

NSCAジャパン九州地域ディレクターセミナー

2018年7月29日(日)

時間	10:00～15:00 (9:30～受付)
会場	みんなのフィットネス グッドライフ (宮崎県都城市広原町20-1)
内容	<p>【講義】10:00～12:00 フィットネス産業の未来とパーソナルトレーニングの展望 (谷ノ口) ストレngths&コンディショニング専門職にとって、パーソナルトレーニング需要を喚起するフィットネス産業の未来を予測することは意義深い。既存のフィットネスクラブの隙間を埋めるように、この数年間で24時間型ジム、プティック型クラブ、バジェット型クラブと多様なフィットネス施設の出店が相次いでいる。同時に「超高齢社会」「寿命の延伸」「働き方改革」等の社会的潮流に追い風を受けてフィットネス産業は活況を呈している。こうしたフィットネス産業を取り巻く社会環境について概説し、フィットネス産業の未来予測を試みる。さらにそれらの情報を基にパーソナルトレーニングの展望とビジネス展開について提案を行う。</p> <p>【講義・実技】13:00～15:00 機能解剖学に基づいたトレーニングプログラムの考え方 (山崎) ニーズに応じた個別プログラムを提供していくためには、evidenceがますます重要となっております。しかし、エクササイズが有効であるから提案したというだけでは、個別のクライアントに対する処方としては、根拠に乏しくクライアントにとって効果的なプログラムとはなりません。 クライアントのアライメントなどを評価した上でトレーニングプログラムを実施していくためには、基礎となる解剖学、機能解剖学、運動学などの知識が必要不可欠となります。また、既往疾患を有する方へのプログラム提供など幅広く対応できるようになってくると思われます。本セミナーを通して、資格取得時などに学んだ内容も含め初心を思い出しながら、その基礎的知識がエクササイズの選択やプログラム作成の上で役立つことを実感していただき、さらなるベースアップとなるようにしていきたいと考えております。</p> <p>参考文献：次頁参照</p>
講師	<div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div style="text-align: center;">  <p>谷ノ口 昭太郎 MMS,CSCS,NSCA-CPT, 認定検定員 有限会社オールフォア 代表</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>山崎 治 CSCS,ACSM/EP-C, 理学療法士 片平整形外科</p> </div> </div>
受講料	会員:4,320円 一般:6,480円
定員	20名 (定員に達し次第締め切ります)
キャンセルポリシー	開催1週間前までにご入金がない場合、受付をキャンセルとさせていただきます。開催1週間前を過ぎますと、キャンセルチャージとして受講料の100%を申し受けます。
CEU	0.4(カテゴリーA)

【講義】

フィットネス産業の未来とパーソナルトレーニングの展望

参考文献

- 1) 五十苺知博. どうなる24時間ジム. Fitness Business. 96:124-125. 2018.
- 2) 遠藤一佳. 今後、求められる「小型クラブ」とは. Fitness Business. 96:130-131. 2018.
- 3) 田村真二. フィットネスビジネス・マーケティング戦略. Fitness Business. 96:132-133. 2018.
- 4) Jared W. Coburn and Moh H. Malek 編. NSCAパーソナルトレーナーのための基礎知識第2版. 東京: NSCAジャパン. 652-667. 2013.

【講義・実技】

機能解剖学に基づいたトレーニングプログラムの考え方

参考文献

- 1) Frederic H. Martini, Michael J. Timmons and Michael P. McKinley. カラー人体解剖学 構造と機能: ミクロからマクロまで. 東京: 西村書店. 85-260. 2003.
- 2) 工藤慎太郎. 運動機能障害の「なぜ」がわかる評価戦略. 東京: 株式会社医学書院. 270-282. 2017.
- 3) 林典雄. 運動療法のための機能解剖学的触診技術 上肢. 東京: 株式会社メジカルビュー社. 120-178. 2005.
- 4) 整形外科リハビリテーション学会. 関節機能解剖学に基づく整形外科運動療法ナビゲーション. 東京: 株式会社メジカルビュー社. 上肢108-109, 下肢166-169. 2008.
- 5) Domhnall MacAuley and Thomas M. Best. EBMスポーツ医学 エビデンスに基づく診断・治療・予防. 東京: 西村書店. 19-31, 138-149, 208-222, 278-288. 2011.
- 6) Mark Verstegen and Pete Williams. コアパフォーマンス・トレーニング. 東京: 株式会社大修館書店. 22-54. 2008.
- 7) Thomas R. Baechle and Roger W. Earle 編. NSCA決定版ストレングストレーニング & コンディショニング第2版. 東京: 有限会社ブックハウス・エイチディ. 433-462. 2002.

参考文献

お問い合わせ
お申込み

特定非営利活動法人NSCAジャパン事務局 (seminar@nsca-japan.or.jp)
ウェブサイト上部のメニュー「セミナー」内、各セミナーの「申込」ボタンよりお申込みください。
URL <http://www.nsca-japan.or.jp>