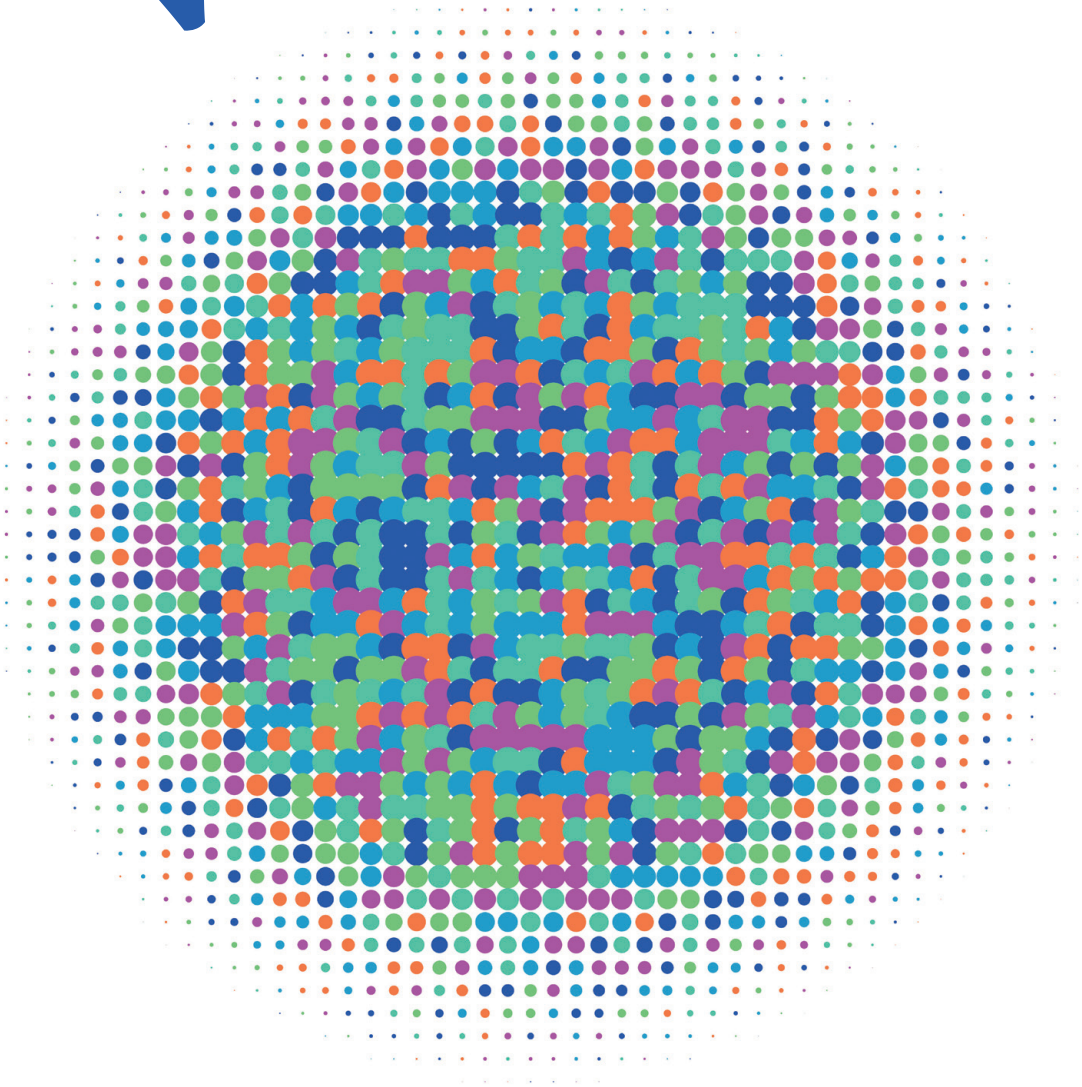
インストラクター・トレーナーの キャリアマガジン

NEXT

月刊［ネクスト］
5
2021
May
No.169



グローバルトレンド

【フィットネスプログラム編】

求人情報 | オーディション | 養成 | セミナー情報

Webサイト・デジタルブック連動フリーマガジン

Fitness Business

www.fitnessjob.jp

求人・養成情報

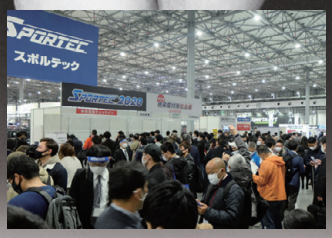
Sports & Wellness Week

日本最大のスポーツ・フィットネス産業の専門展

SPORTEC® 2021

６月に名古屋で盛大に開催！

スポーツ・フィットネス・健康に関わる企業 650社が出展。
90セッション以上のセミナーを同時開催。



同時開催

第1回 ヘルス&ビューティーショー
健康で理想の体づくりのための設備・用品・サービス専門展

第3回 感染症対策総合展
感染症対策・予防・検査に関する日本唯一の専門展

第1回 生活習慣病予防展
病気リスクの高い生活習慣病予防の為の食品・製品・サービス産業展

第1回 プール&温浴産業展
プール・温浴施設向け設備・備品・サービス専門展

Outdoor Lifestyle Show 2021
アウトドア・キャンプ関連設備・用品・サービス専門展

第1回 熱中症対策展
熱中症対策製品・技術・サービスに関する専門展

会　期	2021年 6月17日(木)～19日(土)
会　場	ポートメッセなごや
主　催	SPORTEC 実行委員会

入場料2,000円が無料になる
事前登録、セミナーの最新情報
は公式HPから
https://www.sports-st.com/
スポルテック

※事前登録者・招待券持参者は入場無料／お名刺をお持ちで無い方、一般、学生（見学）の方、または受付にて関係者と判断されなかった方は、当日受付にて入場料¥2,000（税込）をお支払の上、ご入場ください。
※ご来場の際には、身分証明書をご確認させていただきますので、名刺の他に身分証明書をお持ちください。
体調の優れない方、37.5度以上の熱のある方などは医師・看護師の判断により入場をお断りさせていただく場合がございます。感染症対策の一環として、セキュリティを高めた運営にご理解とご協力をお願いいたします。

SPORTEC 運営事務局（TSO International 株式会社 内）
〒162-0064　東京都新宿区市谷仲之町4−39 リエール市ヶ谷501
TEL:03-6273-0403　FAX:03-6736-0362　E-mail:info@sports-st.com

NEXT

CONTENTS
2021 May

特集

08 **グローバルトレンド【フィットネスプログラム編】**

ACSMフィットネストレンド2021 …… 10
2021年注目の9つのフィットネストレンド …… 14
フィットネスの新潮流　グローバルレポート2021 …… 16

第2特集

29 **食事・栄養特集**

NEWS&TRENDS

05 業界最新ニュース
07 Found it!

36 DANCE FITNESS CONTEST

26 フィットネス新時代で求められる能力　東奈々
　 アフターコロナのマイクロ経営モデル　郡勝比呂
27 フィットネスで運動・リハビリ・治療を繋げる　松栄勲
　 マーケティング思考を養う顧客創造のヒント　伊藤友紀
28 トレーナーのための読書入門　高橋順彦

JOB INFO

38 **求人・養成情報**

ADVERTISER

02---------- SPORTEC事務局
04---------- 公益社団法人日本フィットネス協会（JAFA）
06---------- OREO YOGA ACADEMY
21---------- 一般社団法人日本マタニティフィットネス協会
22---------- 株式会社V and P
24---------- 全米エクササイズ&スポーツトレーナー協会（NESTA JAPAN）

STAFF

発行人　古屋武範
編集長　岩井智子
ネクスト編集部　富永真由実、小澤千歳、平野美裕
名取真紀子、田村都世子、菅野美菜子
アートディレクター　原田有紀
印刷　佐川印刷株式会社

2021年4月25日発行
株式会社クラブビジネスジャパン
Club Business Japan, Inc.
〒150-0045　東京都渋谷区神泉町20-25　神泉QSビル8F

© 本誌記事の無断転載を固く禁じます。

広告掲載や配本に関するお問い合わせ
編集に関するご意見・ご感想はNEXT編集部まで
Tel.03-5459-2841　Fax.03-3770-8744
info@fitnessclub.jp　www.fitnessclub.jp

『NEXT編集部』公式SNSページ

フィットネス業界の最新トレンドやトレーナー・インストラクターの方々のキャリアアップにつながる情報をタイムリーに発信しています!

NEXT編集部

女性のためのエイジングケア

女性のための体幹ワークアウト2daysセミナー

～機能解剖からみる女性のためエクササイズ～

日　時

2021年
7月23日（金・祝）・24日（土）
9：30～15：45

会　場

亀戸文化センター
〒136-0071 東京都江東区亀戸2-19-1
カメリアプラザ5階

■プログラム

	テーマ	講　師	内　容
7月23日（金・祝） 9：30～15：45 （休憩60分）	機能解剖からみる骨盤ワークアウト	岡橋　優子 ・NPO法人 スマイルボディネットワーク 代表理事 ・早稲田大学スポーツ科学部 非常勤講師 	**講義** 60分 体幹の土台ともなる骨盤について学びます。昨今、骨盤にフォーカスしたクラスが急増しています。指導中の方も未指導の方も、運動指導者として必見です。 **実技** 「セルフコンディショニング編」「グループ指導編」各120分 指導者が直接指導できるのはほんのわずかな時間です。それ以外の時間にいかに取り組んでもらうかで効果は大きく変わります。日々のセルフコンディショニングの重要性と必要性を説き、効果を求め、実践を促します。また、グループ指導の際の留意点やコツ、クラスの進めかたについてもお伝えします。腰痛、生理痛、冷え、むくみ、股関節の不具合、脚や膝のゆがみ、骨盤底筋の不具合。女性に多いお悩み解決の第一歩、ボールやひめトレ®など様々なツールを使って年代によってもかわるワークアウトを徹底解説します。
7月24日（土） 9：30～15：45 （休憩60分）	機能解剖からみる肩甲骨・背骨のワークアウト	尾陰　由美子 ・JAFA 業務執行理事 ・NPO法人 いきいきのびのび健康づくり協会会長 	**講義** 60分 骨の位置・関節の構造と機能を理解し、関節の特性に合った動きのイメージやリズムを理解しましょう。現在の知識・認識とのすり合わせや新たな知識としてお役立てください。 **実技** 「自重編」「ツール編」各120分 基本的なエクササイズから応用的なエクササイズまでを体感しながらその指導方法を学びます。施設でのグループ指導はもちろん、クライアントが時間を有効に使い、より良い効果を引き出すために指導者がいない中でも手軽にできるセルフエクササイズの実践例とその指導方法についても学びます。自重編では腕と手の使い方や頭と目の関係性を理解し、日常の動作で身体の間違った使い方による問題を考察します。継続的なセルフケアの意識づけや重要性の伝達に役立ちます。ツール編では身近にある物の活用方法もご紹介します。肩や首の凝り、四十肩五十肩。急増しているスマホ首への対策。腰痛や猫背。加齢とともに起こりやすい様々な症状の予防改善のためのワークアウトを徹底解説します。

■受講料（税込）

	両　日	各　日
JAFA会員	13,000円	8,000円
一　　般	20,000円	12,000円

■教育単位（1日につき）

JAFA ／ GFI	5.0
健康運動指導士・実践指導者	講義1.0　実習4.0
ACSM	1.0（講義のみ）

GDインストラクター養成セミナー
同日同会場で 17：30 ～ 20：30、グライディングディスクインストラクター養成セミナーを開催します。詳細は JAFA ウェブサイトにてご確認ください。

内閣府認定
公益社団法人 日本フィットネス協会
〒136-0071　東京都江東区亀戸1-8-7 飯野ビル5F
TEL：03-5875-1035　FAX：03-5875-1057

お申込みはこちら

LINEの「友だち追加」してください！

NEXT NEWS

News Pick Up 10 | 2021年3月の10大ニュース

1 ルネサンス、会員向けに新たにサービスを拡充

同社は、4月より会費を引き上げ、会員向けのサービスを拡充。①スタジオプログラムのWEB予約システムの導入②「ルネサンスオンラインライブストリーム」を無料受け放題③フィットネスアプリ「BeatFit」無料を実施することにした。(※②と③は、休会中の会員も利用可能)。

2 株式会社Opt Fit、AIでジム運営を改善へ

Opt Fitは、ジム内に専用カメラを設置し、運営をAI化することで、運営コストを削減しつつ会員満足度を向上させるサービス「GYMDX」を開発。5月6日、A-1スポーツクラブ笹塚店にてローンチする。

3 クラブビジネスジャパン、新メディア「two-nagual」をリリース

同社は、アウトドアスポーツを愉しむ新メディア、フィットネスとスポーツが“つながる”「two - nagual」を4月にリリース。同サイトでは、フィットネスクラブ会員のフィットネス継続を目指し、アウトドアと健康、スポーツツーリズムが“つながる”イベントをクラブ会員向けに企画・紹介していく。

4 ルネサンス、ミラー型オンラインデバイスを活用した取り組みを開始

同社は、ミラー型オンライントレーニング用デバイス「FitnessMirror」を開発・販売する株式会社One Third Residenceと包括的な事業提携に合意。同デバイスを活用した新たなフィットネスライフの提案をしていく。

5 ティップネス、「TIPNESSカラダのメンテナンス 腰痛」を各店で提供

同社は、腰痛の根本的な解決を目指す全8回（週1回×8週間）の腰痛専門パーソナルプログラム「TIPNESSカラダのメンテナンス 腰痛」を、ティップネス、ティップ.クロス TOKYO、ティップネス丸の内スタイルの各店にて、2021年4月よりスタートする。

6 アウトドアフィットネスクラブで、子ども向けランニングスクール開校

東京地下鉄株式会社は、株式会社BEAT SOCIAL SPORTSと業務提携し、アウトドアフィットネスクラブ「greener（グリーナー）」において、子ども向けランニングスクール「BEAT AC TOKYO妙典スクール」を4月に開校した。

7 Peloton、数々の小規模なテック企業を買収、ウェアラブルを開発か

同社は、2020年末にPrecor、Aiqudo、Atlas Wearables、Otariなどを買収。自社製ウェアラブルの開発を検討中か、少なくとも既存製品にAI搭載の機能を追加する可能性があるとみられる。

8 「Alexa」がフィットネスバンド「Halo」と連携、各種質問に対応

Amazonの音声アシスタント「Alexa」が、睡眠や食事の状況について教えてくれるほか、よりパーソナライズされた健康関連のフィードバックをしてくれることにもなった。いずれも、同社が2020年に発売したフィットネストラッカー「Halo」と連携したことによる。

9 アエリア子会社、ティップネス監修によるゲームを企画開発販売

アエリアの連結子会社エクスフィットは3月、ティップネスの監修によるフィットネスゲームソフトの企画開発販売が正式に決定したと発表。第1弾となるゲームはNintendo Switch向けの体感型フィットネスゲームで、2022年前半に日本にて先行で発売する予定。

10 富山市、官民連携複合ビルオープン、フィットネスクラブも入居

富山市の官民連携事業として整備された複合施設、「Toyama　Sakuraビル」が4月にオープン。ビルは8階建てで、1階は保育所、2階にはフィットネスクラブ、3階と4階は民間企業のオフィスが入る。フィットネスクラブには低酸素トレーニングも導入された。

News from the World

編集部からのニュース

日本最大のスポーツ・健康産業の総合展示会

SPORTEC2021　開催!

