



キネシス体験会同時開催!
話題のキネシス ONE も体験できます!

Technogym FIESTA 2009

～自己プロデュース力を磨く～

2009年9月20日(日)

会場: NA スポーツクラブ A-1 (塚塚) 参加費: 1 講座 3,675 円 (税込)

Menu

キネティックチェック&トレーニング

A1
10:00 ~ 11:30
岩間 徹
(株)プロジェクト・オン代表取締役社長 / NPO 法人日本キネティックコンディショニング協会副理事長
【姿勢動作分析(筋内のアンバランス)チェック方法とトレーニング】
人間が動作を行う際は、必ず筋肉が複合連動して動くことができる(キネティックチェーン)。そこで、徒手から筋内の働きを確認し、連動作用がある筋肉からのアプローチで強化をはかる方法をご紹介します。



レッグランジによるパーソナルセッションの効果とは?

A2
12:35 ~ 14:05
大久保進哉
フィットネスプロダクト代表 / 株式会社フィットネスビズ トレーナー育成アドバイザー / フィットネス研究会会長
私は自身が提供するエクササイズではレッグランジに拘りがあります。多様なニーズにお応えするため「負荷の調節」と「バリエーション」に優れたレッグランジは自身の「必須エクササイズ」と位置づけています。今回はレッグランジから読み取るアライメントなどもご紹介します!



コーディネーション/トレーニングを現場でどう使うか?

A3
14:15 ~ 15:45
齋藤邦秀
NESTA JAPAN 理事 / NESTA-PFT (パーソナルフィットネストレーナー)
【対象者、目的による使い分け、応用】
動きを改善してパフォーマンスを向上させたり、人の情動面を豊かにする効果のあるコーディネーション/トレーニング。代表的な種目をパターン別に紹介していきます。



機能的フィジカルライン

A4
16:00 ~ 17:30
鏑山和裕
パワートレーナーズ代表 / GOL'S GYM オフィシャルパーソナルトレーナー / adidas スポーツコンシェルジュパートナー / GRAVITY マスタートレーナー
【プロも知る動作の身体さ引き出し方】
フィジカルラインを意識した機能的な動作は、より効率的な動きを引き出します。インナーからアウターへ繋がるだけではなく、動きのラインを構築するために何が有効かをご紹介します。



ファンクショナルウェイトトレーニング

B1
10:00 ~ 11:30
木内周史
エスドリーム有償代表取締役 / NESTA JAPAN 理事 / ディノ/トレーニングアドバイザー
ファンクショナルトレーニングとストレングストレーニングが融合した、実践的な使えるカラダづくりのためのトレーニングメソッドです。ただ自然な感覚に身をゆだねて1度試して頂ければわかる生理学に基づいた、身体の喜びトレーニングです。



企業から見るパーソナルトレーナー成功の秘訣!!

B2
11:40 ~ 12:25
山本高弘 **特別講師 無料**
NA スポーツクラブ A-1 業務開発部長
多くのパーソナルトレーナーが活躍し、現場での大成功を収めている NA スポーツクラブ A-1 の成功例を惜しみなく語っていただきます。ユニークな展開事例を部長自らの言葉で聞けるチャンスです。是非ご参加ください。



トリニティセンス (マインド・フィジカル・スキル)

B3
12:35 ~ 14:05
鏑山和裕
パワートレーナーズ代表 / GOL'S GYM オフィシャルパーソナルトレーナー / adidas スポーツコンシェルジュパートナー / GRAVITY マスタートレーナー
【顧客を集める・掴む・離さない】
パーソナルトレーナーとして重要である、「マインド・フィジカル・スキル」。自分自身をシフトさせることでクライアントに波及する影響力を、具体的なエクササイズを通して掴めるよう解説します。



世界のパーソナル事情

B4
14:50 ~ 15:35
長谷山留美 **無料**
AFAA マスター検定ベシヤリスト / AFAA パーソナルフィットネストレーナー / テクノジム・ジャパン (株) Wellness Institute ナショナルマスタートレーナー
チェン展開しているジムから個人経営パーソナルジム、顧客訪問トレーナーまで 海外事情を集めてまいりました。パーソナルトレーナーの現状は?そして未来は?海外から学び、日本を見つめなおし、この業界を盛り上げましょう!



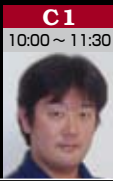
売り込みいらずのセルフプロモーション術

B5
16:00 ~ 17:30
ユウジ (SEXYFITNESS)
株式会社ベダ代表取締役
欲しがっていない人に売り込むことほど苦痛なセールスはありません。特に自分自身が商品の場合は…。ルネサンスで8年間連続、1売上を誇るユウジの汗臭い経験を通して苦しみながら産み出した、会前前から顧客があなたのファンになっている売り込みいらずのセルフプロモーション術を紹介します。翌日より実行可能!



お客様志向を持ったパーソナルトレーナーに必要な習慣とは?

