

Wellness  
Institute

# KINESIS™ Method





# KINESIS™ セミナー

## 3次元のマシン体験会(無料)

まずは触って実感!

KINESISのコンセプトやテクノロジーを体験していただけるセミナーです

## プログラムセミナー(有料)

- ・ベーシックプログラム・・・ 4種類
- ・アドバンスプログラム・・・ 10種類

顧客の目的にあわせたKINESISプログラムエクササイズを紹介。  
KINESISのコンセプト、テクノロジーを理解し様々なKINESISの動作を習得。  
これまでにない新鮮な運動の楽しさ、効果を提供することで満足度、継続率を高めます。



### SHAPE

体脂肪燃焼・綺麗な  
ボディラインに



### SPORT

スポーツ競技の能力  
向上と怪我の予防



### BREATHE

バランス力・柔軟性の  
向上に



### POWER

スポーツに共通する  
「コア」を鍛え上げる

1プログラム2時間 お一人様 ¥6,300 <2回目以降/ ¥4,200 >

このセミナーでは、KINESISの特徴をより引き出し、動作を科学そしてムーブメントを生み出す能力を養います。KINESISはクライアントの持つ様々なニーズにお応えできるポテンシャルを持っています。

参加対象者：トレーナー（事前にベーシックプログラム参加することを推奨します）

KINESIS  
THE ORIGINAL MOVEMENT

NEW

GOLF I

ゴルフが上手になるための基本の身体作りのプログラム

KINESIS  
THE ORIGINAL MOVEMENT

GOLF II

スムーズな動きでスイングの再現性UP。効率的な体の使い方を学習

NEW

RUNNING I

美しく、かつ綺麗なフォームで走るためのプログラム

KINESIS  
THE ORIGINAL MOVEMENT

BALETT

バレエの動きをサポート。効果的なトレーニングとストレッチを指導

KINESIS  
THE ORIGINAL MOVEMENT

YOGA

体の気付きを促す。体の硬い方、安定感のない方もサポート

KINESIS  
THE ORIGINAL MOVEMENT

SEDIA

イスに座ったKINESISプログラム  
低体力者向けの機能改善に

KINESIS  
THE ORIGINAL MOVEMENT

BALL

バランスボールを組み合わせたバランス能力向上プログラム

KINESIS  
THE ORIGINAL MOVEMENT

KINESIOLOGY

人体の動きに効果的なエクササイズを習得するプログラム

KINESIS  
THE ORIGINAL MOVEMENT

PROGRAMING

パーソナルとしてのメニュー作成方法を基礎から習得

KINESIS  
THE ORIGINAL MOVEMENT

PILATES

KINESISが補助にも負担にもなることでPILATES動作をより深く実感

1プログラム4時間 お一人様 ¥12,600 <2回目以降/ ¥8,400 >

無料体験会

月	関東地区			関西地区			中京地区		
	日	曜日	時間	日	曜日	時間	日	曜日	時間
6	17	水	10:00-11:00	14	日	15:00-16:00			
7	28	火	15:00-16:00	10	金	10:00-11:00	16	木	13:00-14:00
8	31	月	10:00-11:00	19	水	10:00-11:00	2	日	10:00-11:00
9	25	金	13:00-14:00	16	水	15:00-16:00	10	木	13:00-14:00
10	22	木	13:00-14:00	18	日	15:00-16:00	4	日	10:00-11:00
11	18	水	10:00-11:00	21	土	15:00-16:00	5	木	13:00-14:00
12	8	火	15:00-16:00	16	水	15:00-16:00	6	日	10:00-11:00



ベーシックプログラム (1プログラム2時間 ¥6,300 (2回目以降/ ¥4,200))

プログラム	月	関東地区			関西地区			中京地区		
		日	曜日	時間	日	曜日	時間	日	曜日	時間
Breath	6	17	水	11:30-13:30	14	日	16:30-18:30			
Sports	7	29	水	10:00-12:00	10	金	11:30-13:30	16	木	14:30-16:30
Shape	8	31	月	11:30-13:30	19	水	11:30-13:30	2	日	11:30-13:30
Power	9	25	金	14:30-16:30	16	水	16:30-18:30	10	木	14:30-16:30
Breath	10	22	木	14:30-16:30	18	日	16:30-18:30	4	日	11:30-13:30
Sports	11	19	木	10:00-12:00	21	土	16:30-18:30	5	木	14:30-16:30
Shape	12	9	水	10:00-12:00	16	水	16:30-18:30	6	日	11:30-13:30

アドバンスプログラム 関東地区のみ

(1プログラム4時間 ¥12,600 (2回目以降/ ¥8,400))

テーマ	月	日	曜日	時間
ランニング	6	25	木	13:00-17:00
ヨガ	7	17	金	13:00-17:00
ピラティス	8	28	金	13:00-17:00
ゴルフ	9	30	水	10:00-14:00
バレエ	10	8	木	12:00-16:00
ヨガ	11	13	金	10:00-14:00
ランニング	12	3	木	13:00-17:00





## 場所

(関東地区)テクノジム・ジャパン(株)本社ショールーム  
東京都港区芝3-5-5芝公園ビル3階  
Tel:03-5765-7792

(関西地区)Wellness Studio 『Fit via』  
大阪府中央区上町1-5-8 上町複合商業施設『結』内

(中京地区)榮氣堂 可児店  
岐阜県可児市広見4-3

## お申込方法

**メールにて**お申込ください。( 携帯電話からでも可能です)

・お申込アドレス [jp\\_recruit@technogym.com](mailto:jp_recruit@technogym.com)

・メール件名「キネシスセミナー申し込み」

・本文 参加希望セミナー名 開催日時・開催場所 ご参加者名 ご連絡先電話番号  
お申込受理後、セミナー参加可否と詳細を合わせてご案内いたします。

セミナーについての  
全ての問い合わせ先

テクノジム・ジャパン(株)  
Wellness Institute  
セミナー担当  
03-5765-7792

**お申込締切 : セミナー開催日 1週間前**