年々、出展エリア拡大中のSPORTECが今年も6月に名古屋、12月に東京にて開催。最新の商品やサービスを目で見て触って確かめられる、充実の3日間!
事前申し込みなどの詳細は公式サイトよりご確認ください。
公式サイト ➡ www.sports-st.com

SPORTEC 2021

SPORTEC2021
会場:ポートメッセなごや
会期:2021年6月17日(木)～19日(土)
主催:SPORTEC実行委員会(TSOInternational㈱内)
★同時開催:
感染症対策総合展・ヘルス&ビューティーショー・生活習慣病予防展

ダンスフィットネスコンテスト2021 エントリー受付開始!

インターナショナルプレゼンターへの登竜門となるコンテストが、2021年も下記の通り開催予定。4月25日からエントリーをスタートする。
感染症対策を万全にして実施する。一次審査のダンスフィットネスマラソンでは、トップレベルのプレゼンターによるレッスンを堪能できる。審査委員長は竹ヶ原佳苗さんが務める。コンテストに関する最新情報は、Facebookページ「ダンスフィットネスコンテスト／ルーキーコンテスト」にて。

ダンスフィットネスコンテスト2021
日時：2021年6月27日（日）
場所：品川インターシティホール
募集：インストラクター部門、アマチュア部門
★今回からアマチュアプラス部門（45歳以上）が新設されます。
詳細はP36、37
★年齢制限なし!
★ステップ審査なし!

DANCE FITNESS CONTEST

Key Words & Numbers | ニュースなことば、ニュースな数字

Key Word

健康二次被害

新型コロナウイルスに感染しないために、生活者は「三密」を避け、マスクをするなど、十分な感染対策をしているが、外出せずにステイホームする生活を続けるなかで、著しく運動量・活動量や社会参加が低下することにより基礎疾患の悪化、認知機能の低下、フレイルなどが進行してしまっているという事実が確認されている。

Key Word

閉店

コロナ禍が深刻さを増し始める2020年3月からフィットネスクラブの閉鎖（自己破産を含む）が増え、2020年は24軒と例年のおよそ倍の閉鎖軒数となった。2021年の閉鎖予定軒数は、現時点でフィットネスビジネス編集部によるとおよそ80軒。コナミスポーツは、今年1月から計26店舗の大量閉鎖を予定。

Key Number

300～1,000円

コロナ禍によって会員数がおよそ3割減となっていたフィットネスクラブであるが、回復が遅れている。この間も安全・安心を担保しつつ、利便性が高く効果のあるサービスを生活者に提供するため様々な工夫と努力を続けてきていたが、2021年4月度より会費を300～1,000円程度値上げする企業が多くみられた。

Key Number

7,000万人

東方新報によると、中国ではここ数年、従来の太極拳のような健康維持法と異なり、筋力アップや体型維持を目的としたフィットネスブームが広がっている。フィットネスクラブの会員数は7,000万人に。コロナ禍でホームフィットネスも定着し、オンラインのトレーニングアプリ「Keep」は登録ユーザーが3億人に達している。

RYT200オンライン養成コース・受講者募集！！

オンラインコース特別価格319,000円

2021年12月31日までの期間限定

No.1 日本トレンドリサーチ RYT200オンライン利用満足度

調査方法：インターネット調査
調査概要：2021年2月サイトのイメージ調査
調査提供先：日本トレンドリサーチ

OREO YOGA ACADEMY

yoga ALLIANCE　REGISTERED YOGA TEACHER RYT 200 yoga ALLIANCE

全米ヨガアライアンス
RYT200 オンラインコース

自宅でヨガ資格

- オンラインコースだけの特別価格
- 全国どこからでも受講可（海外も OK）
- 自分のペースで学習できる
- オンライン完結で完全プライベートで資格取得

オンライン個別説明会 実施中

OREOが選ばれる理由

●いつからでも受講開始

完全オンラインで24時間受講可能なので、平日しか時間が取れない、夜しか時間が取れない、家の近くに養成スクールがなかったなど、これまで受講の機会がなかった方にオススメです。スクールまで来店いただく必要はありません。必要なのはスマホのみ、全国どこからでもOREOのオンラインコースを受講していただくことが可能です。（海外からでも受講可能です！）

●OREOだけのマンツーマンセッション

複数人でのオンライン講座ではたとえ少人数制であったとしても他の方が発言している時間は他多数の方が「待っている」状態になります。また複数人が同時に発言すると非常に聞こえづらい現象が発生します。OREOではリードトレーナーとマンツーマンセッションを行いますので、完全プライベートで自由にご自身の気になること教えてほしいことを聞いていただけます。

●担当制による充実したサポート体制

当スクールでは受講生に必ず1名担当者がつく担当制のサポート体制を導入しております。すべての担当者がRYT200を修了しており、日々の講座受講時に出た質問についてLINEやメール・電話でお尋ねいただけます。オンラインだからこそ身近なサポートをさせていただける体制をとっております。

RYT200オンライン講座

資格名	RYT200
開講日	随時受付中
取得期間	最短1ヶ月
開催曜日	毎日
開催時間	00:00 ～ 23:59
募集締切	2021年12月31日（金）
養成講座費用	319,000円（税込）

OREO YOGA ACADEMY
全米ヨガアライアンス認定スクール
151-0066 東京都渋谷区西原 3-1-7 翔原ビル 3F-A TEL: 03-6868-6910
https://oreo.yoga/

お申込みはこちら▷

NEXT Found it & 読者プレゼント！

編集部が厳選した、インストラクター・トレーナーに
オススメの最新情報をご紹介！

プレゼント応募は
コチラから！

1

BEAUTY　PRESENT

年齢とともに減少する筋肉量に着目。
運動＋HMB でしなやか美ボディへ！

美 BODY HMB

HMBはトップアスリートも愛用する、運動する方のボディをサポートし、しなやかさには欠かせない成分。運動前などお好きな時に飲むことで力強く後押し、しなやかでメリハリのある美ボディへと導く。アメリカではアスリートがパフォーマンスのサポートや運動後のケアにプロバイオティクス（乳酸菌）を取り入れることもトレンド。フラコラでも乳酸菌GanedenBC30 を配合しHMBの吸収を高め、効果実感を実現していく。
今回は抽選で3名様にプレゼント。
内容量：2g×30袋　標準価格：3,600円（税込）
問 株式会社 協和 フラコラ
〒160-0023　東京都新宿区西新宿1-22-2 新宿サンエービル9F
TEL：0120-57-2020　URL：https://www.fracora.com

2

BEAUTY　PRESENT

肌をうるおいヴェールで包んでくれる

フィニッシングパウダー　モイスト【クリア】

ステージメイクからスタートしたチャコットのコスメティクスがパッケージデザインをリニューアル！肌をうるおいヴェールで包みながら透明な素肌感を纏わせる、ベルベットのような質感のしっとりしたパウダーは、OLED※1&ハイビジョン対応で、至近距離でも美しく魅せるカバー力が映える洗練美に導く。さらに、朝、昼、夜いつでも使え石けんでオフできる肌へのやさしさ※2も魅力。
今回はパウダーとパウダーパフ（2ヶ入）のセットを抽選で３名様にプレゼント。
（※1有機ELディスプレイ※2メイクアップ効果による）
内容量：パウダー30g　標準価格：1,980円（税込）
問 チャコット株式会社
〒153-8540　東京都目黒区青葉台3-18-3 青葉台井門ビル
TEL：0120-155-653　URL：cosmetics.chacott-jp.com
Instagram：@chacott_cosme

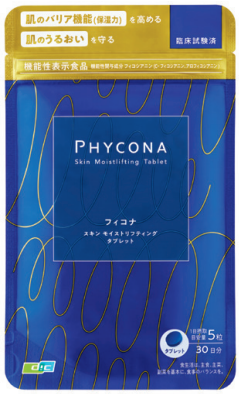
3

BEAUTY　PRESENT

肌のバリア機能(保湿力)を高める青のチカラ

フィコナ　スキン　モイストリフティング　タブレット

スーパーフードの王様とよばれる食用藍藻「スピルリナ」から独自の特許製法で抽出した青色素「フィコシアニン」を関与成分とした、肌のバリア機能を高める機能性表示食品。フィコシアニンは肌の水分保持に役立ち、乾燥を緩和する機能があることが報告されている。肌の乾燥が気になる方、スキンケアに関心が高い方、健康意識の高い方に。
今回はタブレット1袋を抽選で５名様にプレゼント。
内容量:150粒（約30日分）　標準価格:5,720円（税込）
問 DICライフテック株式会社
〒103-8233　東京都中央区日本橋3-7-20 ディーアイシービル
TEL:0120-382-317
URL:https://msg.dlt-spl.co.jp/phycona/



4

FOOD　PRESENT

タンパク質量が1食で37.2g（中辛）※も摂れて美味しい！
レトルトカレー

マイルーティーンカレー　中辛／甘口

1食分180gのタンパク質量はなんと37.2g※と、レトルトカレー最大級。脂質6.8g、炭水化物7.2g*に抑えられていて、減量期でもOKなローファット。さらっとしたルーに、ごろっと入った鶏肉で食べ応えもしっかり。美味しさも追求し、味はカレー大學卒の専門家のお墨付きだ。
風味とコクの中辛と、優しい味の甘口の2種。美味しさ、食事の満足感、そしてプロテイン量がこのコスパなら、トレーニーも納得・満足できる一品となっている。
今回は抽選で中辛と甘口をセットで5名様にプレゼント。
（※栄養成分表示）
内容量:各180g　標準価格:各650円（税込）
問 株式会社ウエニ貿易
〒110-0008　東京都台東区池之端1-6-17
TEL:0120-487-402　URL:https://www.myroutine.jp/curry/

グローバルト

【フィットネスプログラ

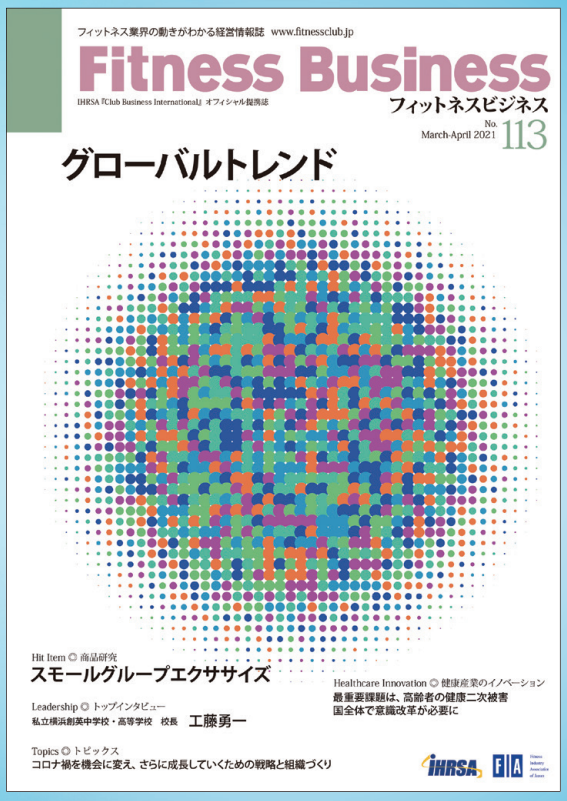
レンド
ム編】

フィットネス事業者は、新型コロナウイルス禍（以下、コロナ禍）の影響で落とした業績を、いかに回復させ、再生していけばよいのか。
2021年3-4月号の『フィットネスビジネス』誌では、69ページにわたる経営者視点での特集が組まれ、世界の消費者調査結果や、世界のクラブでの施策、業界リーダーたちからの提言などがまとめられている。

フィットネスインストラクター・トレーナーも、大きな影響を受けたが、この環境の変化に、いかに対応していけばいいのか。
本稿では、「フィットネスプログラム」の視点で、グローバルトレンドを紹介する。
新たなトレンドを掴み、変化する市場ニーズにタイムリーに対応する取り組みに繋げたい。

合わせて読みたい

フィットネス業界の動きがわかる経営情報誌
『フィットネスビジネス』通巻113号（2021年3月25日発行）
クラブビジネスジャパン刊　2,940円
https://business.fitnessclub.jp/articles/-/560



【ACSMワールドワイド調査】
ACSMフィットネストレンド2021

2020年は、私たちの多くの人生において、特にフィットネス業界の人々にとって最も記憶に残る年です。COVID-19の世界的な大流行は、すべてを変えてしまいました。この記事を読んでいる間にも、ヘルスクラブの閉鎖やサービスの再編が進んでいます。そのため、15回目となる今回の「フィットネストレンド調査」は、これまでで最もインパクトのあるものになると思います。

例えば、今年の調査では新たに、オンライントレーニングやバーチャルトレーニングなどの新しいトレンドの可能性が盛り込まれました。2020年の調査では「バーチャル/オンライントレーニング」とされていましたが、2021年では、それぞれ具体的に再定義され、「オンライントレーニング」は2021年のトレンドとして第1位、バーチャルトレーニングは第6位となりました。

本調査結果は、ヘルス&フィットネス業界が将来に向けて成長し、発展するために重要なビジネス上の意思決定を行う際に役立ちます。ここで紹介するトレンドは、SNSやネット、テレビ通販で、インフルエンサーが紹介して話題になる“流行”ではなく、世界中のヘルス&フィットネス業界の専門家によって特定された“トレンド”であり、より本質的な業界動向を知ることができます。

ACSMのHealth & Fitness Journal®(FIT)の編集者は、過去15年間、世界中の何千人もの専門家にオンラインアンケートを実施し、翌年のヘルス&フィットネスのトレンドを見極めてきました。

この調査は、2021年以降のヘルス&フィットネスプログラムの取り組みの指針となります。2006年から実施されている本調査では、ヘルス&フィットネスのトレンドを予測するための体系的な方法が導入され、それ以来、同じ方法で毎年実施されています。今回の調査は、改めて(流行ではなく)トレンドに関する調査であるため、回答者には改めて、“流行”と“トレンド”の非常に重要な区別をしていただきました。

ACSMが毎年行っているフィットネストレンドの調査は、商業部門(通常は民間企業)、臨床部門(メディカルフィットネスプログラムを含む)、コミュニティ部門(非営利団体)で利用することができます。

今回の調査は、以前からのトレンドを継続的に確認するだけでなく、COVID-19の世界的な流行により、新たに出現したトレンドや初めて現れたトレンドも認識しています。

本調査は、業界にプラスの影響を与えると思われる新しいトレンド(流行ではない)を確認、または紹介することを目的としています。

以前の調査で確認されたトレンドの中には、数年間にわたって現れるものもありますが、一方で、“流行”は現れても、その後数年間(中には1年間という短い期間)でリストから消えていくことが予想されます。こうした一時的に“流行”するマシンやギア、プログラムが市場に与える潜在的な影響は、この年次調査では評価されません。

本調査で提供された情報が、読者の皆様のビジネスモデルに適合するかどうか、また、潜在的な市場拡大のために情報をどのように利用するかについては、読者の判断に委ねられています。

民間フィットネスクラブ運営企業にとって、本調査結果を利用して潜在的な新市場を確立することで、より持続可能な収益源の確保につながる可能性があります。企業のウェルネスプログラムやメディカルフィットネスセンターでは、会員や患者へのサービスを向上させるために、これらの結果を活用することができます。地域密着型の施設(一般的には非営利団体)では、家族や子どもを対象としたプログラムを拡充することで、適切な投資が可能となります。

ヘルス&フィットネス業界は、この情報を慎重に検討し、それぞれの環境に適用して活用することができます。

調査方法

過去15年間の調査と同様にオンライン配信にて実施した。2021年の調査では、予め41のトレンドが挙げられた。前年度の上位25のトレンドに加え、ACSMのHealth & Fitness Journal®の編集者が特定した潜在的なトレンドも調査対象とした。編集者は、ヘルス・フィットネス業界の4つのセクター(企業、臨床、コミュニティ、商業)のすべてを代表しており、また学界からも参加している。