C1
10:00 ~ 11:30
大久保進哉
フィットネスプロダクト代表 / 株式会社フィットネスビズ トレーナー育成アドバイザー / フィットネス研究会会長
行動は習慣化する事が必要ですが、その習慣にはクライアントである「お客様」や「見込み客」を想定する必要があります。トレンドやブームに惑わされる事のない、普遍的な基本習慣を、パーソナルトレーナーの販促活動に絡めてご紹介させていただきます。



米国生まれの最新コアエクササイズ「コアフィット」

C2
11:40 ~ 12:25
山村太亮 **無料**
NSCA 認定 CSCS / 東京アメリカンクラブパーソナルトレーナー
【多様なトレーニングニーズに対応】
「コアフィット」とはシンプルだが、その利用用途の広さと興行は無限大の新しいメソッド。トレーナーが求める多様なトレーニングニーズに対応でき、あらゆる創造の世界を提供するツールとしてご紹介します。



リリース (カラダ・動きの開放)

C3
12:35 ~ 14:05
田中 典
身体運動学主専 / 麗正社医療スポーツ専門学校講師 (トレーニング実技など) / 中学、高等学校保健体育1級教員免許
【ウインブルドンや海外キャンプなども使われる5Lテクニック】
運動と骨(腰)の関係をやさしく解説し、簡単なチェック法とリリーステクニックで根本的な原因を開放させ身体バランスを整える。一般スポーツ選手まで実践で使える動作改善法をお伝えします。



ウェーブストレッチ (ウェービング・ボディアーチリメイク EX) による肩周辺の機能改善 **無料**

C4
14:50 ~ 15:35
牧直弘 **無料**
NPO 法人日本ウェーブストレッチ協会マスタートレーナー / ボディアーチメイクアドバイザー
【新ギア・ウェーブストレッチングをいかにこなそう】
ウェーブストレッチは人間本来のしなやかな心と体作りの為に考案されたウェーブ・トータルコンディショニング・エクササイズです。



メディカルトレーナーの基礎知識

C5
16:00 ~ 17:30
木村 稔
徳島県甲子園 / 体適応スポーツクター / NPO 法人日本メディカルパーソナルポータル協会 (JAMPSP) 理事長
【医療における運動処方とコミュニケーションスキル】
メディカルトレーナーとして運動処方を理解し、その結果を医療側にフィードバックできることは、医療側のみならず、クライアントからも大きな信頼を得られ、新たなビジネス展開が可能になります。



ズバリ!! 水大活躍!!

P1
10:00 ~ 11:30
長谷山留美
AFAA マスター検定ベシヤリスト / AFAA パーソナルフィットネストレーナー / テクノジム・ジャパン (株) Wellness Institute ナショナルマスタートレーナー
【ウォーキングから捉えるパーソナルアプローチ】
お客様の目的達成のために大活躍する「水」!! 姿勢やバランスの分析にも使う「歩」!! という動作を中心に、効果上げる水中歩行の様々なアプローチ法を考察していきます。即効性のあるテクニックを是非持ち帰り下さい。



基本的な機能改善アプローチ法

P2
12:35 ~ 14:05
八木 香
ABC0 (ウエア・ボディ・コンディショニング・ティクター) / 健康運動指導士 / NESTA JAPAN PDA
【なぜ水を使う? ツールとしてこんなにすごい役割があります】
高齢化が進んでいる現在、トレーナーの仕事はますます必要とされてきています。今回は主に関節疾患の方へのアプローチ法を中心にご紹介。障害者センターの現場で約15年培ってきたノウハウをいかに生かします。この機会にパーソナルからグループレッスンまでのヒントをつかんで頂きたいです。



現象編・「感動技&トーク」で「笑」「感動」「継続」そして「紹介」へ

P3
16:00 ~ 17:30
砂川佳一
有限会社 フィット・コンディショニング 代表取締役 / NPO 法人日本メディカルパーソナルポータル協会 事務局副部長 / テクノジム・ジャパン (株) キネシスマスタートレーナー
【美と健康を提供する (感動技&トーク) でお客様に喜びを...】
お客様がお客様を呼んでくれる。知らないうちに人が集まってくる。これほど嬉しいことはありません。お客様に感動を与え、心を掴み、誰かに教えてあげたいくなる【技】【トーク】を盛り込んだセッション、明日から実施しませんか?



※無料講座のみのお申込みも可能です。
お申込みは下記メールアドレスへ必要情報を明記してお送り下さい。
(タイトルに「FIESTA 申し込み」と入れてください)
①お名前 (漢字&カタカナ) ②申し込みセミナー番号・セミナー数③連絡先 (郵便番号・住所・電話番号 ※出来れば携帯番号)

メール受領後、テクノジムから予約番号や振込先等明記した詳細メールが返信されますので、1週間以内に予約番号を振込み名の前にいれてセミナー代をお振り込み下さい。当日、入金確認後郵送される参加証をご持参ください。
振込先: みずほ銀行 浜松町支店 (当座) 0142713 テクノジムジャパン (株)
※振込手数料はご負担ください。入金後の返金はできませんのでご了承ください。

8/3 (月) AM 10:00 よりスタート
参加費: 1 講座 3,675 円 (税込)

TIME SCHEDULE

	10	11	12	13	14	15	16	17
A スタジオ	A1 10:00-11:30 岩間 徹			A2 12:35-14:05 大久保進哉		A3 14:15-15:45 齋藤邦秀		A4 16:00-17:30 鏑山和裕
セミナールーム I	B1 10:00-11:30 木内周史	B2 11:40-12:25 山本高弘	B3 12:35-14:05 鏑山和裕		B4 14:50-15:35 長谷山留美	B5 16:00-17:30 ユウジ (SEXYFITNESS)		
セミナールーム II	C1 10:00-11:30 大久保進哉	C2 11:40-12:25 山村太亮	C3 12:35-14:05 田中 典		C4 14:50-15:35 牧直弘	C5 16:00-17:30 木村 稔		
プール	P1 10:00-11:30 長谷山留美		P2 12:35-14:05 八木 香		P3 16:00-17:30 砂川佳一			
Kinesis	K1 10:15-11:00 キネシス無料体験	K2 11:15-12:00 キネシス無料体験	K3 12:15-13:00 キネシス無料体験	K4 13:15-14:00 キネシス無料体験	K5 14:15-15:00 キネシス無料体験	K6 15:15-16:00 キネシス無料体験	K7 16:15-17:00 キネシス無料体験	