

市民教授 個人票

No. H36

出張型トレーニング		酒井 勇介 (さかいゆうすけ)				
住 所	日立市東滑川町			生 年	1988	男
TEL	090-9960-1624	Fax		E-mail	tripgym2024@gmail.com	
謝礼	相談					
指導場所	交流センター、公共施設ほか		指導方法	実技、講座・講話 「筋トレはやってみたいけれど、ジムに行くのはハードルが高い…」という方の出張型トレーニングを行います。初心者～上級者まで、米国認定資格保有のプロのトレーナーが楽しく指導します。		
曜日時間	曜日・時間相談					
自己PR	理学療法士として都内の病院やクリニックに勤務。医学知識のノウハウを一般の方にも提供できるように米国認定のトレーナー資格を取得し、延べ15,000人以上の方へリハビリ・トレーニング指導を行ってきました。今回、県北地域おこし協力隊として日立市を中心に活動します。“楽しく、成果の出るトレーニング”がモットー。30代から60代の方、生活に必要な筋力をつけ、いつまでも健康で快適に過ごしましょう！ダイエット効果もあります。					
指導中の自主グループ	グループ名	指導場所	会員数	ゲストティーチャー歴		
指導歴	講座名	開催場所	実施回数	参加者数	備 考	
表彰歴・資格	理学療法士 NSCA-CSCS(全米ストレングス & コンディショニング協会認定ストレングス & コンディショニングスペシャリスト)					
講座のレベル	☐	1:初級(その分野を初めて経験する人を対象)		SNS(フェイスブック・ツイッターなど)のURL		
	☐	2:中級(簡単な指導でやっていける人を対象)				
	☐	3:上級(講師を目指す人を対象)				
指導風景・作品写真						
	  指導風景(姿勢動作改善) 講師 酒井					
講座企画者への連絡		(1)1回の講座は1時間程度です。基本はヨガマットをご持参いただき、ストレッチや体幹トレーニング。ゴムベルトやダンベルを持参してのトレーニングなども可能です。 (2)1回あたりの受講人数は最大20人まで。謝礼は目的・内容等に応じてご相談させていただきます。				