本調査では、潜在的なトレンドを特定した後に、それぞれの項目について短い説明で詳細情報を提供した。アンケートは、15分以内に回答できるように設計されており、回答者にはフィットネス関連の書籍やギフトカードが当たるインセンティブを提供することで、アンケートへの参加率を高めている。

調査は、例年通り、低得点の1(トレンドになる可能性が低い)から高得点の10(トレンドになる可能性が高い)までのリッカート尺度を用いた。各採点項目の後には、追加コメントを記入するスペースを設けた。アンケートの最後には、回答者がコメントを書き込めるようにし、また、今後の調査で検討すべきフィットネスのトレンドとして残っているものや、人口統計学的な情報を書き込めるようにした。

アンケートはSurveyMonkey(www.surveymonkey.com)を使用し、まず75,383人(昨年の記録56,746人から40%増)にオンライン調査を送信。対象者は、ACSM認定者をはじめ、FIT購読者や、ACSMのSNS登録者。今年は、SNS経由で648件の回答が寄せられ、昨年の300件から2倍以上に増加した。アンケートの回答総数は4,377件で、昨年の3,037件から44%以上の増加となった。回答率は6%で、これは例年と同程度となっている。

回答者は、オーストラリア、ブラジル、カナダ、中国、フランス、ドイツ、日本、インド、イタリア、ロシア、シンガポール、セルビア、英国、米国など、ほぼすべての大陸から寄せられている。

回答者の属性は、女性が63%(男性が37%)、年齢層は幅広く、業界経験年数は10年以上が53%、20年以上が27%となっている。

また、回答者の37%以上が5万ドル(約550万円)以上の年収を得ており、そのうち6%以上が10万ドル(約1,100万円)以上の年収を得ている。就業形態は、20%がフルタイムまたはパートタイムのパーソナルトレーナーであり、回答者の63%がフルタイム、27%がパートタイム(週20時間未満)となっている。

ACSM（アメリカスポーツ医学会）とは
ACSM（American College of Sports Medicine;アメリカスポーツ医学会）は、1954年以来世界90ヵ国以上で5万人以上の会員を有し、ヘルスフィットネスやスポーツ医学の資格を認定するなど、世界的に認知されている組織。さまざまな機関や団体がACSMのガイドラインを使用している。

TREND
1 ▸ オンライントレーニング

「バーチャル・オンライントレーニング」は、2019年の年次調査で初めてトレンドとして追加され、第3位にランクインしましたが、2020年には、タイトルから「バーチャル」が削除され、より具体的な「オンライントレーニング」に変更され、26位となりました。
COVID-19のパンデミックによるフィットネス業界の大きな変化により、世界中のクラブが一時的に閉鎖され、この革新的なクラスの提供方法を採ることを余儀なくされました。遠く離れた場所にいるお客様を惹きつけるために、非常に戦略的な配信システムが使われるようになりました。

オンライントレーニングは、自宅でのエクササイズのために開発されて一気に浸透しました。このトレンドは、デジタルストリーミング技術を使って、グループ、パーソナル、またはエクササイズプログラムをオンラインで提供するものです。オンライントレーニングは24時間いつでも利用可能で、ライブクラス（ライブストリーミングワークアウト）や録画されたものを利用することもできます。

TREND
2 ▸ ウェアラブルテクノロジー

ウェアラブルテクノロジーは、2016年に初めて紹介されて以来、第1位のトレンドであり（唯一の例外は、2018年に第3位に下がったこと）、フィットネストラッカー、スマートウォッチ、心拍計、GPSトラッキングデバイスなどが含まれます。

例えば、Fitbit®社、Samsung Gear Fit2®社、Misfit®社、Garmin®社、Apple®社が製造しているようなフィットネストラッカーやアクティビティトラッカーがあります。これらの機器は、歩数計として使用できるほか、心拍数、体温、カロリー、座っている時間、睡眠時間などを記録することができます。当初は精度に課題がありましたが、これらの問題は十分に解決されたようで、米国では約1,000億ドル（約11兆円）の産業になると推定されています。テクノロジーの進化により、血圧、酸素飽和度、心電図なども測定できるようになっています。

TREND
3 ▸ 自重トレーニング

自重トレーニングは、2013年に初めてトレンド調査に登場し、2017年には第2位、2018年には第4位、2019年には第5位、2020年には第7位まで落ちていましたが、2021年には第3位と復調しました。自重トレーニングが2013年以前に調査トレンドの選択肢として登場しなかったのは、世界中のジムで（定義されたトレンドとして）普及したのがここ10年以内だからです。可変抵抗の自重トレーニングと、複数の動作平面を使った神経運動を組み合わせたこのプログラムは、自重をトレーニングモダリティとして使うのが特徴です。自重トレーニングは最小限の器具しか使用しないため、安価に効果的な運動を行うことができます。

TREND

4 ▸ アウトドアでのフィットネス

COVID-19の流行を受けてか、小グループでのウォーキング、グループでの乗馬、ハイキンググループなどのアウトドア活動が人気を集めています。短時間のイベント、1日がかりのイベント、1週間のハイキング旅行なども含まれます。参加者は、地元の公園やハイキングエリア、自転車道などに集まり、アクティビティのリーダーと一緒に行動します。

ヘルス&フィットネスの専門家がお客様にアウトドアのアクティビティを提供するというトレンドは、2010年に始まりました。その年の調査では25位にランクインし、2011年には27位となりました。2012年～2018年にかけては、12位から14位を行ったりきたりした後に、2019年は17位、2020年は13位でした。今回、初のトップ10入りで、4位となり注目度の高さが伺えます。

TREND

5 ▸ HIIT

HIITは、2013年以前からトレンドの可能性があるものとして調査に含まれていましたが、トップ20には入っていませんでした。2014年に1位に急浮上した後、2020年までトップ5に入っています。2014年と2018年の調査で1位（2016年と2017年は3位に転落）となり、2021年も5位でした。

HIITプログラムでは、通常、高強度の運動を短時間で行い、その後、短時間の休息をとります。クラブで提供されているHIITの例はいくつもありますが、いずれも最大強度の90%以上の高強度運動を行い、その後に休息と回復の期間を設けることを重視しています。一部のフィットネス関係者の間では、HIITを行うことで怪我の発生率が高まる可能性があると警告されていますが、このエクササイズは世界中のジムで人気を博しています。

TREND

6 ▸ バーチャルトレーニング

バーチャルトレーニングが、オンライントレーニングとは別に登場するのは今回が初めてです。今回の調査では、バーチャルトレーニングを「グループエクササイズとテクノロジーの融合」と定義し、スケジュールやニーズに合わせて簡単・便利にデザインされたトレーニングを提供するものとしました。一般的に、バーチャルトレーニングはジムの大画面で行われ、ライブクラスに比べて少ない人数のお客様が参加していますが、あらゆるレベルや年齢のお客様に、これまでとは異なるグループフィットネス体験を提供しています。

バーチャルクラスは、ライブのグループレッスンの入り口として注目されています。バーチャルトレーニングは、一般的に少人数で行われ、お客様は自分のペースでトレーニングを行うことができるため、動きを覚えたい初心者のトレーニングとして最適です。オンライントレーニングと同様に、バーチャルトレーニングがトップ10に入っているのは、COVID-19の感染拡大予防に対する業界の施策ともなっています。

TREND

7 ▸ 薬としてのエクササイズ

Exercise is medicine（EIM）は、プライマリーケア医やその他の医療従事者が、すべての患者の診察の一環として、身体活動の評価とそれに伴う治療の推奨を行うものです。患者にフィットネスの専門家を紹介することを奨励することに重点を置いた、世界的な健康イニシアチブとなっています。

EIMでは、フィットネス専門家を地域社会のヘルスケアチームの一員として認識しています。EIMは、2017年のトレンドの7位にランクインした後、2018年は12位、2019年は10位、そして2020年には6位に躍進しました。

TREND

8 ▶ フリーウエイトを使ったトレーニング

これまでの調査では、「ストレングストレーニング」というカテゴリーがありました。このカテゴリーは広すぎると判断されたため、2020年に廃止され、より具体的な「フリーウェイトトレーニング」が採用されました。

フリーウェイト、バーベル、ケトルベル、ダンベル、メディシンボールのクラスは、単にバーベルを他の機能的なクラスやアクティビティに組み込むだけではありません。インストラクターは、各エクササイズの正しいフォームを教えることから始め、正しいフォームが達成された後、徐々に負荷を増やしていきます。定期的に新しいエクササイズが追加されますが、同様に正しいフォームの習得から始まります。「フリーウェイトを使ったトレーニング」は、2020年には第4位にランクインしました。

TREND

9 ▶ 高齢者向けのフィットネスプログラム

このトレンドは、2007年（第2位）からトップ10に入っていましたが、2017年に第11位まで落ちた後、復活しています。2018年には9位、2019年は4位。そして2020年には8位と継続してトップ10入りしています。

このトレンドは、ベビーブーム世代とそれ以上の世代のフィットネスニーズに応えるもので、これらの人々は一般的に、若い世代の人々よりも可処分所得が高く、フィットネス業界としても、成長市場として捉えられます。より長く生き、より長く働き、仕事を引退した後も健康で活動的な生活を送る人が増えています。

TREND

10 ▶ パーソナルトレーニング

パーソナルトレーニングは、オンライン、フィットネスクラブ、ホームフィットネスや、企業フィットネスなどで、より身近なものとなり、引き続き大きなトレンドとなっています。

パーソナルトレーニングには、フィットネステストや目標設定が含まれ、トレーナーはクライアントと1対1で、個々のニーズや目標に合わせてトレーニングを処方します。パーソナルトレーニングは2006年にこの調査が始まって以来、継続してトップ10に入るトレンドとなっています。近年においても、2017年には9位、2018年と2019年は8位となり、2020年には5位にランクインしました。

TREND

11 ▶ 健康／ウェルネスコーチング
12 ▶ モバイル・エクササイズ・アプリ
13 ▶ 資格認定を持つフィットネス専門家の雇用
14 ▶ ファンクショナル・フィットネス・トレーニング
15 ▶ ヨガ
16 ▶ 減量のためのエクササイズ
17 ▶ グループトレーニング
18 ▶ 生活習慣病対策
19 ▶ フィットネス専門家のライセンス制度
20 ▶ 成果の測定

まとめ

「オンライントレーニング」は、2020年のトレンド26位から2021年のトレンド1位になりました。これは、COVID-19の流行により、市場がクラブから家庭に移ったためと考えられます。「ウェアラブルテクノロジー」は、2018年に3位に落ちた後、2019年と2020年に1位、2021年は2位となりました。「HIIT」は、2014年と2018年にトレンド1位でしたが、2019年は3位、2020年は2位となり、2021年は5位のトレンドとなりました。その他の注目のトレンドは、アウトドアアクティビティ（4位）、バーチャルトレーニング（6位）、EIM（7位）。

トップ20から外れたのは、「サーキットトレーニング」、「職場での健康促進とワークプレイス・ウェルビーイング」、「子どもとエクササイズ」でした。

出典:ACSM　HEALTH&FITNESS JOURNAL 2021年1-2月号

【ACEフィットネスエキスパート提言】

2021年注目の9つのフィットネストレンド

COVID-19の大流行により、フィットネス業界のビジネスは環境の変化に合わせた多くの変化を余儀なくされています。この混乱は、フィットネスソリューションを提供する新しい方法を生み出すことで、お客様との関わり方を変えるきっかけになったと考えるのがベストです。元下院議員でシカゴ市長のラーム・エマニュエル氏がかつて言ったように、「重大な危機を無駄にしてはならない」のです。それは、今までできないと思っていたことを実行するチャンスなのです。

ヘルス&フィットネスの専門家はこの考え方を応用して、ビデオストリーミングサービスを利用してワークアウトソリューションを提供する新しい方法を見つけたり、社会的な距離を適切に保つことができるアウトドアスペースを活用するなど、強制的な施設閉鎖に対応してきました。

そこで問題になるのが これらの対応は、パンデミックに対処するための一時的な解決策に過ぎないのか、それとも近い将来、フィットネスの風景の一部になるのか。そして重要なことは、これらの変化が、ヘルス&フィットネスの専門家が来年に向けて生計を立てるうえでどのような影響を与えるかということです。

未来を確実に予測することはできませんが、この試みは、米国および世界中のマシンメーカー関係者、フィットネスクラブ運営経営者や運営者、フィットネススタジオオーナーなどとの会話に基づいています。来年のビジネス計画を立てる際の参考にしていただけるよう、各予測には、それがヘルス&フィットネスの専門家にとってどのような意味を持つのか、また、それが来年のあなたのビジネスにどのような影響を与えるのかを示しています。

1 ▶ストリーミングレッスン

インターネットに接続された画面にトレーニングを配信するストリーミングサービスは、非常に人気が高く、今後もその傾向が続くと思われます。ワークアウトの種類の多さと、インストラクターや参加者同士が交流できるチャット機能のおかげで、自宅にいながらにしてスタジオのような体験ができるのです。

ニューヨーク州バッファローでサイクリングインストラクターをしているジェシカ・シナラジャさんは、こう話します。

「ストリーミングのプラットフォームでは、一人でトレーニングをしていても、オンライン上でコミュニティを感じることができます。ワークアウトの成果を投稿することで達成感が得られ、プラットフォーム上でワークアウトをしている他の人とモチベーションを共有することができます」

2021年には、スタジオレッスンの定員制限により、多くの施設が、スタジオから直接ワークアウトをストリーミングするハイブリッドサービスを提供するようになるでしょう。テクノロジーの発達により、多くの施設が独自のストリーミングサービスを構築し、スタジオでリアルのクラスに参加するメンバーもいれば、自宅で汗を流すメンバーもいるようになるでしょう。まだストリーミングサービスを導入していないフィットネス施設は、グループワークアウトを提供するためのバーチャルソリューションを見つける必要があります。そうすることで、コーチたちとメンバーが新しい関係性を築くことができ、定着率の維持に寄与するからです。

2 ▶アウトドアプログラム

各国政府は、ウイルスの拡散を抑えるために、外出自粛や営業制限を要請しています。多くの地域で、フィットネス施設の営業再開が許可されていますが、アウトドアでのワークアウトを提供することが条件の一つとなっています。南カリフォルニア、アリゾナ、フロリダなどの温暖な地域のヘルスクラブやスタジオでは、設備やクラスを屋外に移すなどして対応しています。

また、映画鑑賞やプロスポーツ観戦といった人気のレジャーが営業停止になったことを受けて、多くの人々がウォーキングなど身近なアウトドアアクティビティの良さを再認識し、公園やハイキングコースなどのアウトドアスペースを活用しています。また、サイクリングやローラースケート、インラインスケートなどのアクティビティも人気が復活しています。ミズーリ州にあるプライム・フィットネスの共同経営者でありパーソナルトレーナーのクリスティ・ジルーさんは、こう話します。

「家族全員で参加できるアウトドアクラスは、当クラブの人気クラスとなっています。さらに、地元の公園でエクササイズをする人も増えています。アウトドアでは、社会的距離が保てるために安心して運動ができるからです」

人々がアウトドアでフィットネスをする新しい方法を求めていることは、ヘルス&フィットネスの専門家にとって、新たな市場が開拓できるチャンスとなります。アウトドアで楽しく最大の効果が提供できるようになることで、メンバーやクライアントの継続を促すことができる可能性が広がっています。

3 ▶ホームガレージジム

フィットネスクラブやスタジオの営業規制を受けて、多くの生活者が自宅のガレージをジムのようにするべく、あらゆるフィットネス機器を買い集めています。

しかし、自宅にエクササイズ機器を揃えても、その使い方を正しく学ぶことはできません。ガレージジムの爆発的な人気は、同時に、エクササイズ指導を専門とするヘルス&フィットネス関係者にとって、新たな顧客層へのサービス提供の機会を数多く生み出すことになるでしょう。

