

F-レイズ フィットネスインストラクター養成コース 32H概要



【期 間】 ◆第2期 2019年9月6日(金)～12月20日(金)

◆毎週金曜日 20時30分～22時30分
(1日2時間 全16回)

*カリキュラムは、受講生の理解度・進捗状況によって変更になることがあります。

*補講制度あり(有料)

【取得資格】 F-レイズ認定フィットネスインストラクター

【カリキュラム内容】

- ① プロとアマの違いと考え方
- ② レッソンの説明・分析・指導
- ③ キューイングの実践
- ④ 身体領域別の問題点と指導法
- ⑤ 運動生理学
- ⑥ 機能解剖学
- ⑦ テーピング講座及び救急処置
- ⑧ エクササイズの実践と練習
- ⑨ アライメント、姿勢チェックの原則
- ⑩ 効果を出すための指導ガイドライン
- ⑪ フィットネスクラブでの実務研修

【会 場】 studio フィール 松山市余戸中6丁目4-30竹田ビル2F

【定 員】 10名限定

【対 象】 一般、学生
フィットネス及び運動愛好者から現指導者まで

【受講料】 120,000円(税抜) + 消費税

◎学生の方は受講料を割引いたします

◎分割でのお支払いも可能です

講義 + 試験受験料(筆記・実技・資格試験) テキスト代
studioフィールでのオブザベーションやスポーツクラブ・フィッタ各店舗での自主練習(時間帯制限有り)も含まれます。

※コース修了者は年間の資格更新料などは特にかかりません。

【取得レッスン】

- ストレッチ系全般
- コンディショニング系
- リズム系(エアロ・かんたんダンス等)
- ウェイト&マシントレーニング指導

【特 典】 認定試験を合格した卒業者は、オーディション免除でスポーツクラブ・フィッタ各店スタジオ講師、または株式会社フルジェクトからの業務委託講師として採用も可能です。

【お申込み方法】

studioフィールのホームページ
F-レイズのお申込みフォームからお願い致します

スタジオフィール エフレイズ 検索



【お問合せ】 TEL 089-906-8500 studioフィール 小川

MAIL teem.setsuko@gmail.com 永岡



株式会社フルジェクト