

## 応募要項

- 開催日 2009年8月28日(金) 29日(土) 30日(日)  
9月7日(月) 8日(火) 9日(水) 12日(土) 13日(日)
- 場所 スタジオリアン (福岡市香住ヶ丘3-5-15)
- 受講回数 8回 計40時間
- 受講料 346,500円 (税込/認定試験料・教材費込)  
※ローンご希望の方はお問い合わせください。

## 特典

- スタジオリアンでの自主練習の施設利用料が無料 (養成期間中)
- スタジオリアンのレッスンが特別価格で受講可能 (養成期間中)

STOTT PILATES®認定

# STOTT PILATES®

## マットコース

(Intensive Mat Plus: IMP) : 初級・中級レベル

## 養成コース

## 未来が見えるピラティス

お客様ひとりひとりのニーズに対応できる無限の応用性をもったメソッド

STOTT PILATES®マット(IMP)認定コースでは、各種リハビリへの応用、またフィットネスファンから一流のスポーツ選手まで幅広いクライアント層に対応できる、効果的なプログラムを組み立てるために必要な知識、技術、そして自信を獲得できます。

リアンアカデミーは、九州で唯一のSTOTT PILATES®マット(IMP)養成コースを開講致します。



講師 上泉 渉(かみいずみ わたる)

- STOTT PILATES®認定インストラクタートレーナー
- STOTT PILATES®認定(Full certified)
- 柔道整復師

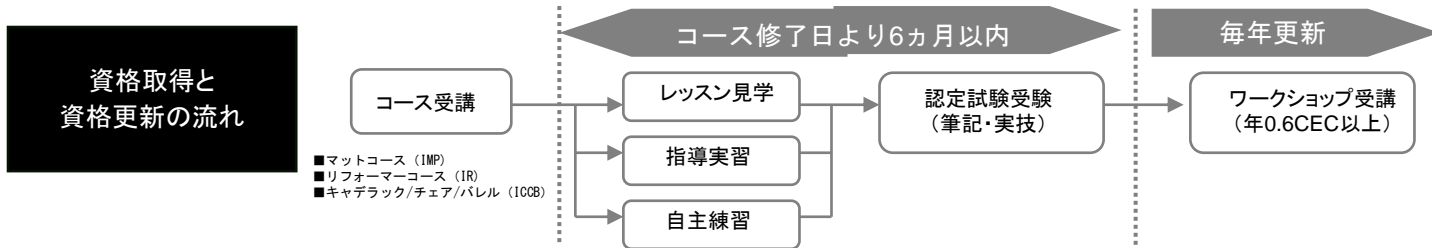
米国留学中にスポーツ医学と出会う。帰国後、国家資格 柔道整復師免許を取得。習慣、姿勢と健康の関係を重視した施術・指導を提供し、スポーツ外傷とそのリハビリを得意として地域医療に従事。同時に国内外の多くの有名パフォーマンスアートトレーナーを務める。ピラティスインストラクター資格取得のためカナダ・トロントへ渡る。厳格な資格基準と優秀な指導者を排出するSTOTT PILATES本部の門をたたく。医療をバックグラウンドに持つ強みを活かしたティーチングスタイルは国内外でも高い評価を受け、日本におけるピラティスの普及と指導者養成を担うことになり現在に至る。

\*講師は変更になる場合がございます。

\* STOTT PILATES®および関連ロゴの知的所有権は、全てMerrithew CORPORATIONに帰属します。  
\* 講師プロフィールおよびSTOTT PILATES®に関する日本語内容の知的所有権は、全てSTOTT PILATES®公認トレーニングセンター ビークューブに帰属します。  
\* 無断転写、引用を禁じます。



## STOTT PILATES®マット (IMP) 養成コース



## マットコース (Intensive Mat Plus: IMP) : 初級・中級レベル

IMPは効果的でモチベーションを高めるようなグループレッスンやプライベートセッションのプログラムを組み立てるために必要な基礎知識を教えます。

このコースでは小さな器具を使って内容にバラエティを加え、クライアント固有のニーズに合わせることができるようレベル1 (初級・中級) マットワークの指導方法を学習します。

## 主な学習内容

- ▶ プライベート及びグループトレーニングのためのワークアウト構成
- ▶ 初級・中級レベルのパワーワーク
- ▶ フレックスバンド、フィットネスサークル、アークパレルのワークアウト
- ▶ パフォーマンスの向上とクライアントのモチベーションを高めるための効果的なコミュニケーションと観察技術、ヴァーバルとイメージキューの出し方
- ▶ 個人個人の体のタイプと姿勢に関する問題点に対処するためのモディフィケーション (調節)
- ▶ エクササイズをサポートと強化のために器具を取り入れる方法
- ▶ 姿勢分析の理論と方法
- ▶ 効果的なプログラム構築に関するエクササイズの組み合わせ
- ▶ 63種類のエクササイズと様々なモディフィケーション (調節)

## なぜSTOTT PILATES®が選ばれるのか？

ピラティス界の「アイビーリーグ (名門校)」とも呼ばれているSTOTT PILATES®は、リハビリ終了後の患者から一流のスポーツ選手まであらゆる年齢のあらゆる体力レベルのクライアントに効果的なグループまたはプライベート・トレーニングのプログラムを教えるために必要な深い知識と実用的なプログラム作成能力を提供しています。

## 見学、指導実習、自主練習の必要条件

- ▶ 見学(最低10時間)  
STOTT PILATES®認定インストラクターが教えるセッションを見学するか、またはSTOTT PILATES®の学習用ビデオを課題時間見た時間。
- ▶ 指導実習(最低15時間)  
家族、クラスメート、友人などに習った事を実際に教えた時間。
- ▶ 自主練習(最低30時間)  
クラスで学んだ運動を実際に体感するためにSTOTT PILATES®認定のインストラクターのクラスを受けるかSTOTT PILATES®の学習用ビデオを見ながらエクササイズを行い体を動かした時間。

## 認定試験について

STOTT PILATES®の認定証はコースを優れた成績で終了し、筆記および実技試験を受けた後に与えられます。

- ▶ 試験には、筆記試験と実技試験があります。試験の詳細についてはコース受講中にお伝え致します。
- ▶ 試験は最後のコース受講終了から6ヵ月以内に受けなければなりません。また試験料はコース料金に含まれています。(再試験は別途必要となります。)

## 資格の維持、メンテナンスについて

STOTT PILATES®では、インストラクターとして認定資格を取得した後も、「CECプログラム(継続学習単位プログラム)」を通して、最新の情報を世界中のインストラクターと共有し学び続ける事ができるシステムになっています。

STOTT PILATES®の認定インストラクターは、毎年ワークショップに参加し、既定の単位を取得し続ける必要があります。

各ワークショップには、CECポイントが設定されており、毎年0.6CEC以上の取得が認定資格継続の条件となっております。

絶えず進化を続け、世界13,000名以上の認定インストラクターが共通のクオリティで最新の情報を提供する、これがSTOTT PILATES®が世界トップブランドであり続ける証です。

\* STOTT PILATES®および関連ロゴの知的所有権は、全てMerrithew CORPORATIONに帰属します。

\* 講師プロフィールおよびSTOTT PILATES®に関する日本語内容の知的所有権は、全てSTOTT PILATES®公認トレーニングセンター ビーキューブに帰属します。

\* 無断転写、引用を禁じます。

お気軽にお問い合わせください

LIEN

リエン

リアンアカデミー

TEL.092-210-3805

813-0003 福岡市東区香住ヶ丘3-5-15

Designed for Fitness.

www.lien-lien.jp

Info@lien-lien.jp