4 ▶健康のためのフィットネス

肥満とCOVID-19の合併症との関連性を示唆する証拠など様々な理由により、多くの人が身体活動を活発にし、健康増進のために運動を始める動きが出てきています。

英国で行われた研究結果によると、パンデミックの影響で、ウイルスによる合併症のリスクが高い高齢者の間で、身体活動や運動に対する新たな関心が高まっている可能性があります。

運動と免疫系に関する最近のCERTIFIEDの記事でも指摘されているように、定期的な運動と、健康的な生活習慣を組み合わせることで、免疫系が強化されることはよく知られています。

健康意識の高まりにより、フィットネス参加者が増えることで、ヘルス&フィットネスの専門家にとって新たな市場が生まれます。運動によって、健康のリスク要因を減らし、健康全般を改善するための運動プログラムを指導する機会が増えるでしょう。

ACE（American Council on Exercise）とは
1985年にグループフィットネスやダンスエアロビクス指導者の認定や育成団体として発足、行動変容やヘルスコーチングまでの包括的なアプローチが支持され、90,000人以上のインストラクターやエクササイズの専門家が登録している。

5 ▶SNSでのエクササイズ情報提供

2021年には、多くの人がフィットネスに関する情報を検索して入手する手段として、ソーシャルメディア（SNS）が引き続き主流になると考えられます。フィットネスを始める人が増えるにつれ、SNSのプラットフォームを利用して、エクササイズプログラムを探す人も増えています。Facebook、Instagram、YouTube、TikTokなどのプラットフォームを活用して潜在的な顧客を惹きつける方法を知っている健康・運動関連の専門家は、このような新しいビジネスチャンスを活かすうえで、優位性を持っています。オンラインでワークアウトを提供するビジネスを展開したいと考えているヘルス&フィットネス関連の専門家の方は、今こそSNSの活用法をマスターしましょう。

6 ▶高強度インターバルトレーニング（HIIT）

高強度インターバルトレーニング（HIIT）は、短時間で結果を出すことができるため、2021年も引き続き人気のエクササイズとなるでしょう。

しかし、これまでと違う考慮すべきこととして、HIITワークアウトへの参加に慣れている層の人も、長期的な外出自粛と、1年歳をとったことで、トレーニングの強度や内容を、年齢層や参加者に合わせて調整する必要が出てくることです。ワークアウトプログラムに参加する高齢者の多くは、人生の大半をエクササイズに費やしている人も多く、チェアエアロビクスよりもHIITワークアウトを行う可能性が高いことを覚えておいてください。

HIITは、有酸素運動能力の向上、筋肉の成長を促すホルモンの増加、健康的な体重管理などの効果に加えて、新しい脳細胞の成長を促すタンパク質であるBDNFを増加させるという研究結果が出ています。つまり、認知症やアルツハイマー病のリスクを減らしたい高齢者は、週に1～2回のHIITワークアウトを運動プログラムに加えることを検討すべきだということです。

IDEA 2020のフィットネスビジネスリーダー・オブ・ザ・イヤーを受賞したトリシア・マーフィー・マデンさんは、40歳以上の身体に特化したHIITグループプログラム「Your Body 2.0」を考案しました。彼女のプログラムは、高強度でありながらあらゆる年齢層の参加者が実施可能なワークアウトを提供することで、高齢者のHIITニーズにも安全に応えることができることを示す一例です。

7 ▶リカバリープログラム

2021年は、高齢化社会が進行する中で、ジムの内外を問わず活動的な人々が増えていることもあり、運動後のリカバリープログラムが注目される年になると考えられます。

モビリティを高める自重ワークアウト、筋膜リリースのためのガンタイプのマシンや、フォームローラーの使用、コンプレッションウェアの使用などは、運動後の回復を促進するために有効なアプローチであり、来年はさらに人気が高まるでしょう。

また、免疫系に良い影響を与えるという理由から、睡眠がもたらす健康上のメリットにも注目が集まっています。赤外線保温効果のあるベッドシーツや、心拍変動などの生体情報をモニタリングしながら自動で温度調整を行うスマートマットレスなど、睡眠による健康増進を期待できる製品が続々と登場しています。

このようなニーズに応えるために、健康・運動関連の専門家は、リカバリーテクニックに関する知識を深め、お客様がそうしたプログラムの効果を実感できるようなソリューションを提供していく必要があります。

8 ▶瞑想とマインドフルネス

瞑想やマインドフルネスは、ストレスを軽減し、ポジティブな考え方をサポートする効果があるため、2021年以降、フィットネスの主流となることが予想されます。例えば、ワシントンD.C.郊外にあるヘルスクラブ「St.James」のコンテンツ・プログラミング担当ディレクターであるロブ・クラムさんは、2021年は会員にとって瞑想が人気のオプションとなることを計画していると述べています。

ネイビーシールズのような軍隊の特殊作戦チームが、ストレスの多い環境下で最適なチームワークを実現するために、瞑想のようなマインドフルネスセッションを導入しています。こうした動向が、一般生活者のフィットネスとして浸透するのも時間の問題でしょう。瞑想は脳のエクササイズだと考え、ヘルス&フィットネスの専門家が、瞑想の効果や実践方法を理解することで、クライアントの潜在的なニーズに応えることができるようになるでしょう。

9 ▶家族でフィットネス

業界の専門家が共通して挙げた動向に、この1年で、家族が一緒にフィットネスに取り組むという新しい機会が生まれたということです。2021年には、家族全員を対象としたフィットネスプログラムが増加すると考えられます。

多くのキッズスポーツがパンデミックの影響を受けましたが、親は子どもをレクリエーション活動に参加させることで対応しています。ウィスコンシン州マディソンを拠点とするACE認定パーソナルトレーナー兼TRXマスタートレーナーのシャーナ・ヴェーステゲン氏は、公園で鬼ごっこやフラッグフットボールなどの昔ながらの遊びをする家族が増えてきたと言います。

「これは、ヘルス&フィットネスの専門家にとって、家族全員が参加できるプログラムを開発する機会となります」

まとめ

COVID-19感染拡大の結果、一般生活者の健康意識は高まり、そのために運動が果たす役割や必要性について理解を深めています。これにより今後、パーソナルトレーナーや、ヘルスコーチ、グループフィットネスインストラクターの指導を必要とする新たな消費者が生まれることになります。フィットネスの提供方法は2021年も進化し続けるものの、運動が個人の生活の質を大きく向上させるという事実は不変です。

2020年は挑戦と変化の年でしたが、挑戦し、変化を受け入れたヘルス&エクササイズの専門家は、2021年以降、大きな成長の機会を得ることができるでしょう。

出典:https://www.acefitness.org/education-and-resources/professional/expert-articles/7759/9-fitness-trends-to-look-for-in-2021/

【RunRepeatフィットネストレンド調査】

フィットネスの新潮流 グローバルレポート2021

パンデミックは、フィットネス業界に劇的な変化をもたらし、人々の運動や健康維持への取り組み方に大きな変化をもたらした。

そこで、世界122カ国、4,538人の活動的な成人（ジム会員1,990人、ランナー2,712人）を対象に、2021年のフィットネスの最新トレンドについて調査を行った。（「活動的な成人」とは、2020年初頭に定期的な運動をしていたと回答した人）。

これらの回答者に対して、パンデミック前の2020年初頭と比較して、2021年にフィットネス活動として何を選ぶかをきいた。

本レポートでは、2020年から2021年へのトレンドの変化を分解し、人口統計学的な違いと、ジムメンバー1,990人とランナー2,712人の2つのコホート研究との比較を示している。調査は、2020年11月4日から2020年11月28日の間に、RunRepeat.comで実施した。

主な調査結果

☑ アウトドアでのフィットネスは、2021年に向けて最も人気のあるフィットネストレンドである。	○アクティブな成人の59.1%が、2021年に健康を維持するための最良の方法として、ランニング、トレーニング、ハイキング、ウォーキングなどのアウトドア活動を選択し、2020年初頭から14.6%増加している。 ○ジム会員の39.4%も、2021年にはランニングなどのアウトドアエクササイズに切り替えている。
☑ 2021年に向けて、市場が急速に成長するフィットネストレンドは右記の3分野である。	①ホームフィットネス機器（49.6%増） ②パーソナルトレーナー／栄養士（47.5%増） ③オンラインフィットネスコース、クラス、サブスクリプション（16.8%増）
☑ ホームフィットネスは、アクティブなアメリカ人の間で爆発的に成長している。	○アクティブなアメリカ人は、2021年にフィットネスの目標を達成するための最良の方法として、ホームフィットネス機器（218.3%増）とオンラインフィットネス（134.7%増）の両方が大幅に増加した。 ○ジムメンバーの間でも、ホームフィットネス機器（115.9%増）とオンラインフィットネス（93.3%増）の両方が大幅に増加している。
☑ 2020年に最も影響を受けたのは、ジム、ヘルスクラブ、グループエクササイズクラスのメンバーシップとなっている。	2021年にもそのトレンドは継続することが予想され、ジム、フィットネスクラブ、スタジオ利用を選ぶ人は60.5%減少している。

世界のフィットネストレンド2021

「アウトドアフィットネス」が2021年にかけての、人気トレンド第1位となっている。「アウトドアフィットネス」とは、ランニング、ハイキング、ウォーキング、サイクリング、クライミングなどで、アクティブな成人の59.1%が最良のフィットネス活動として選んでいる。

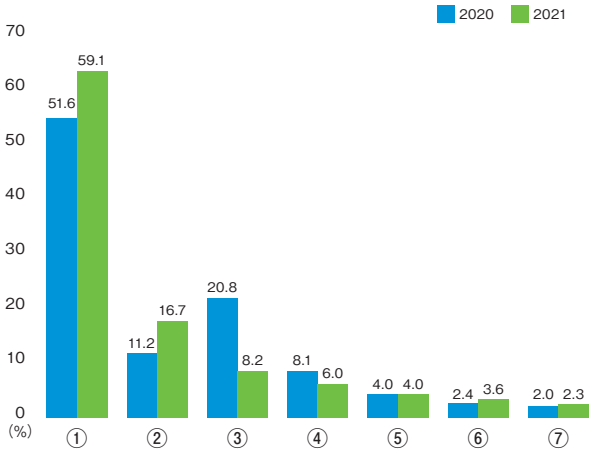
「ホームフィットネス機器」が、2番目に人気のあるトレンドとなっている。16.7%の成人が最善のフィットネス活動と考えており、「ジムメンバー」を選ぶ人が、2020年の20.8%から8.2%に下がっており、2021年には「ホームフィットネス」を選ぶ人が「ジムメンバー」を選ぶ人の倍となっている。

「ホームフィットネス機器」は、2021年のトレンドの第2位であることに加えて、2020年初頭の調査時から49.6%増加し、最も急速に成長しているフィットネストレンドとなっている。

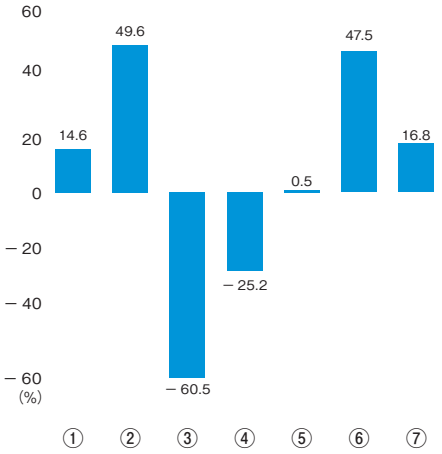
2021年高い成長率が見られるトレンドの2位と3位は、パーソナルトレーナーや栄養士（47.5%増）と、オンラインフィットネス（16.8%増）となっている。

一方、2020年から2021年にかけて最も打撃を受けた2つのトレンドは、「ジム、ヘルスクラブ、グループエクササイズのメンバーシップ」（60.5%減）と「スポーツ」（25.2%減）となった。

2021フィットネストレンド：
アクティブな成人が「最適なフィットネス」として選ぶ活動



2020-2021フィットネストレンド増減比較：



①アウトドアフィットネス（ランニング、ハイキング、ウォーキング、サイクリング）
②ホームフィットネス機器
③ジムメンバー（フィットネスクラブ、ジム、スタジオ）
④スポーツ
⑤その他
⑥パーソナルトレーナーや栄養士
⑦オンラインフィットネス（コース、クラス、サブスクリプション）

RunRepeatとは
2015年設立。毎月100万人以上が訪れるオンラインのスポーツシューズ専門サイト。400万人のアスリートと12,000人の専門家によるレビューのデータベースを擁し、独自のアルゴリズムでレビューを0〜100のスコアにすることで、ユーザーがオンラインで自分に最適なシューズが選べるようになっている。各種のユーザー調査も実施している。

1 ▸ 2021年の人気トレンド第1位は「アウトドアフィットネス」

2020年と2021年では、アウトドアでの運動が、最も人気のフィットネス活動となった。「アウトドアフィットネス」とは、ランニング、ハイキング、ウォーキング、サイクリングをはじめ、アウトドアで行う各種のワークアウト、エクササイズ、トレーニングを指す。

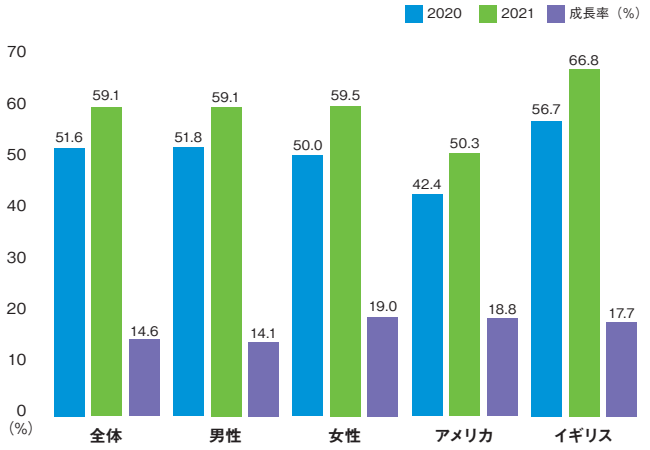
「アウトドアフィットネス」でのエクササイズは、アクティブな成人の59.1%が、2021年に健康を維持するための最良の方法として選んでおり、2020年当初より14.6%増加している。

英国では、米国と比較して、アウトドアでの運動を志向する人が多いことが分かる。

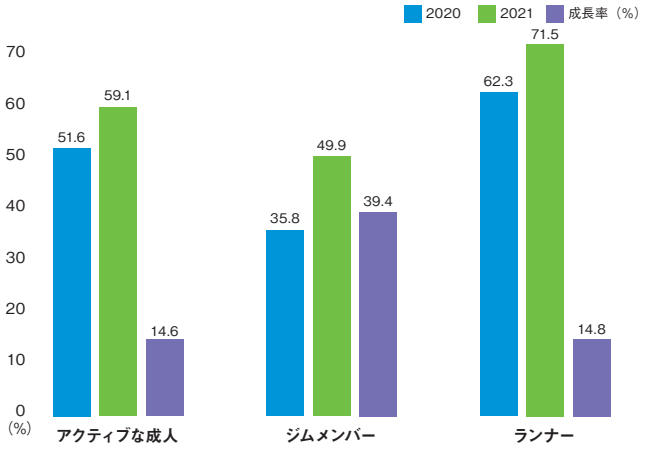
またアウトドアの運動は、女性の間でより人気が高まっており、成長率で見ると、女性が19.0%と、男性の14.1%に比べて高くなっている。

