動指導者の専門性と可能性」

米澤和洋 (NSCA ジャパン理事)

黒田恵美子(日本健康運動指導士会常務理事) 菅野昌明(日本トレーニング指導者協会理事)

one **stronge** 

【申し込み、問い合わせ】 SPORTEC 事務局

SPORTEC2017

Q



#### 日本のストレングス&コンディショニング拠点 誕生

NSCA ジャパン Human Performance Center (日本コンディショニングセンター)

〒270-0152 千葉県流山市前平井85

TEL: 04-7197-2063 E-mail: office@nsca-hpc.jp

平日 10:00~21:00 (完全予約制/都合により休館の場合あり)

**NSCA HPC** 

## JATI養成講習会のお知らせ

JATI認定「トレーニング指導者® (JATI-ATI)」とは、一般 人からトップアスリートまで、あらゆる対象や目的に応じて、 科学的根拠に基づく適切な運動プログラムの作成と指導が できる専門家であることを証明する資格です。取得にあた っては本養成講習会を受講し認定試験に合格することが必 要です。(※免除措置もあります)。

開催日 一般科目:8月5日(土)・6日(日) 専門科目:8月19日(土)・20日(日)

場 スタンダード会議室 虎ノ門ヒルズフロント店(東京都港区虎ノ門)

**員** 各科目:100名

募集期間 ~7月14日(金)必着まで

受講料 一般科目:54,000円(50,000円+税)

※関連教材は提供されます。

専門科目:59,400円(55,000円+税) ※関連教材は提供されます。

一般・専門科目合計:113,400円(105,000円+税)



養成講習会の様子

#### 2017年度認定試験

- ●第1回一般対象認定試験 全国共通会場
  - 2017年10月29日(日)スタンダード会議室(東京都品川区)
- ●第2回一般対象認定試験 地区別会場
  - ※宮城・沖縄・北海道・大阪・福岡 ※地区別試験は同一年度内に一会場のみ受験可能
- ●第3回一般対象認定試験 全国共通会場

2018年3月25日(日)東京セミナー学院(東京都豊島区)

※受験料32,400円(税込)



■お問い合わせ・お申し込み

#### 特定非営利活動法人 日本トレーニング指導者協会

〒106-0041 東京都港区麻布台3-5-5-907 ●TEL:03-6277-7712 ●FAX:03-6277-7713 ●http://www.jati.jp ●E-mail:info@jati.jp

養成

神奈川

## 高齢者体力つくり支援士マスター資格講習会

~高齢社会に求められる「健康づくり支援のプロ」を目指す~

第一線で活躍の講師陣による、豊富な知識と経験に基づいた理論的かつ「即実践」に役立つプログラムを学びます!

#### 週末を活用して資格が取得できます!!

連続受講コース ~必須講座と検定試験を含む全てのカリキュラム~

日程 <第30期>2017年

8月27日(日)・9月 3日(日)および 9月16日(土)~9月18日(月・祝) の計5日間

料金 86.400円(税込)

※別途資格認定費用(32,400円)、シニア(60歳以上)・学生割引制度あり

会場 横浜市スポーツ医科学センター (神奈川県横浜市) 他

申込 2017年7月18日(火)~8月10日(木)まで

※上記以外の方法で資格取得を目指すコースもあります。 詳細につきましては HP をご参照ください。

第30期 受講者募集!!

#### 次回講習会日程(予告)

<第31期>2018年**1月27日**(土)~**31日(水)の計5日間** 



内閣府認定公益財団法人体力つくり指導協会 高齢者体力つくり支援士事務局 マスター講師計 10 名



田中喜代次

· 教授



石井直方 東京大学大学院・教授



竹尾好惠 1 億 人 元 気 運動協会・会長

講習風景

実践的に学びます!



