

# 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 **FITVIT** **募集**

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。

## ●基礎を学ぶ前に不安がある方へ

**プライマリーコース** ※開催店舗・担当講師については変更の可能性がありますので予めご了承ください。

プライマリーコース修了課程において、成績優秀者はBASICコースのオーディションが免除となります。

| カテゴリ                     | 実施エリア / 期間                                 | 実施曜日 / 時間 / 店舗                              | 担当講師   | 2010年度価格 |
|--------------------------|--|---|--|----------|
| <b>NEW</b><br>エアロ プライマリー | 関東 2010,2/14~3/7 全4回<br>2/14・21・28<br>3/7  | 日曜 / 19:30~22:30(3h) / 六本木店<br>(1回3h×4=12h) | 本間友晴<br>・パフォーマンスマスタートレーナー<br>・NHK BS2 「ドゥエアロピクス」<br>メインキャスター | 25,200円  |
|                          | 関西 2010,2/19~3/12 全4回<br>2/19・26<br>3/5・12 | 金曜 / 18:30~21:30(3h) / 塚口店<br>(1回3h×4=12h)  | 木村琴美<br>・2003年スズキワールドカップ日本代表<br>・日本エアロピクス連盟<br>テクニカルアドバイザー   | 25,200円  |

エアロピクスの基礎的な動作を正しく行うためのコツや、リズム感を学びます。1つ1つの動作を丁寧に習得しますので、レッスン受講経験が浅い方がBASICコースの事前学習としてもご利用いただけます。

## ●基本からしっかり学びたい方へ

**ベーシックコース** ※開催店舗・担当講師については変更の可能性がありますので予めご了承ください。

ステップクラスは一部、単発受講が可能です。

| カテゴリ | 実施エリア / 期間   | 実施曜日 / 時間 / 店舗   | 担当講師  | 2010年度価格 |
|------|--|--|---|----------|
| ステップ | 関東 2010,1/10~2/28 全9回<br>日曜:1/10・31 2/21・28<br>木曜:1/21・28 2/4・11・18    | 日曜 / 16:30~19:30(3h) / 宮崎台店<br>木曜 / 13:00~17:00(4h) / 三軒茶屋店<br>(日曜1回3h×4+木曜1回4h×5=32h) | 井上トキ子<br>・ティップネス スタジオアドバイザー<br>・JAF/AADD&エグザミナー | 67,200円  |
|      | 関西 2010,1/8~2/26 全8回<br>金曜:1/8・22・29(15は休み)<br>2/5・12・19・26<br>日曜:2/21 | 金曜 / 13:00~17:00(4h) / 塚口店<br>日曜 / 18:00~22:00(4h) / 塚口店<br>(1回4h×8=32h)               | 島田真理<br>・ティップネス アシスタントトレーナー<br>・JAF/AAD&エグザミナー  | 67,200円  |

初級・中級ステップクラスをマスターすることを目指し、基礎理論、実践的に活用できる技術を学んでいくコースです。グループエクササイズ共通の技術(インストラクション、コミュニケーション、サービス・マナーなど)からステップクラスだからこそ必要な知識・技術を習得できます。最新のテクニックを取り入れたカリキュラムです。実際のレッスンを想定した発表を多く取り入れ、フィードバックをしながら改善していきます。

|           |   |   |  |          |
|-----------|---|---|--|----------|
| <b>気功</b> | 関東 2010,1/7~3/25 全12回<br>1/7・14・21・28<br>2/4・11・18・25<br>3/4・11・18・25 | 木曜 / 13:30~17:30(4h) / 三軒茶屋店<br>(1回4h×12=48h) | 劉清(りゅうせい)<br>・中国武術6段<br>・中国武術裁判1級<br>・中国体育学会会員 | 100,800円 |
|-----------|---|---|--|----------|

気功の基礎理論や基本動作を学び、インストラクターとして活躍できるレベルになることを目指します。理論①気功とはどういうものか。②3大要素(調身・調心・調息) ③経絡 ④気功を練習する時・レッスンをする時の注意点。実技①練功18法(前段・後段) ②8段錦

