

【ベーシックコース】 しっかり基礎を集中して学びたい方にお奨めです！

運動指導に必要な、生理学や解剖学、栄養学などの知識や、ストレッチング、筋力トレーニング、持久力トレーニングなどの運動を基礎から学びます。理論と実践をつなげることを目指します。

◆日時:平成20年10月10日(金)、10月17日(金)、10月24日(金)、10月31日(金)の4日間

◆会場:いずれもコスパ上本町

※詳細につきましては、ベーシックコースカリキュラムをご覧ください

【アドバンスコース】 さらに指導に幅を持たせたい方にお奨めです！1日、1コマ受講も可能です。

さらに指導スキルを磨きたい方、また、運動指導のための知識や技術だけでなく、パーソナルトレーナーを職業として成功させるために必要なビジネス観などについても、触れることができます。

◆日時:平成20年11月6日(木)、11月7日(金)、11月20日(木)、11月21日(金)の4日間

◆会場:11月6日(木)・20日(木)…コスパ塚本

11月7日(金)・21日(金)…コスパ上本町

※詳細につきましては、アドバンスコースカリキュラムをご覧ください

【NESTA-PFT取得コース】 国際ライセンス取得のチャンスです！

NESTA(全米エクササイズ&スポーツトレーナーズ協会)認定のPFT(パーソナルフィットネストレーナー)の資格取得を目指すコースです。

◆日時:平成20年12月5日(金)9:30~18:30…認定試験事前講習

◆日時:平成20年12月6日(土)9:30~12:00…認定試験

◆会場:いずれもオージースポーツ本社

※認定試験事前講習と認定試験はセットです

【マスターコース】 基礎を固めながら、指導に幅を持たせたい方ならこれ！

上記の3コースをすべて受講するコースです。マスターコースを受講され、NESTA-PFT認定試験に合格された方は、オージースポーツ(コスパ)にてパーソナルトレーナー契約の際、認定テストが一部免除されます。

●申込締切

「ベーシックコース」、「ベーシック&アドバンス」、「マスターコース」…平成20年10月3日(金)

「アドバンスコース」(1日、1コマ受講も含む)、「NESTA-PFT取得コース」…平成20年10月30日(木)

●講師紹介



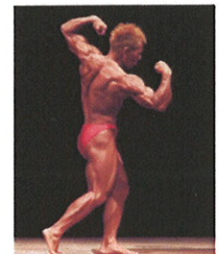
高津 諭

パーソナルトレーナー歴9年。月100本以上のセッションをこなす。NEXTやフィットネスジャーナル、その他の雑誌にも掲載されるなど、関西での認知度上昇中。関西トレーナーネットワークを主催し、勉強会や情報交換など業界の横のつながりを大切にしている。ボディビルコンテストにも参戦し、現在進行形で自らの肉体改造にも取り組んでいる。また、2校のスポーツトレーナー系専門学校の非常勤講師も勤め、後進の育成にも力を注ぐ。

【保有資格その他】

CSCS、NSCA-CPT、NESTA-PFT、JATI-ATI 他

NESTA関西エリアマネージャー、スポーツトレーナー系専門学校講師



峯岸 毅

パーソナルトレーナー歴10年。大阪YMCA社会体育専門学校卒業。森之宮医療学園専門学校柔道整復学科卒業。柔道整復師。パーソナルトレーナー活動の他に、シンクロナイズド・スイミング部のトレーナーも務める。お客様には常に楽しい時間を過ごしていただくために、知識・技術・経験の蓄積の為に日々行動する。アドバンスコース「パーソナルトレーナーのビジネスI」を担当。



安西 俊弘

パーソナルトレーナー歴7年。関西カイロプラクティック医学院卒業、オーストラリア公立マードック大学健康科学学部カイロプラクティック学科BHSCコースに在学中。2009年3月卒業予定。フィットネスクラブでのパーソナルトレーナー活動の他、自宅訪問にてパーソナルトレーナー活動も行う。アドバンスコース「パートナーストレッチI、II」を担当。