〒136-0072 東京都江東区大島1-2-1 ザ・ガーデンタワーズ サンライズタワー1階 TEL:03-5858-2100

高齢者体力つくり支援士 | 検索



### 元プロボクサー考案のボクシングエクササイズ adidas BOXING新規習得研修開催!

ボクシングを「スポーツ(フィットネス)としてのボクシング | をコンセプトに4つの要素 「安 全で」対果があり」「楽しく」「どなたでもできる運動」を柱として、adidasが開発した BOXINGエクササイズです。ボクシング技術の基本動作・adidas BOXING構成・レッスン 動作指導を全2回、12時間の研修で習得を目指します。これからボクシングインストラク ターを目指す方におススメです、ご興味のある方は是非お問合せ下さい。

■ボクシング技術 5時間(基本攻撃、防御・ステップ・コンビネーション動作) ■adidas ボクシング 6時間 (adidas BOXING マニュアル・レッスン概要・ レッスンロールプレイング)

■検定試験 1時間 (課題コリオの動作確認を致します) ※レッスン経験がない方は予めご相談ください。事前研修のご案内をさせていただきます。

1日目 2017年 8月7日(月) 10:00~19:00

2日目 2017年 **9**月**11**日(月) 14:00~18:00 OASIS Rafeel恵比寿

参加費 **75,600**円(税込) adidas ウェア (Tシャツ・ハーフパンツ) マニュアル・DV D含む

申込方法

1.オアシスコネクトよりご登録 https://connect.sportsoasis.co.jp 必要要項を入力→メール受信しパスワード入力→属性チェック(インストラクター) →活動希望店舗チェック→同意チェック→登録→ログイン

2.研修・申込

adidasBOXINGを選択→「応募内容入力・決済」選択記入→募集

お問い合わせ・お申込み先

東急スポーツオアシス グループエクササイズ企画

TEL: 03-5413-5829 ※受付時間 10:00 ~ 17:00 (土日祝除く)

〒107-0062 東京都港区南青山 2-6-21 TK 南青山ビル



#### NEXT 8月号特集予告

## 子どもの脳とフィットネス(仮)

脳科学が発展するにつれて、子どもの脳の発育発達についても解明が進 んでいます。その一方で、子どもの生活環境の中での遊びや身体活動が 減っている現状があります。

この分野の専門家の方や、日々子どもたちのフィットネスやトレーニン グ、スポーツ指導に携わられている方から、インストラクター・トレー ナーとしての指導についてヒントを得ます。



#### NEXT・Fitness Job 広告掲載のご案内

お申込締日 7月7日 誌面校了日 7月10日

FitnessJob掲載期間 6月25日以降ご希望日~8月24日まで ※7月7日(金)までのお申込が、ご掲載条件となります。

株式会社クラブビジネスジャパン TEL:03-5459-2841

〒150-0045 東京都渋谷区神泉町20-25 神泉QSビル8F FAX:03-3770-8744 e-mail:info@fitnessclub.jp

#### 養成

#### ★アクア初のプレコリオ

大阪

『Water in Motion®』導入施設様募集中! ★ポル・ド・ブラ ブラッシュアップ研修&

ひと.とき.輝く \* 01515

認定コース(大阪)開催!

開催日時 ·Water in Motion®

認定コースや体験イベントのご

相談は随時受付中

・ポル・ド・ブラ

①ブラッシュアップ研修(認定 取得者限定)/2017年8月13日

(日)詳細は後日 ②認定コース(大阪)/2017年

11月19日(日)

講座内容・ポル・ド・ブラ ①ブラッシュアップ研修(認定 取得者限定)/基本動作の確 認や新しいコリオのポイント、認 定取得者様からのご質問にお

応えします

②認定コース(大阪)/ポル・ド・

ブラを指導されたい方向けの認 定コースです

・ポル・ド・ブラ

①ブラッシュアップ研修(認定

取得者限定)/30名様(予定)

②認定コース(大阪)/12名様 受講費用 ·Water in Motion®/54,000円

(税込/教材費込)※その他

月々のロイヤリティ有り ・ポル・ド・ブラ ①ブラッシュアップ研修(認定

取得者限定)/5,400円(税込)