ジムメンバーの半数である49.9%が、2021年の最適なフィットネス活動としてアウトドアを選んでおり、2020年初頭の調査時から39.4%増加している。

「アウトドアフィットネス」が、2021年最も人気のフィットネス活動に



「アウトドアフィットネス」を選ぶ割合：属性別分析



2 ▸ 2021年の急成長トレンドは「ホームフィットネス機器」

ロックダウンが始まってから、多くの人が運動の方法を大きく変えた。そこで急成長したのが「ホームフィットネス機器」の活用である。ホームフィットネス機器を新たに購入するか、すでに持っているホームフィットネス機器を活用するという動向が顕著に見られた。

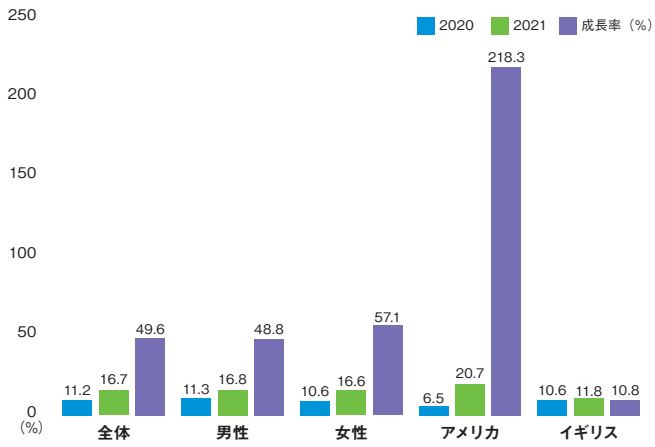
アクティブな成人が、「ホームフィットネス機器」を最適なフィットネスとして選ぶ割合は49.6%増加し、2021年に最も成長したトレンドとなった。
特に米国では、このトレンドは218.3%と爆発的に伸びている。

英国では、このトレンドはあまり見られておらず、2021年に「ホームフィットネス機器」を選ぶ人は、11.8%に留まっている。

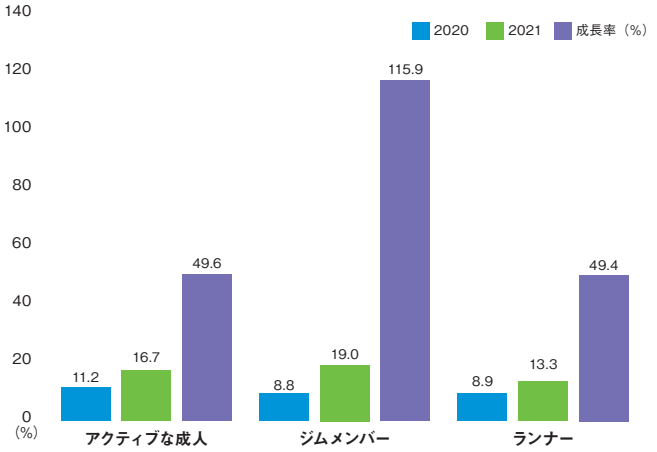
また、女性のほうが男性よりも、「ホームフィットネス機器」を選ぶ人が増える割合は高い傾向が見られる。

これまでジムに通っていた人の中にも、2021年に「ホームフィットネス機器」を最適なフィットネス活動として選ぶ人が増えており、2020年のわずか8.8%から2021年には19.0%と、115.9%増加している。
「ホームフィットネス機器」は、アクティブな成人とランナーにも2番目に人気があり、どちらも50%近い伸びを示したトレンドとなった。

「ホームフィットネス機器」は、2021年最も成長率の高いトレンドに



「ホームフィットネス機器」を選ぶ割合：属性別分析

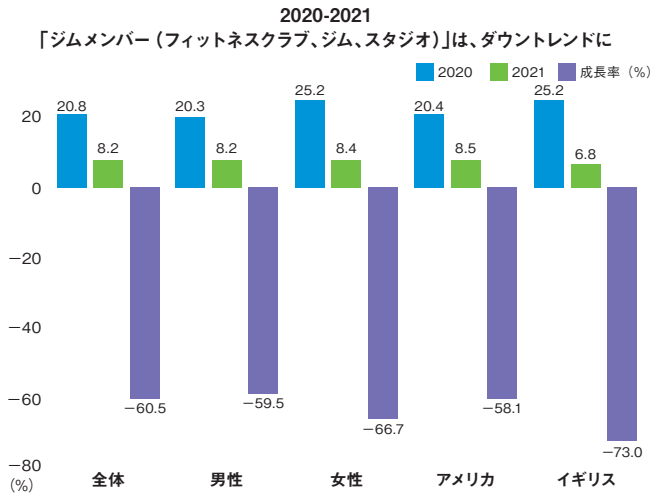


3 ▸ 2021年に向けての ダウントレンドは、「ジム会員」

パンデミックの最中、フィットネス業界は困難に直面している。2020年4月の最初のロックダウンを抜ける前に、10%以上の会員がすでに会員権を解約。年が進むにつれ、さらに厄介な兆候を示す調査が相次いだ。

2020年初頭の調査時には、活動的な成人の20%が、「ジム会員」を最適なフィットネス活動としていたが、2021年には、8.2%に落ち込み、60.5%もの減少となった。

英国ではさらにジム離れが深刻な調査結果となっており、2020年当初の25.2%から、2021年では6.8%に落ち込み、ジムを支持する人が73.0%減少している。



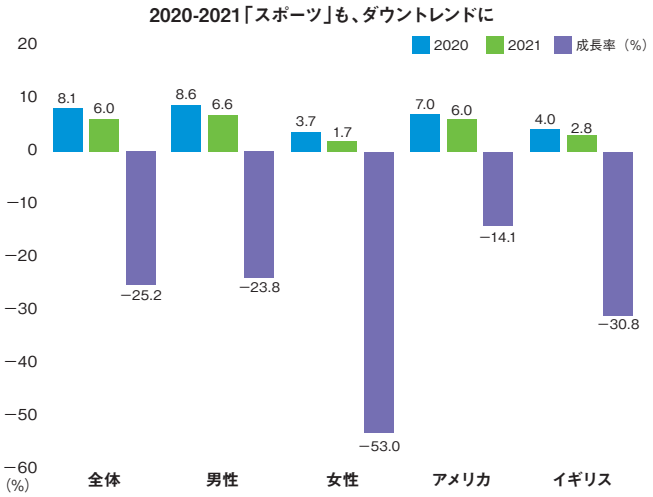
4 ▸ 2021年、「女性のスポーツ離れ」も顕著に

スポーツは、アクティブで健康的な生活を送るうえで最適な方法の一つである。だが残念ながら、パンデミック時にはソーシャルディスタンスを置く必要があるため、2021年にはスポーツへの参加意向が大幅に減少した。

健康維持のためにスポーツに参加するアクティブな成人の割合は、1年間で25.2%減少し、2021年にもスポーツを最適なフィットネス活動として選ぶ人は6.0%に留まっている。

女性の減少率は高く（53.0%減）、男性の減少率（23.8%減）の2倍以上となっている。

イギリスでもスポーツ離れが懸念されており、スポーツを選ぶ人の割合は30.8%減少し、米国の14.1%減少の2倍以上となっている。



5 ▸ 2021年、「パーソナルトレーナーや栄養士」を利用する人も増加トレンドに

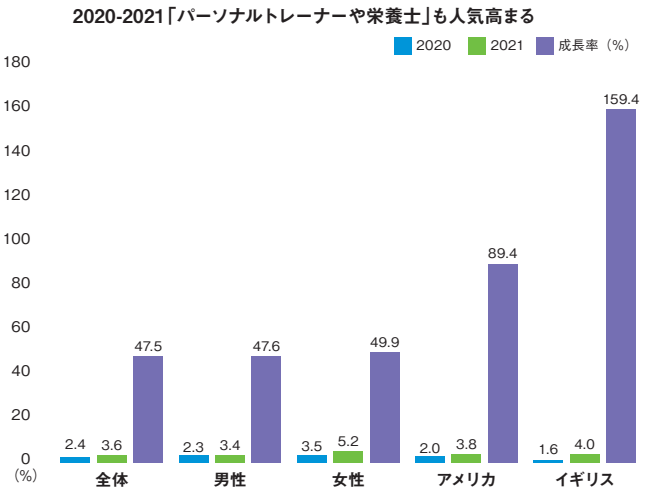
「パーソナルトレーナーや栄養士」はかけがえのない専門家であり、2021年に向けて、より多くの人が最適なフィットネスのために活用しようとしている。

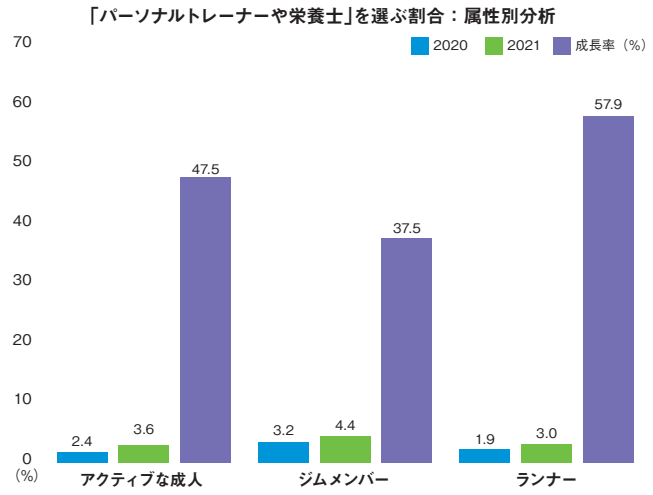
特にイギリスでそのトレンドは顕著で、2021年に「パーソナルトレーナーと栄養士」を、最適なフィットネス活動として選ぶ人の割合は159.4%と大きく伸びている。

イギリスよりも成長率は低いものの、アメリカでも89.4%伸びている。世界的には47.5%の伸びとなっている。

「パーソナルトレーナーや栄養士」を選ぶ人は、ジムメンバーが最も多く、2020年（3.2%）、2021年（4.4%）となっている。

伸び率が高いのはランナーで、「パーソナルトレーナーや栄養士」を選ぶ人が1年間で57.9%増加したと報告されている。





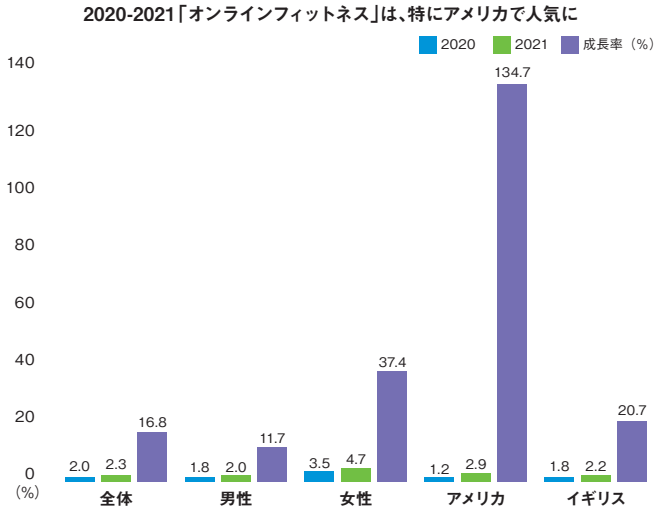
6 ▸ アメリカでは、「オンラインフィットネス」が急伸

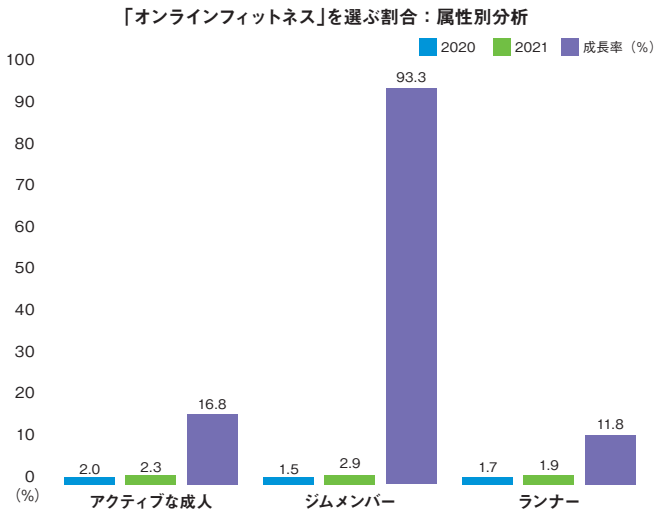
オンラインフィットネスコンテンツ、コース、クラス、サブスクリプションも、2021年の最適なフィットネス活動として選ぶ人が急増している。

オンラインフィットネスのトレンドは、特にアメリカで爆発的に広がっており、2021年に向けて134.7%の伸びを示している。

また、オンラインフィットネスは女性に人気で、2020年と比較して37.4%増加し、男性（11.7%増）の3倍以上の伸びとなっている。

前述の「ホームフィットネス機器」のトレンドで見たように、「オンラインフィットネス」を選ぶ人の割合が最も大きく伸びたのは、「ジム会員」（93.3%）となっている。





7 ▸ 2021年、運動不足の成人は、どのように健康になろうとしているか

今回の調査では、パンデミック前に必ずしもすべての人が活動的だったわけではなく、運動量が少なかった人が、ロックダウン中に最も運動量が増加したことが分かった。

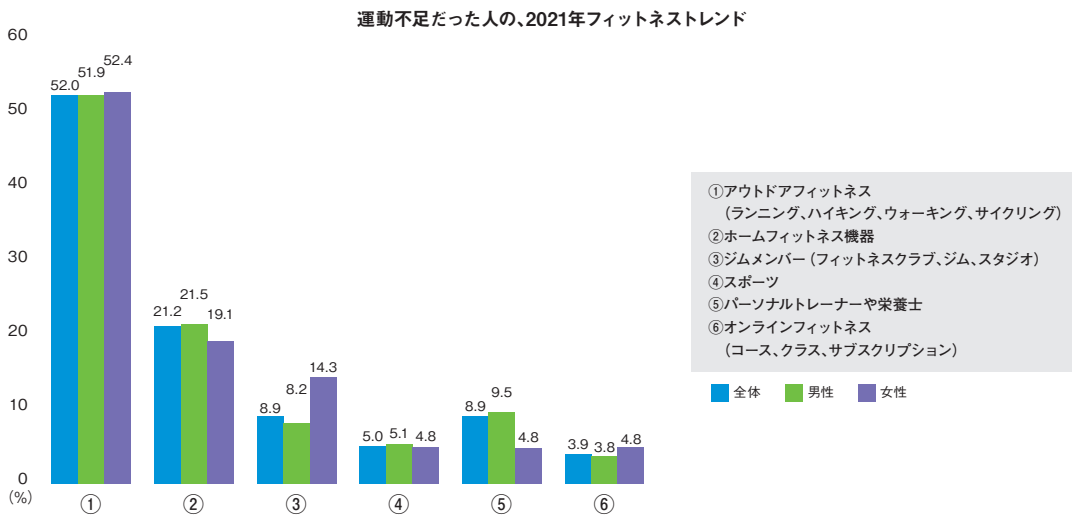
そこで、非活動的な成人が、活動的な成人と比較して、どのようなフィットネス活動を志向しているのかを調べた。

調査対象者のうち、2020年初頭には運動をしていなかったと回答した成人は6.19%で、以下、「非活動的な成人」としてデータをまとめた。非活動的な成人では、「アウトドアでのフィットネス」を選ぶ人が多いものの、52.0%と、活動的な成人の59.1%と比較すると、若干少ない。

一方、「ホームフィットネス機器」を選ぶ人は、非活動的な人の21.2%が志向しており、活動的な成人の16.7%と比べて、選ぶ人が多いことが分かる。

男性のみで比較すると、非活動的な男性は「パーソナルトレーナーや栄養士」と「オンラインフィットネス」を選ぶ割合高い。

女性のみで比較すると、非活動的な女性は、「ジムメンバー」と「パーソナルトレーナーや栄養士」を選択する割合が高い。



出典:2021年3月26日 https://runrepeat.com/fitness-trends　Posted by Nicholas Rizzo

two-nagual

暮らしとスポーツが“つながる”

