

美姿勢ボディメイクトレーナー養成講座 《募集要項》

「美姿勢ボディメイクトレーナー」は、美しい姿勢・しなやかな身体づくりを目的にしたパーソナルトレーナーのお仕事です。

「立つ」「歩く」といった日常動作で大切なのは「姿勢」です。見た目の美しさは、「姿勢」と「しなやかさ」です。

「姿勢」を保つには、筋力（筋肉）・柔軟性（関節）・バランス（動作）などの体力要素を高めること、

骨格、筋肉のアンバランスを改善して、正しい位置でボディラインを保持することが大切です。

姿勢のチェック方法から、アプローチの仕方、指導テクニックまで、幅広い年齢層に対応できるカリキュラムです。

成績優秀者は、+BODY中目黒、JEXER各店などでパーソナルトレーナーとして活動の幅が広がります。

- 1.開講講座 第5期 美姿勢ボディメイクトレーナー養成講座 **（プロフェッショナルコース）**
- 2.日程 毎週日曜日 16:00～18:00
2019年8月4日、11日、18日、25日
2019年9月1日、8日、15日、22日
- 3.講師 神 光治
- 4.会場 **（+BODY）ポジティブボディ**
東京都目黒区上目黒1-26-1 中目黒アトラスタワー3F
- 5.受講資格 美姿勢ボディメイクトレーナーベーシック取得者
- 6.内容 美姿勢ボディメイク応用種目、アプローチの仕方、指導テクニック、認定試験
- 7.受講費用 108,000円
- 8.定員 10名
- 9.申込方法 下記のURLより、お申込み受付フォームの **認定資格講座** を選択して、
必要項目に入力して送信ください。
<http://positive-body.jp/institute/>
- 10.申込締切日 **2019年7月21日（日）【必着】**
- 11.お支払方法 **【振込先】**
みずほ銀行中目黒支店
店番号：132 普通預金：2213898
シャ）ニホンポジティブボディキョウカイ
※振り込み手数料は受講者の負担でお願いします。
- 12.お申込み
お問合せ 一般社団法人日本ポジティブボディ協会
〒153-0051 東京都目黒区上目黒1-26-1 中目黒アトラスタワー3F
一般社団法人日本ポジティブボディ協会 養成講座 係
TEL：03-3711-7117
E-mail：info@positive-body.jp

研修カリキュラム（プロフェッショナル）

2019年8月4日（16:00～18:00）
インストラクションフロー、アプローチポイント、集客方法
2019年8月11日（16:00～18:00）
美姿勢ボディメイク応用種目（バストアップ・猫背矯正）
2019年8月18日（16:00～18:00）
美姿勢ボディメイク応用種目（背中・二の腕引き締め）
2019年8月25日（16:00～18:00）
美姿勢ボディメイク応用種目（お腹引き締め・ウエストくびれ作り）
2019年9月1日（16:00～18:00）
美姿勢ボディメイク応用種目（ヒップアップ・美尻づくり）
2019年9月8日（16:00～18:00）
美姿勢ボディメイク応用種目（O脚・X脚矯正・美脚づくり）
2019年9月15日（16:00～18:00）
指導テクニック（指導実技①）
2019年9月22日（16:00～18:00）
指導テクニック（指導実技②）



一般社団法人 日本ポジティブボディ協会