



PEFA (PRIME EDUCATION FITNESS ACADEMY) は、フィットネスインストラクターの仕事に直結する、技術・知識・思考を一度に学ぶことができる場所です。素晴らしい運動指導を、どこに行っても受けられる社会を一緒に作りませんか？ **インストラクターであれば、どなたでも大歓迎です！**

SPRING SESSION 2018

開催日：2018年4月15日 (日)

In 福岡

会場：Hearts Bridge高宮

<https://hearts-bridge.jimdo.com/>



指導歴が短い人にオススメ



座学がメイン



ベテランのステップアップにオススメ



シューズが必要

時間

テーマ

内容

10:30~12:30

幅広い指導者へ
キャリアアップ
~こどもから
高齢者までの
運動指導~

民間と行政で行う仕事の大きな違いは何なのでしょう？
そこで求められる指導者像とは？ここではその違いや役割りを明確にし、求められる指導者へなる為のヒントを伝授していきます。
フィットネスクラブ以外での活動を増やしたい方、高齢者から子どもまで、幅広い年齢層への指導に興味がある方、ぜひお待ちしております。
今のご自身のキャリアにプラス出来る事、これから先の現場の幅を広げる糸口が見つければ嬉しいです。

① **平塚 泉**



13:00~15:00

ダンスフィットネスの魅力を届ける
リード&トーク
スキルUP☆

このWSでは、ダンスムーブメントの指導に必要な言葉の選び方、イメージキューの効果的な使用法、賞賛の仕方やコミュニケーションで用いる言葉のバリエーションなどを、心理学的なアプローチのメソッドに基づいて練習していきます。
‘ダンスクラスならでは’の言葉選びのポイントを掴んで、お客様がますますワクワクするトークに磨きをかけ、踊っても楽しい！聴いても楽しい！「楽しいづくし」のクラス作りを目指しませんか？

② **奈蔵 和香**



15:30~17:30

キューイングも、動きも変わる！！
レッスンが
変わる解剖学

ご自身が指導しているエクササイズの「正しいフォーム」は何故、それが正しいとされているのか、理解できていますか？
この講座では、イメージしやすいように身近なエクササイズを例に挙げながら、解剖学の知識を身につけることで、自らの動作スキルを向上させたり、指導に奥行きを持たせたりできることを実感していただきます。
難しいと思われがちな解剖学を、いつものレッスンの動きを通して、楽しく学びましょう！

③ **吉岡 優太**



18:00~20:00

「伝わる」から
「出来る」へと
導くバーバル
キューイング

「お腹をひきあげて」「肩の力を抜いて」「息を吐いて」などの抽象的なキューイングを多用していませんか？
当講座では抽象的な言語を具体化することで、「伝える」ではなく「伝える」キューイングへと進化させます。
そして伝えるだけでなく「解る」⇒「出来る」までを導くキューイングとは何か？を3つのポイントで理解して、お客様の出来るをサポートする指導へとバージョンアップさせましょう！！

④ **加藤 安子**



受講お申込

受講料：1講座 **5,000円** (税別)

【割引制度】
◆OT価格：4,500円 (税抜)
※RADICAL FITNESS, IN TRINITY, UNIVERSAL YOGA の資格保持者
◆3講座以上お申込みの方は、**受講料を10%割引**します

申込み：3月12日 (月) 10:00~

申込はこちらにアクセスしてフォームを送信ください→ <https://goo.gl/AfkQnx>



申込フォーム QRコード