

## ■ パーソナルトレーナー養成コース

月間最高セッション数200本の人気トレーナー、十数年以上口コミ率100%でアスリートから高齢者までみてきた本物のトレーナーが行う少人数制トレーナー養成コース。

### BTCパーソナルトレーナー養成コースのメリット

- 1 専門学校や大人数対象の養成コースとは違い、実践で即使えるようポイントをしばって1人1人に合った使い方、指導法をお伝えします。
- 2 技術、指導法習得後、BTC内でのパーソナル活動、その他外部の活動、独立支援等も可能です。
- 3 営業方法は、他ではまず聞くことのできない長年培ってきた経験からトレーナーとして口コミでお客様を増やす方法、考え方をお伝えします。
- 4 養成コース実施期間中は、BTCスタジオを利用料無料でトレーニングできます。
- 5 BTC主催単発セミナーを割引価格にて受講できます。

90分全15回 実施人数2名~3名

料金：1人 135,000円(税抜)ペア申し込み割引1人 120,000円(税抜)

日時：双方の都合のよい時間帯を相談の上決定致します。

## ■ 講師

株式会社BTC代表

**砂田恭秀** [ブログはこちら](#)

中京大中京高卒

中京大学 体育学部卒

- 【資格】
- NSCA認定パーソナルトレーナー
  - 健康運動指導士
  - 国際救命救急協会認定CPR・AED
  - スポーツマッサージ

2004年からフリーパーソナルトレーナーとして大手フィットネスクラブで活動。

多い月のセッション数は200を超え、腰痛、肩こり、股関節・膝痛の改善からトップアスリートのパフォーマンス向上まで10代から80代まで幅広く多くの方々のパーソナルトレーニングを実施。

2004年~2007年 名古屋フラーテルホッケーチームに帯同

2009年4月 パーソナルトレーニングスタジオBTCオープン

2011年4月 移店し、更に拡大オープン

2011年9月 山口国体 水泳愛知県代表トレーナー

<パーソナルトレーニング実績>

下起悦郎選手（世界武術選手権2位） [ブログはこちら](#)

プロボクサー（日本ランキング1位）/A級プロ社交ダンサー/モデル/舞台女優/ジャズシンガー/パーソナルトレーナー/インストラクター etc...

BODY IMPROVEMENT LABO 身体改善研究所 代表

**福島 高**

名古屋・伏見にコンディショニングルームを持ち、十数年以上口コミ率100%でアスリートから一般の方までみてきている本物のトレーナー

## ■ カリキュラム

1	ペアストレッチ 腹位	機能解剖を確認しながら
2	ペアストレッチ 仰々位	機能解剖を確認しながら
3	ペアストレッチ 座位	機能解剖を確認しながら
4	筋膜ストレッチ 仰々位	筋膜の機能、連動性を確認しながら
5	筋膜ストレッチ 横向き	筋膜の機能、連動性を確認しながら
6	筋膜ストレッチ 座位	筋膜の機能、連動性を確認しながら
7	立位のバランスの見方	調整法
8	歩行動作の中でのバランスの見方	調整法
9	手技のまとめ	
10	ストレッチボール	実際に使っている方法のみにポイントをしばり、バランス調整からエクササイズを行います。
11	バランスボール	実際に使っている方法のみにポイントをしばり、バランス調整からエクササイズを行います。
12	トレーニング	トレーニングの考え方、組み立て方
13	トレーニング	フリーウエイトのフォームチェック
14	営業方法	長年培ってきた経験からトレーナーとして口コミでお客様を増やす方法、考え方をお伝えします。
15	全てをまとめて	パーソナルトレーニングを実施してもらいます。

※カリキュラムは、受講される方の状況に合わせて柔軟に変更していきます。

※日時は、双方の都合のよい時間帯を相談の上決定致します。