

ゼロから始める！ パーソナルトレーナー養成講座

パーソナルトレーナーで独立する！
仕事のフィールドを広げる！

2015年 **11月23日** (月・祝) 18:00~20:00

大阪・難波ニュージャパンヘルスクラブにて開催 (地下鉄難波駅より徒歩2分)

講座① 基礎から学ぶ！ペアストレッチ実践法

ペアストレッチのメリットは、自分では伸ばすことのできない範囲まで筋肉が伸ばせるができること、全身の脱力が容易になり筋肉だけでなく精神的なリラックスが促されることです。疲労回復、肩こりや腰こり解消、ストレス解消を可能にします。お客さんにリピートしてもらえるきっかけができ、収入アップにも繋がります。

講座② 運動指導者のためのブログ、facebook 活用法

ブログ、facebook 活用のカギを握るのは、記事の内容(コンテンツ)です。まずは、あなたの書いた記事をたくさんの人に読んでもらうことが必要なのです。たくさんの人に記事を読んでもらうには、どうすれば良いのか？ 記事はどのくらいの頻度でアップすれば良いのか？ なぜ facebook、ブログなのか？ などを学ぶことができます。

▼この養成講座は、こんな方にお勧めです。

- ・将来、パーソナルトレーナーとして活躍したい方
- ・20代、30代のフィットネストレーナーの方
- ・健康運動指導士、管理栄養士の有資格者で活躍の場を広げたい方
- ・パーソナルトレーニングの個人ジムの開業を考えている方 など



本セミナーは、メディアにも紹介されました。
トレーニングジャーナル



講師陣の紹介



講師

岡 敏彦

株式会社ヘルス&フィットネス代表取締役
近畿大学兼任講師健康スポーツ科学
健康運動指導士、JATI ATI
Health&Fitness Instructor など多数



講師

小林素明

株式会社ウェルネス&スマイル代表取締役
パーソナルトレーニングスタジオ経営
健康運動指導士、介護予防運動トレーナー

▼募集要項

日時： 2015年 **11月23日** (月・祝) 18:00~20:00

参加費： 銀行振込▶3,500円 当日支払▶5,000円 ※銀行振込の方が優先です

定員： 7名様 ※定員になり次第〆切

会場： ニュージャパンヘルスクラブ ※地下鉄・近鉄「なんば駅」より徒歩2分

住所／大阪市中央区道頓堀 2-3-28 TEL：06-6212-3319

申込み： ① インターネット 下記のホームページよりお申込み QRコード→

主催： 株式会社ウェルネス&スマイル

お申込はお早めに！



募集▶ <http://www.dokodemofit.com/personal-seminar.html>