

EquipmentPilatesインストラクター養成コース



↑バグ→

日程：12月2日・3日・4日
(火・水・木)

時間：10:00 - 17:00



↑BOSUバランストレーナー

会場：東京

費用：¥90,000- (税込)

講師：Mary Jayne Johnson Ph.D (メリー ジェーン ジョンソン博士)

プロフィール:運動生理学博士号をもつ、Mary Jayneはフィットネス、ウェルネス業界で30年活躍するベテラン。業界のイノベーター、そしてパイオニアとして知られておりますが、同時にプログラマー、プレゼンター、ライターでもありたくさんの賞を受賞しています。ウェルネス関係のコメンテーターとしてはラジオ、TV、シェーブマガジン、ウォールストリート・ジャーナルなどで活躍しています。フィットネスとPilates教育においても、誰でも参加しやすく、わかりやすく、覚えやすい且つ、本格的なティーチングスタイルを確立しています。現在、ACE教員メンバーとしてACE試験委員会に所属しており、ACEアドバンス・ヘルス& フィットネス スペシャリスト マニュアルの検討員を務めています。資格としては認定パーソナルトレーナー、PMAのゴールドPilates教師、バランス ボディ ユニバーシティの教員メンバーであり、Pilatesと解剖学を教えています。



内容：EquipmentPilatesコースを用いて、マットピラティスのクラスを次のレベルに上げていきましょう！皆さんの生徒が初心者であれ、スキルがあるような方であれ、皆さんのクラスにイクイップメント（器具）を取り入れることで現在指導している伝統的なマットエクササイズが新しくエキサイティングでモチベーションを上げてくれるようなオプションが生まれます。

今回使用するイクイップメント（器具）は...

BOSUバランストレーナー

セラバンド

柔らかく重みのあるボール（1kgくらい）

ピラティスサークル

以上の4点を使用し、様々なエクササイズを学びながら復習も行なっていきます。

器具を使用することによって、ただ挑戦的にするだけではなく補助的な役割も果たします。複数の器具を用いて調和を取れたクラスを作ってみませんか。

お申込： 参加ご希望の方は下記FTP JAPAN事務局までご連絡下さい。お申込用紙を送付します。

下記振込み先にお振込み下さい。確認後、会場案内等お送り致します。

お振込先：三菱東京UFJ銀行 新宿中央支店 普通 5496038 (株)リアルインターナショナル

一度ご入金された費用は、返金しかねますのでご了承下さい。

本コースにはFTP継続教育 6ポイント が付加されます。

修了者にはEquipmentPilatesインストラクター修了書を発行致します。



↑柔らかい重みのあるボール



←ピラティスサークル

FTP JAPAN事務局

〒104-0061東京都中央区銀座3-14-13 第一厚生館ビル2F

TEL03-6226-6747・FAX03-6226-6748