

パーソナルトレーナー資格取得講習会のご案内

このプログラムでは、筋肉や関節等、体の構造・動きの基礎を学びながら、さまざまなアプローチ方法を会得できます。クライアントのニーズに応えることのできる、より個別性を重視した効果の高いカウンセリング、プログラム指導が可能となる教育資格制度です。



パーソナルトレーナー資格取得講習会 カリキュラム

	No.	カリキュラム	時間
バランス理論と分析	①	身体のバランス理論	6時間
	②	姿勢分析のポイント	
	③	動作分析のポイント	
ストレッチⅠ 【緩める】 上肢帯ストレッチ	①	肩甲帯のモビリゼーション	6時間
	②	大胸筋・僧帽筋	
	③	上腕・広背筋	
ストレッチⅡ 【緩める】 下肢ストレッチ	①	中殿筋・内転筋	6時間
	②	下腿部	
	③	股関節～大腿部	
コンディショニングⅠ 【締める】 上肢帯トレーニング	①	トレーニング理論	6時間
	②	上肢帯の徒手抵抗トレーニング	
	③	機能改善アプローチ(肩甲帯)	
コンディショニングⅡ 【締める】 下肢トレーニング	①	下肢の徒手抵抗トレーニング	6時間
	②	機能改善アプローチ(腰痛)	
	③	機能改善アプローチ(足関節～膝周囲)	
テスト		テスト	3時間

パーソナルトレーナー資格取得講習会のご案内

フリガナ	
名前	

参加可能日に○をしてFAX（0798-67-1820）にてお知らせ頂くか、（skillup@fixed.co.jp）にメールでお知らせください。

※カリキュラムに関してはどの順番からでも受講していただけます。
 全行程修了された際は各項目をクリアしたうえでテストを受けていただきます。
 また開催中はカリキュラム修了後でも、引き続き何度でも受講していただけます。

PT研修

9月

月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5 10時～13時 パーソナルトレーナー 資格取得講習会	6 10時～17時 パーソナルトレーナー 資格取得講習会
7	8	9	10	11	12	13
14	15 10時～13時 パーソナルトレーナー 資格取得講習会	16 10時～17時 パーソナルトレーナー 資格取得講習会	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26 10時～13時 パーソナルトレーナー 資格取得講習会	27 10時～17時 パーソナルトレーナー 資格取得講習会
28	29	30				

10月

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
5	6	7 10時～13時 パーソナルトレーナー 資格取得講習会	8 10時～17時 パーソナルトレーナー 資格取得講習会	9	10	11
12	13	14	15	16	17 10時～13時 パーソナルトレーナー 資格取得講習会	18 10時～17時 パーソナルトレーナー 資格取得講習会
19	20	21	22	23	24	25
26 10時～13時 パーソナルトレーナー 資格取得講習会	27 10時～17時 パーソナルトレーナー 資格取得講習会	28	29	30	31	

11月

月	火	水	木	金	土	日
						1
2	3	4	5	6	7 10時～13時 パーソナルトレーナー 資格取得講習会	8 10時～17時 パーソナルトレーナー 資格取得講習会
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18 10時～13時 パーソナルトレーナー 資格取得講習会	19	20	21	22
23	24	25	26	27 10時～13時 パーソナルトレーナー 資格取得講習会	28 10時～17時 パーソナルトレーナー 資格取得講習会	29
30						

※参加人数によって、開催出来ない日程もございます。あらかじめご了承ください。

パーソナルトレーナー資格取得講習会申込書

フリガナ		記入日	西暦	年	月	日
名前		自宅電話				
		携帯電話				
アドレス1 (ご連絡のつきやすいアドレスをご記入ください)						@
アドレス2						@
住所	〒					

パーソナルトレーナー資格取得講習会	別紙のパーソナルトレーナー資格取得講習会のカレンダーの中から、参加可能日に○をつけてお選びください。 本申し込み用紙とカレンダーの計2枚を、FAXまたは下記の住所までご郵送ください。	□料金: 75,600円(税込)
-------------------	--	------------------

会場	新横浜周辺を予定しております。
お申込方法	参加申込書に必要事項をご記入の上、FAXまたはご郵送下さい。 指定の銀行口座に参加費のお振込をお願いいたします。 参加申込書の提出と参加費のお振込確認をもちまして受付完了となります。
FAX番号	0798-67-1820
住所	〒663-8111 兵庫県西宮市二見町2-23 有限会社 フィクストゥコンディション
銀行口座	三菱東京UFJ銀行 堂島支店 普通 4984077 有限会社 フィクストゥコンディション

お問い合わせ

有限会社フィクストゥコンディション

住所: 〒663-8111 兵庫県西宮市二見町2-23

Tel: 0798-67-1810 Fax: 0798-67-1820

お問い合わせ: skillup@fixed.co.jp

(お電話でお問い合わせは場合は、平日の10:30~20:00までをお願いいたします。)