サイトOPEN！

株式会社クラブビジネスジャパン（東京都渋谷区 代表取締役・古屋武範）は、アウトドアスポーツを愉しむ新メディア=フィットネスとスポーツが“つながる”「two-nagual」を、2021年4月1日にリリースしました。

フィットネスとスポーツが“つながる”「two-nagual」では、フィットネスクラブ会員のフィットネス継続を目指し、withコロナの時代のクラブ経営に対応した、アウトドアと健康、スポーツツーリズムが“つながる”イベントをクラブ会員向けに企画・紹介していきます。

新メディアリリースに伴い、第1弾イベント「two-nagual トレッキング」を、一般参加者募集に先立ち、フィットネスクラブ各社のクラブinクラブ運営担当者、新規プログラム導入担当者などに向け、モニター催行します（現在、募集は終了しております）。

4月からの毎月1回、全3回のイベントでは、トレッキングの基礎から実践のワークショップ、コミュニティ形成に役立つBBQ、フリースペースや公園で愉しめるグループでのプレコリオのフィットネスプログラム「FITNESS CAMP for OUTDOOR」を体験します。

＼ アウトドアスポーツを介して、クラブ会員の皆さまのフィットネス継続をサポートします！ ／

- アウトドアイベントの開催情報
- トレッキングなどアウトドアスポーツの基礎講座（動画）
- イベント講師など、アウトドアの達人の“仕事観”インタビュー
- アウトドアスポーツを愉しめるフィットネスクラブの活用法

https://two-nagual.fitnessclub.jp

本件に関するお問合せ：暮らしとスポーツが“つながる”「two-nagual」事務局　TEL.03-5459-2841
株式会社クラブビジネスジャパン（大田原・岩井）　two-nagual@fitnessclub.jp

＼ 日本マタニティフィットネス協会（JMFA）からお知らせ ／

2021年4月～2022年3月 講習会予定情報！

マタニティ・産後プログラムはもちろん、プレマタニティ（妊活）・メノポーズケア（更年期）と幅広く開催！

期間限定で講習会受講料割引キャンペーン開催！なんと、**一般価格（当協会非会員）、10%OFF！**

一般価格の各講習会キャンペーン価格は、下記各講習会情報をご覧ください。当協会会員割引も実施！詳細は、協会HPをご覧ください！

※キャンペーン期間：2021年4月1日～2022年3月31日までに開催する講習会

マタニティビクス

受講料　197,945円 → **178,151円**
日程　講義6/22（火）・23（水）
実技7/8（木）～11（日）
試験対策　8/14（土）試験：8/15（日）
会場　講義/Zoom
実技/Studio growpoint
（東京豊島区・南長崎）
次回開催　2022年1月予定

マタニティヨガ

受講料　171,600円 → **154,440円**
日程　講義6/22（火）・23（水）
実技7/1（木）～3（土）
試験対策　8/7（土）試験：8/8（日）
会場　講義/Zoom
実技/Studio growpoint
（東京豊島区・南長崎）
次回開催　2022年1月予定

ママヨガwithベビー

受講料　126,995円 → **114,296円**
日程　6/3（木）～5（土）
試験　7/4（日）
会場　OKJ芽育スタジオ
（東京品川区・青物横丁）
実技/Studio growpoint
（東京豊島区・南長崎）
次回開催　11/4（木）～11/6（土）予定

ママフィットwithベビー

受講料　126,995 → **114,296円**
日程　9/2（木）～4（土）
試験　10/3（日）
会場　Studio growpoint
（東京豊島区・南長崎）
次回開催　2022年2月予定

ベビービクス＆ベビーヨガ

受講料　122,100円 → **109,890円**
日程　8/19（木）～21（土）
試験　9/19（日）
会場　OKJ芽育スタジオ
（東京品川区・青物横丁）
次回開催　2022年2月予定

プレマタニティフィット（妊活）

受講料　88,330円 → **79,497円**
日程　10/6（水）・7（木）
試験　11/7（日）
会場　Studio growpoint
（東京豊島区・南長崎）

メノポーズケア（更年期）

受講料　87,835円 → **79,052円**
日程　11/17（水）・18（木）予定
試験　12/19（日）
会場　Studio growpoint
（東京豊島区・南長崎）

JMFAが展開する安心・安全のプログラムを導入しませんか？
産後のプログラム、プレマタニティフィット（妊活）・メノポーズケア（更年期）のプログラムは、導入費無料ですぐに導入可能です！ オンラインでも実施可能（要相談）！

※当協会が展開するマタニティプログラムは、当協会の登録施設でしかレッスンできません。
詳細は、お問い合わせください。

一般社団法人 日本マタニティフィットネス協会
JAPAN MATERNITY FITNESS ASSOCIATION

協会・養成講座の詳細はコチラ▶

〒152-0035　東京都目黒区自由ヶ丘1-4-6 ヒューマンハーバー 4階
TEL：03-3725-1103　FAX：03-3725-1104　http://www.j-m-f-a.jp
講習会のお問い合わせ・お申し込み　担当：金子　E-mail：kaneko@j-m-f-a.jp
プログラム導入のお問い合わせ　担当：吉住　E-mail：yoshizumi@j-m-f-a.jp

認定インストラクターは全国のフィットネスクラブ、専門スタジオ、公共施設、医療施設等で活躍しています。協会プログラムにご登録頂き指導することができます。

アクティブエイジング
サビないジブンに

人生をアクティブに愉しむ人のための
スーパーオイルサプリメント

LYPRINOL® ADVANCED
SYNERGISTIC ACTION
リプリノール® アドバンス

スポーツジム、トレーナーの体と経営をサポートします

マージンシステム

施設様 → ❶ご推奨 → 購入者様
購入者様 → ❷購入 → 運営 株式会社 V and P
運営 株式会社 V and P → ❸利益 → 施設様

マージンシステムのメリット

- オンラインからの購入で施設様にマージンバック!
- 施設様在庫の負担がゼロ!

施設利用者が弊社HPで施設コードを入力して購入された分の利益を分配

新規ビジネスパートナー募集開始!

お問い合わせは下記連絡先まで。
contact@lyprinol.jp

製品情報はコチラ

株式会社 V and P　問い合わせ先（カスタマーサービス）［電話番号］0570-040910　lyprinol.jp

元オリンピック選手やギネス記録をもつ シニアアスリートも使用!

スキーヤー
SAJアルペン競技アドバイザー
佐々木 明さん

体の不安がないことで気持ち的にも強くなれた、僕にとって最高のスーパーオイル

オリンピックに出場していた頃から体を酷使していた上に、フリースタイルスキーに転向後、さらに体の負担が感じられ、アスリートとしてのコンディションを思うように保てなくなってしまったんです。でも、「リプリノール® アドバンス」を飲むようになってからトレーニングが順調に進み、徐々に悩みもなくなって、驚きました。その後、すぐに全日本マスターズの大会で約600人中、レースで優勝。やはり体に自信を持てたことが気持ち的な強さにつながったと思います。実は現役時代からサプリメントを信じていなくて、そういったものを一切体に入れたことがありませんでした。でも、これだけの実感ができたことでその考えを改める決意とともに、この出会いに感謝しています。

「やってやるんだ」という気持ちがあると展望が開ける

やっぱり夢があると、「夢に向かって俺はいけるんだ」って思います。やっぱりアクティブじゃないと駄目ですね。ハワイで行われるアイアンマン世界選手権に次回も挑戦して『世界最高齢のアイアンマン完走者』この記録を更新したいなと思っております。

世界最高齢トライアスリート
稲田 弘さん

秀ノ山親方
（元大関琴奨菊）

リプリノール® アドバンスとの出会い

スポーツに精通している松嶋啓介シェフより、膝のサポートのためにと、リプリノール® アドバンスを紹介して頂き飲み始めました。長年ケガに悩まされ、毎日テーピングでガチガチに固めて使っていた膝は、不安との戦いでもありました。リプリノールを飲んでからは、関節の健康維持をサポートしてくれることからも感覚的な安定、安心、自信につながりました。相撲は「心技体」と言われていますが、自分は『体心技』をモットーにしていた為、最後まで全力で力士人生を全うできました。

運動機能の低下予防には毎日の「運動」と「食事」が大切です

運動機能維持のために重要な栄養素

タンパク質
筋肉・筋力をパワーアップ!

脂 質
重要なエネルギー源!

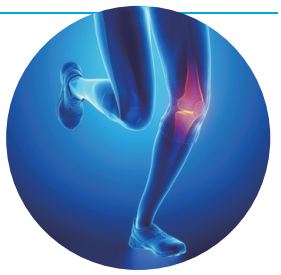
カルシウム、ビタミンD
骨、関節、筋肉を丈夫にする!

必須脂肪酸であるオメガ-3脂肪酸

運動機能低下予防に特に大事な栄養素である脂質は主に脂肪酸とグリセリンから構成されますが、その中でも昨今注目されているのが体内では合成できない必須脂肪酸である**オメガ-3脂肪酸**とオメガ-6脂肪酸です。オメガ-3脂肪酸は青魚や一部の貝類などに含まれます。

オメガ-3脂肪酸に期待される健康効果

白血球などの働きを抑制し、過度な炎症や身体の不調を抑える効果（**筋肉・関節の損傷の修復力・改善**など）があります。



リプリノール® アドバンス4つの特徴

1. スーパーオイル「ESPO-572®」

主要成分「ESPO-572®」は体内では合成できないDHAやEPAといった**オメガ-3脂肪酸**を始めとした91種類の脂肪酸からなるスーパーオイルです。

2. 100%ナチュラルオイルだから安心安全

1年間に6000回も水質調査が行われるニュージーランド政府が管理する美しい海、マールボロ・サウンズで育ったモエギイガイにこだわって製造しました。

3. 新鮮なオイルを生きたまま抽出

オメガ-3脂肪酸は熱によって酸化しやすいのですが、原料となるモエギイガイの収穫後2時間以内に、非加熱で酸化させない特別な製造工程で脂肪酸を抽出することに成功しました。

4. インフォームドチョイス認証取得

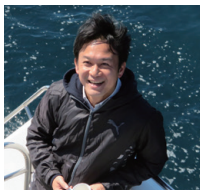
世界基準のアンチドーピング認証であり、厳しい認証プロセスと品質管理を経て認証されるインフォームドチョイス認証を取得しております。

INFORMED WE TEST・YOU TRUST
CHOICE
インフォームドチョイス

海洋生物資源専門研究者も推奨「リプリノール® アドバンス」

リプリノール® アドバンスの主要成分である「ESPO-572®」は91種類の脂肪酸を含む海洋性脂質から構成されるオイルです。その中にはDHAやEPAを超える作用が期待される「フラン脂肪酸」も含まれています。

北海道大学大学院
薬学研究院 教授
脇本 敏幸先生



全米エクササイズ＆スポーツトレーナー協会

NESTA
National Exercise & Sports Trainers Association

TRAINER USA

BEST EDUCATION 2021

Accelerate Your Personal & Professional Development

YOUR DREAM WE MAKE IT!

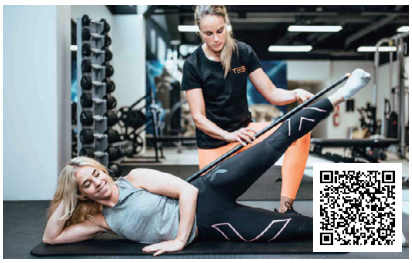
FUN EXCITING LEARNING ENVIRONMENT!

パーソナルトレーナーの資格なら NESTA

全米エクササイズ＆スポーツトレーナー協会（NESTA）が提供する資格取得プログラムは、全 26 資格。パーソナルトレーナーの成功の鍵となる基礎理論・指導スキル・コミュニケーション・ビジネススキルまでのあらゆる点でトレーナーの皆様の学習をサポートし、数々のプロフェッショナルな人材の育成を行ってきました。NESTA のライセンスを取得するということは、ビジネスマインドと身体的知識・技術をバランスよく身につけ、多くの企業に必要とされる力を身につけた「プロのトレーナー」として認知されるということです。

NESTA だからこそできること

NESTA はこれまで、さまざまな業界・さまざまな現場で求められる「即戦力人材」の育成に長年携わってきました。そんな実績のある NESTA だからこそ、多様化するクライアントのニーズに本当の意味で応えることのできる教育プログラムを数多くご提供することが可能です。WEB やオンラインの講座では感じることのできない、NESTA だけのプロの指導を、ぜひ肌で体感してみてください。



モビリティアナリスト

独自の分析ツールで可動域の「見える化」を実現した、NESTA だけのスペシャルプログラム。正確な評価、そして数字を読み解く分析スキルを身につけることは、これからのトレーナーに必要不可欠。あらゆるニーズに対応できるトレーナーに!

●東京：5 月 10 日（月）・11 日（火）

スポーツパフォーマンススペシャリスト

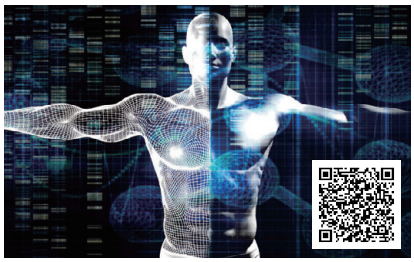
アスリートのパフォーマンスアップをとことん追求した資格取得講座。一般のトレーニングとは異なるメンタル面の強化方法やスキル強化の専門指導を学びます。プロも実践する「勝てる体」作りのスペシャリストになりましょう!

●東京：6 月 5 日（土）・6 日（日）

キッズハイパフォーマンススペシャリスト

子どもたちの能力を引き出せる指導者には、ある共通ルールがあります!子どもたちを夢中にできるプログラムと指導で、運動効果を高めるだけでなく、保護者からの信頼も勝ち取れるトレーナーこそが、プロフェッショナルな指導者なのです。

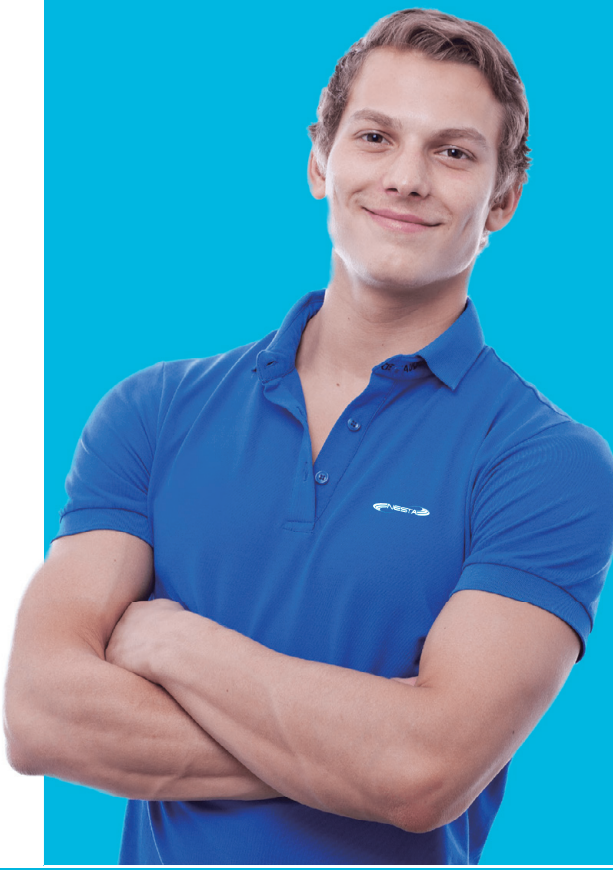
●東京：5 月 22 日（土）・23 日（日）



ファンクショナルアナトミースペシャリスト

トレーナーなら誰もが身につけるべき、また避けては通れない学問である機能解剖学。ただ「知っている」のと「現場で使える」のには雲泥の差があります。より理論的に、より賢く、より使える機能解剖学を学べるのは NESTA だけ!

