

各講座の概要・料金表 全て税込金額

2023年7月14日改定

講座名	腰痛解決講座	オンライン腰痛解決講座	インストラクター養成講座	オンラインインストラクター養成講座	パーソナルトレーナー養成講座	スペシャリスト養成講座
カリキュラム時間	2		1.4		2.4	
講座日程・開催時間	一日 ①2時間		基本三日程 ※1 ①8時間(休憩1時間含む) ②8時間(休憩1時間含む) ③試験3時間		基本五日程 ※1 ①7時間(休憩1時間含む) ②7時間(休憩1時間含む) ③7時間(休憩1時間含む) ④7時間(休憩1時間含む) ⑤試験3時間	
受講要件	-		腰痛解決講座を1年以内に受講済		インストラクターライセンスを取得	
受講料+試験料	5,500円		82,500円		198,000円	
ディプロマ発行料	-		事務手数料を含む		事務手数料を含む	
事務手数料	-		5,500円		33,000円	
教本代	-		3,850円		各自で購入	
講座代金合計	5,500円		91,850円		231,000円	
再試験料	-		5,500円		11,000円	
再受講料	1,100円 協会費のみ再受講可		11,000円		33,000円	
使用テキスト	ベーシックBOOK		インストラクター教本 インストラクター養成講座テキスト		パーソナルトレーナー教本 パーソナルトレーナー養成講座テキスト	
受講者のゴール	セルフケアを身につける		グループ体操の指導ができるようになる		パーソナル(マンツーマン)の指導ができ、運動とペアコンディショニングのプログラム提供ができる	
講座の内容	体の不調を改善する体操がわかる講座		教えたかたを学び、体操を指導することができるようになる講座		パーソナル(マンツーマン)の指導法を学び、個々の症状に対して、的確なカウンセリングや処方ができるようになる講座	
習得する内容	背骨コンディショニングの基礎理論、基礎的な体操と仙骨枕の使用法		背骨コンディショニングの基礎理論、指導者としてのマインド、体操実技、基礎的な解剖学・病理学、フィットネス理論、グループ体操の開設・集客のてびき		矯正研修、解剖学・病理学、指導者としてのマインド、症状別体操・ペアコンディショニング実技、パーソナル実技	
手技の認定	-		-		「ペアコンディショニング」	
矯正部位	-		-		無し ※ただし別途ペア矯正認定試験に合格した場合は 仙骨・腰椎・胸椎・股関節	
受講後に開催できる講座	-		腰痛解決講座		腰痛解決講座 インストラクター養成講座	
グループ体操開催	*		○		○	
パーソナル(マンツーマン)指導	*		*		○	
禁止事項	背骨コンディショニングインストラクターとしての指導は出来ません		ペアコンディショニングを始めとする全ての手技、及びパーソナル(マンツーマン)指導は出来ません		※ペア矯正認定試験に合格していない場合は《骨を動かす》事に関しての表現は使えません ※ペア矯正認定試験に合格している場合でも《仙骨・腰椎・胸椎・股関節以外の矯正》は出来ません	

資格取得及び、資格維持に必要な費用 全て税込金額

入会金 ※2	-	3,300円	-	-
登録料 ※2	-	3,300円	-	-
年会費(保険料含む) ※3	-	13,200円/年	39,600円/年	52,800円/年
ライセンス更新研修	-	自己採点課題	5,500円/2年に一度の受講必須	11,000円/毎年受講必須

※1・・・分割開催の場合もあり ※2・・・入会時のみ ※3・・・入会月、昇格月の月割り金額にて算出

## 各講座の概要・料金表 全て税込金額

講座名	食トレコンディショニング 3ヶ月実践コース	オンライン食トレコンディショニング 3ヶ月実践コース	食トレコンディショニング インストラクター養成講座
カリキュラム時間	週1回×3カ月の12回		24
講座日程・開催時間	12日（12回）		基本四日程 ※1 ①7時間（休憩1時間含む） ②7時間（休憩1時間含む） ③7時間（休憩1時間含む） ④7時間（休憩1時間含む） 最終日/1時間・試験
受講要件	-		インストラクターライセンス以上を保持
受講料+試験料	・マンツーマン : 198,000円 ・ペアトレーニング : 165,000円 ・グループ（3名） : 143,000円	・マンツーマン : 138,600円 ・ペアトレーニング : 115,500円 ・グループ（3名） : 100,100円	・インストラクター : 165,000円 ・パーソナルトレーナー : 165,000円 ・スペシャリスト : 110,000円
再受講料	-		33,000円
再試験料	-		-
ディプロマ発行料	-		-
事務手数料	-		-
講座代金合計	・マンツーマン : 198,000円 ・ペアトレーニング : 165,000円 ・グループ（3名） : 143,000円	・マンツーマン : 138,600円 ・ペアトレーニング : 115,500円 ・グループ（3名） : 100,100円	・インストラクター : 165,000円 ・パーソナルトレーナー : 165,000円 ・スペシャリスト : 110,000円
使用テキスト	食トレ3ヶ月実践コース		食トレ3ヶ月実践コース 運動生理学及び栄養学補助テキスト
受講者のゴール	高脂血症や糖尿病、脳血管疾患、 心疾患に患るリスクを減らす 食事と運動の習慣が身に付く		食トレコンディショニングの 指導ができる
講座の内容	高脂血症や糖尿病、脳血管疾患・心疾患に患るリスクを減らす食と運動の知識を学び、実践し、習慣化する講座		食と運動の基本知識と理論的裏付けを学び、自身も実践し、食トレコンディショニング3ヶ月実践コースの指導ができるようになる
習得する内容	女子栄養大学の80kcal1単位の4群法、1日20単位の食事法の習慣化と、筋トレと有酸素運動の運動方法と実施量の習得		食トレコンディショニングの指導ができる為の理論の習得・実施
受講後に開催できる講座	-		・食と運動のセミナー ・食トレ3ヶ月実践コース ・オンライン食トレ3ヶ月実践コース
注意事項	食トレインストラクターとしての指導は出来ません		-

## 資格取得及び、資格維持に必要な費用 全て税込金額

入会金 ※2	-	-
登録料 ※2	-	-
年会費（保険料含む） ※3	-	保持ライセンスの年会費のみ
ライセンス更新研修	-	-