## ●レベルアップしたい方へ

**テクニカル集中コース** ※開催店舗・担当講師については変更の可能性がありますので予めご了承ください。

| カテゴリ | 実施エリア / 期間   | 実施曜日 / 時間 / 店舗                               | 担当講師   | 2010年度価格 |
|------|--|--|--|----------|
| ヨガ   | 関西 2010,1/20~3/10 全8回<br>1/20・27<br>2/3・10・17・24<br>3/3・10 | 水曜 / 13:00~17:00(4h) / 武庫之荘店<br>(1回4h×8=32h) | 赤沼直美<br>・ティップネス テクニカルトレーナー<br>・USA Yoga Fit 公認インストラクター<br>※一部の講師になる場合がございます。 | 85,050円  |

リラクゼーション系ヨガとシチュエーションに応じたフィジカルなヨガのプログラミングと概念を学び、お客様やクラブ側のニーズに応じたクラスが提供できるスキルを習得するコースです。個々のお客様が満足できるための技術(修正・補助方法)を習得します。①アーサナ(ポーズ)の理解と習得 ②中上級者向けのフィジカルなヨガのプログラミング法 ③リラクゼーション系のプログラミング法

## 2010年度3月エアロBASICコース入校オーディション開催決定!(関東・関西エリア)

2010年度4月~9月(予定)までの約半年間をかけて、将来エアロピクスインストラクターとして活躍いただける人材を育てます。2010年度は4月入校のみの開催となりますので、この機会をお見逃し無くご応募くださいませ。また、本コース修了検定に合格した方は、ティップネスとの契約を優遇致します。

## 関東 ONEDAY SESSION

※開催店舗・担当講師については変更の可能性がありますので予めご了承ください。

### キャリア・デベロップメント シリーズ VOL.1~ビジネス・コミュニケーション~

**2010年1月24日(日) ティップネス本社** W:ワークショップ

|   |                            |   |                                      |
|---|----------------------------|---|--------------------------------------|
| <b>10:00~11:30</b><br><b>バーバル編</b><br>●論理的・感情・短文を使ったテクニック<br>●仕事場で使える説得力のある伝え方<br><b>定員30名 WS-1</b> | 講師 村上理香<br>2007年AFHAプレゼンター | <b>12:00~13:30</b><br><b>ビジュアル編</b><br>●表情・ボディランゲージ・声の活用<br>●心をつかみ、相手を動かすプレゼンテーション<br><b>定員30名 WS-2</b> | 講師 寺本強<br>2007年アーク国際フィットネス日本代表プレゼンター |
|---|----------------------------|---|--------------------------------------|

**ビジネス・コミュニケーション**  
 コミュニケーションの基本である「自分の意見を相手に解りやすく伝えること」や「相手が言おうとしていることを正しく理解すること」ができていますか? 単に「自分の言いたいことをいう」ことや「話をきくこと」がコミュニケーションとは、言いきれません。ここでは、企業にお勤めの方やフリーランスでお仕事をされる方双方にとって役立つスキルをご紹介します。

**場所** ティップネス本社 (最寄駅:JR神田駅又は銀座線神田駅) 東京都千代田区鍛冶町2-9-12 神田徳力ビル7階

**価格** 2010年1月8日までのお申込み 2010年1月9日以降のお申込み  
 1セッション 4,000円 1セッション 4,500円

## 関東 ONEDAY SESSION (FITVIT&NESTA JAPANのコラボレーション企画!)

※開催店舗・担当講師については変更の可能性がありますので予めご了承ください。

### 「ビジネスチャンスをつかもう!」~年収を上げる~

**2010年3月22日(月・祝日) ティップネス本社** W:ワークショップ

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
| <b>11:00~12:15</b><br><b>木内周史・佐藤一美</b><br>トレーナー・インストラクター業を一生続けていくためのビジョンの描き方<br><b>定員30名 W-1</b> | <b>12:30~13:45</b><br><b>齊藤邦秀</b><br>クラブ内で売れっ子トレーナー・インストラクターになるためのノウハウ<br><b>定員30名 W-2</b> | <b>15:00~16:15</b><br><b>木内周史</b><br>トレーナー・インストラクターとして年収1000万を稼ぐためのノウハウ<br><b>定員30名 W-3</b> | <b>16:30~17:45</b><br><b>齊藤邦秀・佐藤一美</b><br>トレーナー・インストラクターがB to B ビジネスを行う際に必要な心構えと知識<br><b>定員30名 W-4</b> |
|--|--|---|--|