②認定コース(大阪)/39,960

円(税込/教材費込) 連絡先 株式会社文教センタ

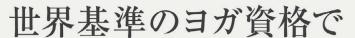




#### 株式会社文教センター

〒141-0031 東京都品川区西五反田2-19-3 五反田第一生命ビル6F





# 仕事ができる ヨガインストラクタ

Point

#### AFFAポイント 10ポイント付与!

その他フィットネス団体のポイント付与が 必要な方は、コース開始1ヵ月半前までにご 相談ください。

Point

#### 卒業後は正社員に! フリーランス採用もあり

世界基準のヨガインストラクターを多数輩 出しているYogaWorksは、就職支援も万 全。国内でも海外でも活躍できます。

#### YogaWorksティーチャートレーニング (TT) 開催スケジュール

**200時間** 大阪開催 「YogaWorks TT 200時間平日集中コース」8月7日(月)~9月1日(金) 東京開催 「YogaWorks TT 200時間平日集中コース」11月13日(月)~12月8日(金)

500時間 東京開催 「YogaWorks TT 500時間コース」

9月11日(月)~10月27日(金)

お問合せ・お申込み

株式会社ぜん ヨガワークス担当 Tel. 03-6409-6504

ヨガワークス 資格

早期割引あり

ブリッジプログラムあり

アフターサポートあり

## 「ピラティス」の資格取得をお考えの方へ

ピラティス業界・資格コースに精通したアドバイザーが最適な学び方をご提案いたします



BASIピラティス養成



- ■短期集中コミットメント型
- ■卒業生は国内だけで2000人以上
- ■東京・大阪・福岡・岩手・札幌・名古屋・仙台で開講
- ■集中力が増す心身一体となったFlowワークが特徴

basiピラティス養成 検索 www.pilates-education.info

#### BASIピラティス養成コース開催スケジュール

大阪開催 「マット資格コース (土日集中)」

東京開催 「マット資格コース(平日)」

東京開催 「マシン資格コース」

東京開催 「マット資格コース (土日集中)」

仙台開催 「マット資格コース (土日集中)」

大阪開催 「マシン資格コース」

8月26日(土)~10月22日(日)

9月14日 (木) ~2018年1月25日 (木)

10月14日(土)~2018年2月11日(日)

10月22日(日)~2018年1月21日(日)

11月4日(土)~2018年1月14日(日)

11月11日(土)~2018年4月20日(金)

※マシン基礎コース (Reformer・Caddillac) も随時開催中!詳しくはWEBで



balanced body\*



- ■長期スパンで段階的に取得型
- ■2017年はマスタートレーナーが全てのコースを担当
- ■3D解剖学等ピラティス以外の専門教育も展開

balancedbody 資格 検索 www.yoga-pilates-yosei.com/balancedbody/



#### 「MOTR®養成コース」

9月18日 (月・祝)・19日 (火) 東京開催 小型でコンパクトなピラティスリフォーマーマ シンMOTRを使用した効果的なトレーニン グができるようになるためのコース。2日間で 指導者養成受講可能。認定試験は来春以降 可能。講師はPortia Pageが担当します。



「乳癌治癒ピラティス指導者養成講座」

癌の診断と治療の選択と、多くの乳がん経験 者にとって非常に重要であるリンパ浮腫の運 動プロトコールなどをレクチャーする6時間 のコース。2月開催時に好評だった為、再度 来日するJoy Puleoが担当します。







### POLESTAR PILATES 2017年秋開講予定コース募集開始! Gateway&マット/リフォーマー/コンプリヘンシブ

○ 各種Gatewayコース

Gatewayマットコース 10月14,15日

●Gatewayリフォーマーコース 10月21,22日

Gatewayイクイップメント11月11,12日

※受講者には「修了証」が発行され、Gateway指導者として活動していただけます。

○ Polestar Pilates マット指導者認定コース

●インターミディエット●アドバンスド12月2,3日2月10日

〇 Polestar Pilates リフォーマー指導者認定コース

●インターミディエット●アドバンスド11月18,19日1月20,21日

🕠 Polestar Pilates コンプリヘンシブ指導者認定コース

●S/R ファンデーション 12月9,10日

●S/R インターミディエット 1月13,14日

●S/R アドバンスド1 2月17.18日

●S/R アドバンスド2 3月17,18日

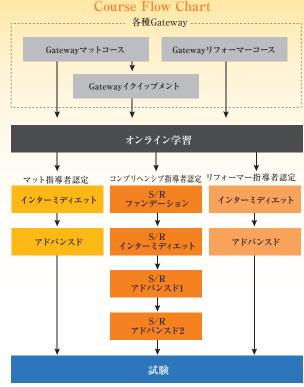
(S:スタジオ R:リハビリ)

