

パーソナルトレーナーズバイブルとは

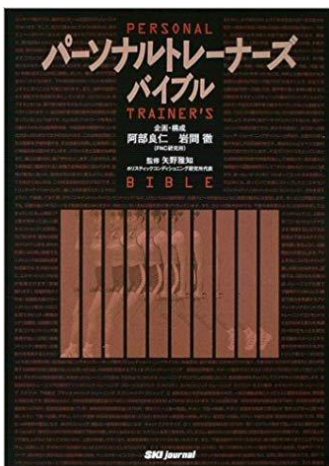
パーソナルトレーナーズバイブルとは、パーソナルトレーナーのためのバイブルとして、狭い意味ではとらえられますが、今回皆様にお伝えしたい語句としての意味は、もっと広い意味での考え方・内容となります。

我々が考える運動指導者としての最高のサービスは、1対1のマンツーマンだと思います。なぜなら、お客様のニーズ・体調・状態に合わせてプログラミング・サービスが自由自在に変化させられるからです。

このサービス内容が基本となって、セミパーソナル（小人数サービス）・グループセッションサービス（多人数サービス）への広がりが可能となります。ただし、パーソナルがいい、グループがダメということではありません。サービス形態が違うだけです。ただ、指導・サービス能力を高めるための勉強をすすめるためには、いつかは一人ひとりの身体のための機能解剖学やトレーニング・ストレッチなども修得したほうが、グループサービスなどへのサービス広がりには、とてつもないものとなるでしょう。

このような意味で、このパーソナルトレーナーズバイブルというのは、個人指導（パーソナル）という狭い意味ではなく、「人間の身体の根本を知る・一人ひとりのパターンで」という広い意味で理解していただくと、いろいろな情報をますますキャッチしやすくなりますし、指導・サービスの能力は、一段とアップすることと確信しております。

ぜひ、意識をポジティブの方向に向けて、取り組んでいただくことを、期待・応援しております。



2003年（平成15年）6月20日 第1刷発行以来
日本全国の専門学校やパーソナルトレーナーの
指導マニュアルとして愛用された書籍です。

日本ホリスティックコンディショニング協会（JHCA）の
前身である「FNC研究所」岩間徹・阿部良仁 著作
今回は、この原著本に最新情報を加え、現代社会に沿って
内容を総リニューアルいたしました。