

令和5年度フィジックス
トレーナーアカデミー
Basic セミパーソナルコース

主催

フィジックスコンディショニングジム
半年制(合計100時間)のプロ養成講座

基本コンセプト

- パーソナルフィットネストレーナーまたはストレングス&コンディショニングスペシャリストの育成。
- ゼロから始める一切無駄の無いカリキュラム。
- スポーツ系専門学校2年間で学ぶこと以上のことを1年間でご提供する。
- NSCA資格の取得(修了者NSCA合格率100%)
 - フルコース受講の場合
 - Basicコースでも、受講のためのサポート有
- 働きながら学べる。

スケジュール/日程

(Basicセミパーソナルクラス)

- 令和5年(2023年)5月~令和5年11月(半年制/ 25週間)
- 合計100時間の講義
- 最大2名のセミパーソナル形式 (1名でも開講)

その他のクラスは応相談

- フルコース(平日応相談、1年制)
 - 平日昼間部、3科目6時間/週、合計300時間
- 座学(理論)コース(応相談)
 - 平日昼間部、2科目4時間/週、合計200時間
- ロング(長期3年)コース
 - 平日夜間部、1科目2時間/週、最大300時間
- Basicプラスコース
 - 平日昼間部、2科目4時間/週、合計150時間

講師紹介



- フィジックス代表長澤 誠浩
 - NCSA認定CSCS(ストレンクス&コンディショニングスペシャリスト)
 - NSCA認定CPT(パーソナルトレーナー)
 - 早稲田大学水泳部ヘッドS&C
 - 川崎新田ボクシングジムヘッドS&C
- 一言

知識や技能はこれから付けていくものです。まずは、この世界で生きていくという信念と覚悟が最も重要です。

開催場所

- フィジックスコンディショニングジム
- 東京都北区中十条1-10-19
- 最寄駅
 - JR埼京線十条駅南口徒歩5分
 - JR京浜東北線駅南口徒歩5分



カリキュラム(フルコース)

～合計300時間～

- 基礎科目(100時間)
 - 機能解剖学(40時間)
 - 運動生理学(20時間)
 - 運動力学(15時間)
 - 解剖生理学(15時間)
 - スポーツ栄養学(20時間)
- 専門科目(200時間)
 - ストレングス &コンディショニング理論(50時間)
 - ウエイトトレーニング実技(40時間)
 - コンディショニング(ストレッチ含む)実技(30時間)
 - スポーツ傷害理論・実技(20時間)
 - 測定と評価(20時間)
 - マネジメント(15時間)
 - 受験対策科目(20時間)
- 試験・補講・再受講(他曜日)

カリキュラム(Basicコース) ～合計100時間～

- 基礎科目(50時間)
 - 機能解剖学(30時間)
 - 運動生理学(10時間)
 - 運動力学(10時間)
- 専門科目(30時間)
 - ストレングス &コンディショニング理論(20時間)
 - ウェイトトレーニング実技(10時間)
- 選択科目(20時間)
 - フルコース科目のいずれか20時間

テキストブック

- 基礎科目

- 機能解剖学: 身体運動の機能解剖学運動
- 運動生理学: ストレングス&コンディショニング I
- 運動力学: ストレングス&コンディショニング I
- 解剖生理学: 生理学の基本
- スポーツ栄養学: 栄養の基本がわかる図解事典

- 専門科目

- ストレングス&コンディショニング理論: ストレングス&コンディショニング I
- ストレングス&コンディショニング実技: ストレングス&コンディショニング II
- ウェイトトレーニング実技: ストレングス&コンディショニング II
- ストレッチ実技: ストレングス&コンディショニング II
- スポーツ傷害(アスレティックトレーニング): トレーナーズバイブル
- 測定と評価: 測定と評価(Book House HD) 配布資料
- マネジメント: 配布資料

- 受験対策科目:

- パーソナルトレーニングの基礎知識第2版(NSCA-CPT)
- ストレングス&コンディショニング第4版(CSCS)

料金・授業料 (入学金・税込)

- **Basicコース : 330,000円**
- フルコース : 840,000円
- 座学理論コース : 590,000円
- 長期計画コース : 330,000円/年 x 最大3年
 - 1年のみの受講可
- Basicプラス : 470,000円
- キャンセルポリシー
 - 入学1ヶ月前まで⇒授業料全額返金
 - 入学前日まで⇒授業料半額返金
 - 授業開始後の返金は一切ありません。

受講資格・条件

- プロのストレンクス&コンディショニングトレーナー、トレーニングコーチ、フィジカルコーチ、パーソナルトレーナーになりたいと強く思っている人。
- 喫煙習慣のない人。
- 初心者大歓迎。
- 受講前面接あり。

特典

- 現場実習(見学)可能⇒プロボクシングジム
- コンディショニングジム無料使用(ただし、パーソナルトレーニング予約が入っていないとき)
- パーソナルトレーニング特別料金にてご利用可能
- 専門図書無料貸し出し(貸出できない図書有⇒閲覧は可能)。

お問い合わせ先

- フィジックス コンディショニングジム
 - 東京都北区中十条1-10-19
 - 電話 : 03-3900-3750
 - Mail : strength@physics-nagasawa.com
 - 担当 : 長澤