●名古屋：5 月 29 日（土）・30 日（日）



TEL : 03-5289-7565 | Mail : tokyo@nesta-gfj.com | Instagram: @nestajapan | WEB: www.nesta-gfj.com

フィットネス事業にお困りなら

NESTAに相談してみませんか？

あなたのお困りごとを専門家が無料でアドバイス！

POINT1	POINT2	POINT3
複数社のマシン比較・検討無料	マシンの下取・見積り無料	店舗設計やレイアウト相談無料

POINT4	POINT5	POINT6
施設を売りたい方・買いたい方相談無料	独立・開業、融資相談無料	従業員教育・求人募集相談無料

<< 主なサービス >>

- **マーケティング業務**：立地の商圏調査、競合調査、市場特性調査など
- **施設デザインプロデュース業務**：デザインコンセプト立案、外観・内観デザイン、マシン選定及びレイアウトなど
- **営業基本計画策定**：会員システム立案、売上構想計画、営業体制計画立案など

店舗運営、開業までの計画、準備に関する業務のサポートはNESTAにお任せください！

全米エクササイズ＆スポーツトレーナー協会

パーソナルトレーナーの資格ならNESTA

世界標準規格 NESTA PFT

トレーナー・これからトレーナーを目指す方にオススメのNESTA PFT資格

NESTA(全米エクササイズ&スポーツトレーナー協会)は世界80カ国に展開するトレーナーの人材育成・資格認定団体です。NESTAの認定するPFT(パーソナルフィットネストレーナー)資格は、業界屈指の信頼性と国際的な認知度の高さが魅力！運動生理学や機能解剖学といったトレーナーの基礎知識からトレーナービジネスのスタートアップまで網羅した学習内容で、これからトレーナーを目指すあなたにぴったりです！

プロフェッショナルとして不可欠な**総合的な知識・技術**を学ぶことができる！

アメリカに本拠地があるから、**国際的認知度**が抜群！

NESTA PFT 認定ならではの特徴は、知識だけでなく**ビジネススキル**も身につくこと

EXERCISE YOUR INFINITE POSSIBILITIES

フィットネス新時代で求められる能力

第11回 失敗しないために知っておくべきトレーナーの資質

Profile **東奈々**

NESTA JAPANスタッフ
1993年生まれ
東京学芸大学生涯スポーツ専攻卒業後、NESTA JAPANに入社。プロアスリートサービスとカスタマーケアサポートのマネージャーを兼務している。
https://www.nesta-gfj.com/

近年、異業種から転職してトレーナーになる人も増えていますが、ビジネスとして成功する人はごく一部です。そのような方は「トレーナーとして成功するには？」という問いに「専門性の高さ」と答える方が多いのですが、これは正解でもあり、不正解でもあります。もちろん専門性は欠かせませんが、それは「当たり前」です。実際に専門性が高くても売れないトレーナーは山ほどいます。

ではトレーナーとして成功するために何が必要かというと、ずばり「ビジネスに関する知識やノウハウを持つこと」です。トレーナーとしての成功は、ビジネス感覚を持てるか否かにかかっていると言っても過言ではありません。今回は、失敗するトレーナーが犯しがちな5つのポイントを紹介します。

1.専門外の分野に手を出しすぎている

活動を開始した直後やクライアント獲得が順調な時、クライアントを増やすことに夢中になりがちです。その際、専門分野を考えずに見境なく手を出すと、全体の効率が悪くなりセッションの質も顧客満足度も低下してしまいます。例えばボディメイクのサポートが得意であれば、ボディメイクを目的とするクライアントを多く集めるべきです。新たな分野へチャレンジするのは、ある程度の技術が身についてからにしましょう。

2.安易に安売りをしている

セッション価格はできるだけ低く抑えたほうが、クライアントからの指名が増え売上はあがると考えてしまいがちですが、それは正しくありません。「低価格」はほとんどの場合プラスに働くことはありません。価格に見合った価値を提供できていれば、あなたを本当に必要としている人は喜んで料金を支払います。

3.身近な人を真似る

成功したいと思った時、まず身近にいる人を手本にしようと考えるかもしれません。しかし大切なのは「手本にしている人が、自分の目標と同じことを成功させたか」ということです。もちろん良いものは何でも吸収しようという姿勢は大切ですが、例えばあなたが年収2,000万稼ぐことを目標にしているのなら、実際に年収2,000万稼いでいる人を真似してください。

4.売上だけに注目している

ビジネスでは売上に注目するのは当然のことですが、それだけに注目しているとうまく行きません。トレーナーは客商売。売上を考えるあまりにお客様をないがしろにするようなことが1度でもあると、ビジネスは必ず失敗します。「お客様ありき」ということを常に意識し、ビジネスの「中身」を見ると、売上はすぐについてくるでしょう。

5.成功パターンに依存している

自分なりの成功パターンを掴んでクライアントが集まるようになると、そのパターンに依存しがちです。しかしビジネスは生き物。変化する環境に常に適応しなければなりません。例えばSNSを使った集客が上手くいったからと言ってそれだけに力をかけていると、競合が真似したり新たなSNSがリリースされたりすると売上が激減してしまうのです。

前例に学べば確実に成功への道を歩むことができます。ぜひビジネスの成功者に学ぶ機会を多く持ち続け、ビジネス感覚を磨いていきましょう。

アフターコロナの

マイクロジム経営モデル

vol.6

Profile **郡勝比呂**

株式会社ジムフィールド
代表取締役 CEO
NESTA アシスタントディレクター
一般社団法人 ベストボディ・ジャパン 公認審査員

去年の夏から担当させて頂いた本コラムも、今回で最終回になりました。 読者の皆さんから「勇気をもらえた」「ビジネスの参考になった」など、とても嬉しいお声を頂き、僕自身もこのコラムを連載する事で、自分自身のステージをさらに上げる事ができました。本当に心から感謝しております。

今、新しい形のSNSが登場・普及し、発信する形が多様化した事によって、情報を受け取る側のユーザーも効率良く取捨選択ができるようになりました。そして発信する側も、より関心が高いコミュニティに向けて精度の高い内容を発信でき、フィードバックを得る事ができます。ビジネスシーンでも、関心が高いコミュニティを構築する事によって、ビジネスの発展を効率良く進められるので、経営者やマーケティング担当者がマーケティングの一貫として行う重要性も高まっています。「発信する事」のメリットは、受け取る側にとって有益な情報を提供する事以外に、発信する事によって発信側がその内容を精査し検証をしたり、さらに新しいアイデアを発見しクリエイトできる事です。それぞれの発信者が繋がれば、単独では不可能な事もチームやコラボレーションを組む事で可能になります。これからの時代、情報やノウハウはシェアし発展させる事に価値が出てきます。

アフターコロナの世界では、新しい価値にフォーカスした企業が生き残り、古い体質を捨てられない企業は淘汰されるでしょう。フィットネス業界においても、企業アライアンスの波が起こっており、本当に価値のある企業が繋がっています。同じ業種のみならず、異業種とのアライアンスも盛んになっているので、フィットネス業界を起点として市場がさらに広がっていく可能性があります。

僕たちが今、それらの可能性を見据えて何を育てていくべきなのか。それは「ヒト・モノ・カネ」でいう「ヒト」の部分であり、人にしかできない事の価値を上げ、育んでいく事によって、長く愛される企業として存在し続けるだろうと思います。

そして、それらを育てたり、発信する事に対して、何(What)をどのように(How)という部分よりも大切なことは、なぜ(Why)という事。「なぜ、○○するのか」を大切にして考え、行動し、発信すれば、その「ヒト・モノ・カネ」は必然的に付いて来ます。アフターコロナのビジネスモデルを考える際には、ぜひこの「なぜ」(Why)を大切にして下さい。そして僕は、そんな皆さんとどんどん繋がって業界を活性化したいと心から考えております。 ぜひ一緒にアフターコロナを楽しみましょう。

「なぜ」(Why)そうするのか。

それは、たくさんの方が健康になり、たくさんの笑顔を作りたいから、なのです。

あなたはそれを「なぜ」するのですか？

新連載

フィットネスで 運動 リハビリ 治療 を繋げる

Profile 松栄勲

施術家、スポーツトレーナー。一般社団法人トップアスリーツ&トレーナーズ協会代表理事。一般社団法人国際治療リハビリテーション研究所代表理事。治療家・トレーナー歴35年。2006年に日本生理学会にて自身が開発した『VIM 療法』のメカニズムを実証。トップアスリートや治療家から注目を集めている。

「世界一の名医はあなた自身です」と自著に書きました。ここでいう「あなた」とは会員自身のことです。もちろん「自然治癒力」とか「自己免疫力」といった抽象的なことではありません。実際に、会員が自分自身で自分を治せるといった直接的な意味です。前回も言ったこれからのフィットネスクラブに求める「運動・治療・リハビリ」は、会員が自ら主体となってできるものです。

インストラクターやトレーナーは、会員を名医に導く指導者の役割です。私がリモートで活動できるのも、これをベースとした理論があるからです。その理論はVIMと言い、学会でも発表されたのですが、そこから発展した10の理論をまとめて「マツエセラピー」と名付け、「国際治療リハビリテーション研究所」と「トップアスリーツ&トレーナーズ協会」という2つの一般社団法人で教育活動をしています。会員制にしているのですが、今は主に整骨院や整体院といういわゆる治療院を経営している方が参加されています。

その方達の学習意欲や経営に関する努力は、「さすが起業家」と言えるほど尊敬に値するものです。コロナ禍で閉鎖する治療院も多い中で、選ばれているのがその方達です。治療には保険を適用したものと全額自費の治療があるのですが、本当に力のある治療家は、圧倒的に自費治療で成功されています。つまり、高額な治療費でも喜んでそちらを選んでもらっているということです。

別の言い方をすれば、フィットネスクラブでも価格ではなく価値を選んでもらえるのです。そして、その価値を作り出すのは、そこで働く人たちなのです。

その「人財」を作り出すことが経営者であり私たちのような技術者だと思うのですが、一番の力となるのは今現場で働く人たちです。ピンと来ないかもしれませんが、今ジムやプールで接客や監視を中心にされているトレーナーの方でも、体のスペシャリストになり、運動だけではなく、施術（治療という言葉は実際には医療に関わるのであえて使用しません）、リハビリに取り組むことができるのです。

何をどのように学び、実践していくのかの道筋はマニュアル化という形にして、いつでも身につけることができるようにしました。皆さんが、会員の腰痛や肩痛、膝痛等の施術ができるようになるのです。それが浸透すれば、フィットネスクラブは、「健康な人が通うところ」から「健康になりたい人が通うところ」に変わることができるのです。

「リハビリをするならフィットネスクラブで」というのが普通になる日が早く来てほしいものです。

マーケティング思考を養う 顧客創造のヒント vol.32

Profile 伊藤友紀

（株）フィットネスビズ代表取締役社長。プロサッカー選手を目指すも挫折、フィットネス業界ではトレーナーやマネージャーを経験し、開業集客などを多数担当。現在はクラブ運営と収益改善のコンサルティングを実施。得意分野はマーケティングとマネジメント。

皆さま、こんにちは。いつもながら事例を交えた顧客創造につながるキーワードを取りあげます。今月のキーワードは「匠の技術復古と技能のデータ化」で、取り上げる事例は神戸市が本店の洋菓子店「ユーハイム」が開発した人工知能（AI）を活用したバウムクーヘン専用オーブンです。

ユーハイムは全国に店舗があるからご存知の方も多いでしょうが、今年3月には「純正自然宣言」をしていて、本当においしいお菓子はカラダにもやさしいと、自社のお菓子づくりへの哲学を明確にしています。添加物に頼らない、というのは聞こえの良さとは対照的に、製造の現場においては手間をかけることと同義であるから、それは大変なことだと思います。材料メーカーと共に加工材料から添加物を除くための取り組みを進め、さらに生産性を高めようと思ったら添加物のなかった頃の職人技術の復活、継承が不可欠なのだそうです。ただ、新たな職人の育成にはそこへ要する労力、時間も相応に必要だから、そこをテクノロジーでブレイクスルーさせる意図で今回の商品開発に至ったと言います。職人が焼く生地の焼き具合を各層ごとに画像センサーで解析し、その技術を機械学習させてデータ化することで、熟練の職人が焼くのと同等なバウムクーヘンを無人で作ることができるようにしています。食品の製造現場における合理化、生産性の向上は、これまでローコスト化するために使う材料の置き換え（加工材料化）や機械化が中心だったと思います。そこには前述したような昔ながらの技法や技術といったものが失われてしまう一面もあったのでしょう。今回のバウムクーヘン専用のAIオーブンも機械化であることには変わりありませんが、そこに込められているのは「職人における匠の技術復古」であると同時に「技能のデータ化」でもあります。

今回は洋菓子が舞台になったものですが、現状では様々な世界で職人の後継者不足とそれに伴う伝統技術の継承断絶への懸念は高まっている状況です。それだけに今回のような技術復古と技能のデータ化、あるいは見える化などは、技術資産や文化資産の継承へ寄与する面があるように思えます。

現在ではスポーツの世界でも職人技と通じるトップアスリートのパフォーマンスのデータ化は著しいものがあります。私たちトレーナーの世界においても、こうした技能のデータ化や見える化は動きが出てきたところでしょう。フィットネスクラブの現場でも単なるローコスト化のための無人化やデジタル化ではなく、提供価値を高める要素が内包された形での活用を考えていくのが良いだろうと思います。

Norihiko Takahashi
高橋順彦の

2009
Trainer of the Year!

トレーナーのための読書入門

vol.66 「今こそ活用し尽くしたい『図書館』」

Profile 高橋順彦

株式会社nano代表取締役。パーソナルトレーニングスタジオナノ代表。毎月、自身のスタジオで運動指導者向けの『名古屋トレーナー勉強会』を開催。NEXTトレーナー・オブ・ザ・イヤー最優秀賞受賞。

私の20代の礎を築いたと言っていいのが図書館です。ネットでも本が買える現代にこそ図書館が見直されてもいいと思いますので、その活用方法をご案内します。

興味のあるジャンルの本をまず5冊読む

図書館の良いところは古い本から新しい本まで揃っていて、読みたければ気軽に読めることです。理解を深めたいと考えている分野の本をパラっと見て、少しでも興味のある本を5冊ほどピックアップして図書館内で読んでみましょう。難し過ぎたり、求めているものと違う場合はすぐに同じジャンルの違う本に取り換えることができるのも、図書館の魅力ですね。

敢えて興味のないジャンルの本を気軽に試し読みする

興味のないジャンルの本を買うことはためらわれますが、図書館は無料ですので気軽に試せます。勉強の合間の気分転換に、読んだことのないジャンルの本を読んでもいいですね。まだ読むのに抵抗があるのでしたら、棚の前を通ってタイトルだけ眺めても気づきがあるでしょう。

資格試験の本のみ持ちこんで勉強する

家にいるとスマホ、パソコンを触ってLINEの対応やYouTubeを見てしまい、気づいたら2時間経っていた、なんてことはよくありますよね。資格試験を受けたい人はその関連書籍だけ図書館に持っていき、強制的に勉強する環境が作れます。静寂の中周りの人も勉強をしている環境なので、カフェよりも集中して勉強できますね。

場所が変わり時間の区切りがあるので集中できる

読書しようが勉強しようが考えをまとめようが、図書館という自宅でない場所で行うことで集中できやすいです。さらに閉館時間という制限があるので、それまでに一区切りつくところまで終わらせようと考えられ、やはり集中して臨むことができます。