※指導者認定コースはGatewayマットコースを受講後のステップとなります

<sub>場所</sub> [1日目] 10時~19時 場所 BODY WORK STUDIO元気工房 (東京・蔵前)

[2日目] 9時~18時 \*\*いずれのコースにも各種オンライン学習が含まれます。\*\*認定試験は通常、コース終了後約半年後に設定されます。 \*\*アーリーバード(早期申込み者割引制度)、他団体資格保持者、ポールスター卒業生への割引制度有り

お申し込みはこちら→http://www.g-kobo.com







#### $\llbracket \mathbf{Runity} rbracket$ …全てのランナーのためのコンディショニングプログラム rbracketラニティ rbracket日本上陸!

『RUNITY』=「ランニング・コンディショナルピラティス」とは、ポールスターピラティスの代表: ブレントアンダーソンとエデュケーター: ホワン・ニエトーが開発担当した、ペインレス・ランニング (痛みのないランニング)を目的として開発されたプログラムです。

「ランニング」を習慣としている方であれば、すぐにお役に立てる「エクササイズと知識」がつまった内容です。今回は通常3日間コースのハイライトを体験できる「イントロダクトリー(紹介)セミナー」となります。

**日程** 2017年11月21日(火)

時間 13:00~15:00

場所 BODY WORK STUDIO元気工房 (東京・蔵前)※開催予定

<sup>参加料金</sup> 7.000円(税込)

申込受付 7月1日(土) 受付開始予定

講師

ホワン・ニエトー (Juan Nieto) ポールスターピラティス スペイン・エデュケーター



上記内容は変更になる場合がございますので、予めご了承ください。

## ポールスターピラティスジャパン

〒111-0051 東京都台東区蔵前3-12-9 鈴梅第1ビル9F (BODY WORK STUDIO元気工房内)

お申し込み・お問い合わせは

TEL:03-5809-3557 MAIL:info@polestarjapan.org HP:http://www.polestarjapan.org/

# ダンスエアロにはコレ! //

エレクトロポップでありながらどこか 哀愁を感じさせるシーアの世界観を 余すところなくまとめた豪華な1枚! お洒落度 200%!グルーヴ感満載! これ 1 枚でカッコいいレッスンを 演出できちゃいますよ♪

待望のシリーズ9作目。 終始テンション高め、 ラテンフレーバー全開のホットな選曲で、 夏のレッスンにもピッタリです♪



Unstoppable: Tribute To SIA

商品番号: YES12532 ¥3,390 (税込)

今旬のヒット曲が満載で期待を裏切らない ダンサブルなアレンジとビートに 乗せられてついつい踊り出したくなっちゃう! パーティー・ミックス第8弾。 最高に楽しいレッスンを演出してください! 曲と動きの一体感をぜひ楽しんで!



Spring Buzz 2017

商品番号: YES12552 ¥3,390 (税込)

Latin Mania 9 商品番号: EFF4982 ¥3,390 (税込)

ATIN mania

「ヒットポップスは押さえておかなきゃ!」 という貴方にオススメしたい1枚。 ルでカッコいい曲がギュッと詰まってます。



Party Mix 8 ¥3,570 (税込) 商品番号: IMAMB016



**Ultra Dance 4** 商品番号: IMUDA004 ¥3,570 (税込)



Total Hits! Vol. 21 商品番号: 30116 ¥3,390 (税込)



Leff's Votel

ペシャルプロジェクト始動!

ブラボーグループの 20 周年を記念して、みなさんの投票で収録曲を決定するスペシャル CD の制作が決定しました。 ラジオに好きな曲をリクエストする感覚で、お好きな曲をリクエストしてみませんか?あなたのセレクトした曲が選ばれて CD に収録されれば、きっと思い出の1枚になるはず!今すぐお好きな洋楽をリクエストして、思い出の1枚を作りましょう!

スマートフォンからはコチラ

投票は WEB サイトの投票フォームから www.bravogroup.com



投票いただいた方の中から抽選で 50 名様に、 ブラボーグループでご利用いただける¥2,000 クーポンをプレゼントいたします!

株式会社ブラボーグループ TEL. 03-3511-1451 (10時~18時 土日祝日除く)