**「ビジネスチャンスをつかもう!」~年収を上げる~**  
 一生懸命がんばっているのに、なかなか思うように収入に結びつかない。今後もトレーナーやインストラクターとして活躍していけるのかなど、不安を抱えていませんか? 一生の仕事として続けていくためのヒントを、今回は「年収」をキーワードにお届けしていきます。

**場所** ティップネス本社 (最寄駅:JR神田駅又は銀座線神田駅) 東京都千代田区鍛冶町2-9-12 神田徳力ビル7階

**価格** 2010年2月26日までのお申込み 2010年3月1日以降のお申込み  
 1セッション 4,200円 1セッション 4,500円

**プログラム内容**

**W-1 トレーナー・インストラクター業を一生続けていくためのビジョンの描き方**  
 ここ数年の経済状況の悪化により、フィットネス業界や我々トレーナー・インストラクターにも少なからず影響が出ているようです。しかし、健康・フィットネスに対する需要は年々増えており、トレーナー・インストラクターという職業は、やり方次第ではまだまだ発展していく余地があると考えます。一生この職業を続けていくためには、社会から必要とされる存在になる必要があります。そういった存在になるための心構え、考え方、望ましい行動について解説していきます。

**W-2 クラブ内で売れっ子トレーナー・インストラクターになるためのノウハウ**  
 売れっ子のトレーナー・インストラクターをよく観察してみると、彼らには共通している部分があります。様々な売れっ子トレーナー・インストラクターの事例を取り上げ、「売れる」ために必要な要素を解説していきます。売れっ子になって、安定したトレーナー・インストラクター生活を築きましょう!

**W-3 トレーナー・インストラクターとして年収1000万を稼ぐためのノウハウ**  
 「年収1000万円!」この業界で仕事をしているものは誰も憧れるフレーズですが、現場の指導だけではなかなか1000万円には届きません。現場指導+「α」が必要となります。これまでの様々な成功事例を取り上げ、皆さんが今年年収1000万円を目指すためには、どんなスキル・知識が必要か?をお伝えします。年収1000万円を目指している方、ぜひご参加ください!

**W-4 トレーナー・インストラクターが B to B ビジネスを行う際に必要な心構えと知識**  
 自分が「プレーヤー」として収入を上げていくには年収2000万円前後が限界であり、さらに上を目指すには「プレーヤー」以外の形で仕事を行っていく必要があります。「プレーヤー」以外の形で仕事をしていくためには、どういったビジネスや、やり方があるのか? どういったスキル・知識を身につけていかなければならないのか?についてお伝えします。もっと大きなビジネスをして社会貢献を考えている方、ぜひご参加ください。

**講師紹介**

**木内周史**  
 エスドリーム株式会社 代表  
 NESTA JAPAN 理事/検定官

**齊藤邦秀**  
 NESTA JAPAN 理事/検定官  
 (有)ウエルネススポーツ代表

**佐藤一美**  
 (株)フィジカルプランニング  
 代表取締役  
 SPA白金スタジオアドバイザー

株式会社 ティップネス 〒101-0044 東京都千代田区鍛冶町2-9-12 神田徳力ビル7F  
 教育部 FITVIT DESK 0120-208-056 <http://corp.tipness.co.jp/fitvit/>

各コースの締め切りは、開催日の2週間前までとなっております。上記以外にも様々なコースをご用意しています。詳しくはFITVIT HPIにてご確認ください。