

「伝わりにくい」を「伝わる」に変えるエクササイズ指導改善術

<講座概要>

「お客様は本当に理解してくれている?」「どうすれば、もっと効果的で安全な指導ができるのか?」
「グループレッスンとプライベートレッスンの伝え方、変えていますか?」

自信を持ってお客様を導けるようになるための「実践的な指導スキル」を、指導歴20年の観点からお伝えします。
経験豊富なインストラクターとご自身のレッスンとの「違い」を明確にし、お客様の満足度を劇的に向上させましょう。

- ・お客様の動きを引き出す「響く」キューイング
- ・グループレッスンでも個々の効果を引き出すツール使用法（ギムニクボール編）

エクササイズを交えて、明日からのレッスンですぐに実践できる具体的な指導スキルを身につけていただきます。
お客様の身体と心をより深く理解し、信頼されるインストラクターとしてステップアップしませんか?

佐々木 ゆか プロフィール

[資格]

Pilates studio Keep Act 代表

日本ピラティス指導者協会(JAPICA)マスターコーチ

日本ピラティス指導者協会(JAPICA)マシンピラティスコーチ

FTP Mat Pilates インストラクター

日本フィットネス協会公認フィットネスインストラクター



ピラティスをはじめ、エアロビクス・ステップエクササイズなどの有酸素運動も指導。
フィットネス指導20年の実績から市の健康講座や介護予防教室など公共機関からの依頼も多数。
マシンピラティススタジオ運営を通じ、あらゆる年代の健康をサポートしている。
JAPICAマスターコーチとして、未来の指導者育成にも尽力。

日 時：2025年8月31日（日）9:30～11:30（9:15～受付開始）

講 師：佐々木 ゆか（JAPICAマスターコーチ）

場 所：ピラティススタジオ Keep Act（北海道）／オンラインzoom アーカイブ1か月有り

定 員：スタジオ 3名 オンラインは定員なし

持 ち 物：筆記用具・ギムニクボール

対 象：①JAPICA卒業生 ②一般

受講料金：①4,400円・②6,600円

申込方法：JAPICAホームページのWEB申し込みフォームにてお申込み下さい

<https://pilates.co.jp/japica/workshop/>

※当講座は定員になり次第締切とさせていただきます。

※お申し込みいただいた、講座の前日・当日キャンセルは出来かねます。ご了承くださいませ。