これら図書館のサービスが基本的に無料ですので、やはり図書館は活用しない手はないですね。

THESE DAYS
マイクロジムのグループコンサルを「集客・商品つくり」のテーマで開催しました。

NEXT 6月号 特集予告

特集

ケガ予防のトレーニング(仮)

ワクチン接種が始まり、コロナ禍の外出自粛が徐々に解けて本格的に人々が動き出す。
新年度も始まり、夏に向けて、心機一転フィットネスをスタートする人も増える時期。
今こそ、トレーナーの本来の役割である「ケガ予防」のトレーニングを啓発したい。
東京五輪も近づく今、トップアスリートのケガ予防に詳しいトレーナーに、
一般生活者も採り入れたいケガ予防のトレーニングについて訊く。

NEXT Fitness+Job 広告掲載のご案内

お申込締日　5月6日（木）
誌面校了日　5月12日（水）18:00まで
誌面発行日　5月25日（火）
『FitnessJob』公開期間　4月25日以降ご希望日～60日間

株式会社クラブビジネスジャパン TEL:03-5459-2841
〒150-0045　東京都渋谷区神泉町20-25 神泉QSビル8F　FAX:03-3770-8744　e-mail:info@fitnessclub.jp

NEXT 第2特集

食事・栄養特集

専門家・養成機関・企業など各方面へのインタビューから、
パフォーマンス向上やコンディショニングのための
栄養と食事についてまとめました。

人は食べたものでできている。食のブームに脅されないためにスポーツと栄養の大切なこと

**栄養とトレーニングは表裏一体にもかかわらず、
栄養をおろそかにしているトレーナーや指導者は多いかもしれません。
今回は一般社団法人日本スポーツ栄養協会・理事長、日本栄養士会代表理事副会長・鈴木志保子さんと、
栄養学博士でもある株式会社DNS執行役員の青柳清治さんの対談が実現！
栄養のプロ同士が語る大変興味深い栄養の事、業界の裏話なども飛び出した。（以下、敬称略）**

青柳清治さん　Seiji Aoyagi
栄養学博士 PhD (nutrition)、株式会社DNS DNS Inc.　執行役員　Scientific Officer

青柳　トレーナーも一般の消費者もサプリメントの会社には騙されている事が多いんですよ。きちんとしたエビデンスの無いようなサプリメントも多く出回っていますし…。

鈴木　まさにその通り！ヒトでのエビデンスがあることが重要と思います。また、DNSは味のバリエーションがあって、飽きずに飲めるので、うちの選手達も飲んでる人多いですよ！

青柳　そうなんですね、我々がユーザーのリサーチをしたときに「プロテインは味だ」っていう結論に至ったんです。社会人の多くは、学生時代に飲んだプロテインが不味くてトラウマになっている人が結構いるんです。もちろんエビデンスにもこだわってます。

鈴木　味って大切なんですよ！飽きてしまうと習慣にならないんでね。

青柳　ところで、トレーナーの大半は独学で栄養のことを勉強している場合が多いと思うのですが、近くに栄養士さんがいれば相談できると思うんですけど、いても相談しないところがありますよね？

鈴木　あります、あります。否定されるのがわかっているから相談したくないんですよ。管理栄養士やスポーツ栄養士の教育っていろいろな年代の人が教育を受けていますが、昔からあまり変わってなくて「食事からちゃんと摂れるよね」っていう理論だけで、社会背景を反映せずに指導する人も多くいるんです。はなからプロテインはダメ！ビタミン剤とか飲まなくていい！なんていうイメージがついていて、相談したくても否定されるので相談できなくなっているんじゃないですか。

青柳　それで、あまり栄養の基礎知識のないトレーナが自分の経験だけをベースにアドバイスしてしまうパターンがあるんですね？

鈴木　そうなんです。最近、年齢層が高い女性をターゲットとするフィットネスクラブで、入会する人にプロテインを強固に勧めているケースがありますが、あきらかにプロテイン過剰摂取で、腎疾患・肝疾患の高齢者が増えているという報告が出ています。実際に問い合わせも多く来ています。たんぱく質過剰の人は肝臓に負担がかかるのは当たり前で、高齢者は特に気をつける必要がありますね。

青柳　トレーナーから勧められるまま、プロテインを飲むのも危険ですね。

鈴木　なかなか因果関係がつかめずにいますが、企業の利益の為に知識の無いトレーナーがプロテインをだれかれ構わず進めるのは本当に危険です。トレーナーは必要な人に必要な量を指導できるようになるといいですね。

最近ではプロテインを飲む子どもも増えているんですよ。

青柳　プロテイン飲んでいる子どもですか？DNSはポリシーとしてジュニアプロテインを出していないんですけど、それこそ危険ですよね。プロテインって実際は子ども用も大人用も無く、売れるから企業が子ども用のラベルを付けて「ジュニアプロテイン」とうたっているだけなんです。また、ビタミンやカルシウムなどを添加して成長を促すみたいなマーケティングをしていて、親御さんの競争心をあおるような、「これを飲んでいれば他の子より強くなれる」みたいな販売方法は、ほんとに危険だと思いますね。

鈴木　そうですね、穀類しか食べられず、肉類がなかなか食べられなかったり、アレルギーの子どもにプロテインを飲ませるのは良いと思いますが、子ども用に出来ているからといってエビデンスは無いし、肝機能値が上がっている子どもたちが増えていて警鐘を鳴らしている医師もいます。

私たちの体内では想定内の栄養素を消化と吸収によって採り入れるしくみになっています。例えば牛乳のカルシウムは吸収率が比較的高いといっても40%ぐらいなのですが、カルシウム剤を飲んでしまうと牛乳では想定出来ないほどの量の消化された状態のカルシウムが入って来てしまい、腎臓も驚いてしまって、腎臓のそばの大動

★ 株式会社DNSの情報はP34に掲載

脈にコブみたいな石を作るようになってしまうんですね。牛乳ではなく、カルシウム剤を毎日飲んでいると石を取り除く手術をしなければならない危険な影響も出てくる場合もあります。アスリートではない一般の人は専門職の管理栄養士などの指導の下、サプリメントを摂取しないと悪影響が出る場合もあるという事です。

サプリメントは食品の部類なので指導を受けてくださいとは強くは言えませんが、本当は医薬品と同じくらい気を付けて飲まなければならないと思います。

青柳　それは大切ですね！でも、逆もあるんです。実は吸収もされなかったり、有効成分がマユツバ量しか入っていない高価なサプリを買わせてる悪徳企業が大手でも結構あったりもします(笑)　イメージでどんどん売っているんですよ。最近出ているネズミが長生きしたデータをベースに売っているアンチエイジングの新規成分もヒトでのエビデンスはありません。ネズミが長生きしたって意味のないことです。

鈴木　アンチエイジングの世界はすごいですね。「信じるものは救われる～！」ですね。

青柳　消化と吸収の話が出たところで、もう一つ、外から入ってくるものを防御するという役目で胃酸というのがあるのですが、乳酸菌の話で言うと「腸まで生きて届く乳酸菌」と各メーカーが言っていますが、実はほとんど届いていないという事がわかっています。

鈴木　それが、そうとも言えないらしく、某乳酸菌だけはエビデンスを持っているんですよ。私、直接メーカーに聞いたんです。「胃酸に勝てるってどういう事ですか？」って。研究論文を出して頂いたところ、某乳酸菌に酸をかけてみて、特異的に酸で死滅しない菌が出てきて、その菌を培養して今度はアルカリをかけてみても死滅しない菌が一部分出てきたと言うんです。その菌はpHの揺れに強い。その強い菌だけで製品を作っているというのです。

青柳　じゃあ、100 歩譲って某乳酸菌が胃酸で少し生き伸びたとします。だけどその後に強力な殺菌作用のある胆汁酸というのが出てくるんですよ。その関門で完全に死滅してしまうと思うんですよね。

鈴木　話は変わりますが、日本のトレーナーは栄養の事をもっと勉強しなければいけませんね。

青柳　私がアメリカでパーソナルトレーナーの資格を取った時、半分が栄養の勉強でした。トレーニングと栄養は表裏一体なのですが、日本ではトレーナーの知識として栄養学はあまり時間を取りませんね。

鈴木　日本が訴訟社会になればもっと栄養学を勉強するようになるじゃないでしょうか？アメリカでは栄養士が言ってることが本当か？など、トレーナーがジャッジする必要があるんですが、日本ではそのような習慣が無いですからね。

青柳　まだまだ日本はいろんな意味で遅れていますね。私が顧問を務めている一般社団法人日本スポーツ推進機構（NSPO）や鈴木先生の一般社団法人日本スポーツ栄養協会の情報サイトにはトレーナーの皆様に役に立つと思われる様々な情報が載ってますので、是非参考にしていただきたいと思います。

鈴木志保子さん　Shihoko Suzuki
一般社団法人日本スポーツ栄養協会　理事長、日本栄養士会　代表理事副会長

一般社団法人日本スポーツ推進機構
https://www.nspo.site/

一般社団法人日本スポーツ栄養協会
https://sndj-web.jp/

アクティブな健康習慣をサポートする「リプリノール® アドバンス」
ナチュラルなスーパーオイルはアンチエイジングにも期待！

八尾良太郎さん
Ryotaro Yao
Chief Marketing Officer
株式会社V and P

「欧米では約30年に渡って販売されてきた『リプリノール』という一般生活者向けのサプリメントをアスリートやフィットネスユーザー、アクティブ層に向けたサプリメントとして再開発して製品化したのが『リプリノール® アドバンス』です」と話すのは、自身もアルペンスキーヤーとして長年活躍されてきた経験を持つ八尾良太郎さん。「選手時代は膝の痛みやヘルニアなど故障に悩んでいました。また試合にはドーピング検査もあり、日頃から体に摂り入れるものには非常に気を使っていましたが、このリプリノールアドバンスはアンチドーピングのインフォームドチョイス認証を取得していますので競技選手にも安心して勧められます」

このリプリノール アドバンスは、スーパーオイルESPO-572® は、PCSO-524®（ニュージーランドの美しい海のモエギイガイ抽出脂肪酸）とクリルオイル(ナンキョクオキアミ抽出脂肪酸）を組み合わせた独自の特別なオイルなので、脂肪酸の体内への吸収力が高まり必須脂肪酸であるETA、EPA、DHAなどのオメガ-3脂肪酸を含む91種類に及ぶ脂肪酸が一緒に作用するので、それぞれの脂肪酸を単独で摂取するより、より早く実感でき、体内の炎症を抑え、関節痛や運動後の筋疲労などを抑えることが期待できる。

アルペンスキー・ワールドカップで歴代日本人最高位となる2位を記録したレジェンドスキーヤー岡部哲也氏もいつまでもアクティブにスキーを楽しむためにリプリノール® アドバンスを使用中。

秀ノ山親方（元大関琴奨菊）
長年ケガに悩まされていた膝は、不安との戦いでもありました。リプリノールを飲んでからは、関節の健康維持をサポートしてくれることからも感覚的な安定、安心、自信につながりました。

山本淳一さん（写真左）　稲田弘さん（写真右）
山本さんは、トライアスリートとして20年近く競技活動に励む。アイアンマン・トライアスロン世界選手権 ギネス世界最高齢完走記録の稲田弘さん。両氏ともにリプリノール® アドバンスでコンディションを整える。

マージンシステムのメリット
スポーツジム、トレーナーの体と経営をサポートします！

◆オンラインからの購入で、施設様にマージンバック
◆施設様在庫の負担ゼロ!
◆施設利用者が弊社のHPで施設コードを入力して購入された分の利益を分配

新規ビジネスパートナー募集開始!　お問合せは　contact@lyprinol.jp

Vetz Petz®

株式会社V and P
TEL:0570-0404910（カスタマーサービス）
〒107-0062 東京都港区南青山1-12-3-S105　URL：www.vetzpetz.jp

★ 株式会社のV and P情報はP22・23に掲載

栄養・食事のアドバイスができるようになる養成プログラム なぜトレーナーは栄養や食事について学ぶべきなのか？

相羽 茉梨子さん
Mariko Aiba
NESTA JAPANカスタマーサービス・マネージャー。東京学芸大学生涯学習専攻卒業後、旅行会社のカスタマーサポート部門でキャリアを積み入社。

私たちが健康を維持し、運動の効果を最大限に高めるためには適切な栄養摂取が欠かせない。現代では、栄養や食事にかかわる様々な情報がインターネットや製品を通じて周りにあふれているが、トレーナーが栄養の知識を身につける上で考えるべきことは、その情報が「科学的な根拠が十分にあるかどうか」、そして「一部分だけを切り取っていないか」を見極め、クライアントの目標達成に生かすことだ。しかしそれらは自分で調べて判断するのは難しく、そんな時間もない…と感じている方も多いのではないだろうか。

そんな時に活用できるのが、NESTAが提供する栄養・食事とそれにかかわる養成プログラムです。「運動と食事をどのように組み合わせれば、健康の維持・増進につながるのか」、「アスリートのパフォーマンス向上のためにはどのような食事やサプリメントを摂取したらよいのか」など、明確で具体的な知識を、専門性の高いプロの講師から学べる。栄養や食事にかかわる知識は、クライアントのためだけでなく、トレーナー自身が健康的でケガをしにくい体を作るためにも活用できる。

NESTAの養成プログラムを受講し、栄養や食事の正しい知識を身につけることで、単なるトレーナーではなく「ライフコーチ」としての役割を持つ存在として活躍できるようになって欲しいと相羽さんは語る。

トレーナーは、異なる背景を持つクライアントに合わせた食事・サプリメント指導をする「ライフコーチ」の役割も持つ。

体に必要な栄養素やそれが必要な理由について学ぶことは、運動効率を上げるためにも必要不可欠である。

情報が溢れる現在だからこそ、情報の一部分だけを切り取らずに正しい知識で食生活をサポートできる力が必要である。

プロフェッショナルを目指す　NESTAスペシャリスト資格取得コースのご紹介

●NESTA「フィットネスニュートリションスペシャリスト」資格プログラム

「食」や「栄養」に関する興味は性別・世代問わず年々高まっています。栄養と健康、運動がどう関係しているのかを正しく理解することで、世間に氾濫する誤った情報に左右されることなく、適切な指導を行うことができるようになります。クライアントの目標を効率よく達成するために、さまざまな目的を持ったクライアントの、それぞれの特徴・生活に合わせた栄養指導を行うことのできるスキルを身につけましょう。

●NESTA「パワーサプリメントスペシャリスト」資格プログラム

次々と新しいサプリメント商品が生まれる分、情報が増え続け、正確な知識を得ることが難しくなっています。このプログラムではサプリメントに関わるあらゆる情報を、クライアントや自身のトレーニングと的確に結びつけられるよう、その知識とアドバイス方法を徹底的に学びます。サプリメントの効果は実感を伴うため経験から学ぶことも大切ですが、実感するためには膨大な時間を費やさねばなりません。まずは当プログラムで効率よく知識を身につけ、その後の経験を豊かなものにかえていきましょう。

NESTA JAPAN事務局
www.nesta-gfj.com　TEL：03-5289-7565　MAIL：tokyo@nesta-gfi.com

★ NESTA JAPAN事務局の情報はP24・25に掲載

「スポーツ栄養」を学ぼう！全6回シリーズ・毎月1回・WEBで開催中!!

志保子塾 2021　主催：SNDJ 一般社団法人 日本スポーツ栄養協会

ビジネスパーソンのための
スポーツ栄養セミナー

開催日：4月16日(金) 5月21日(金) 6月18日(金) 7月16日(金) 8月20日(金) 9月10日(金)

当日受講できなくても「見逃し配信」での受講が可能です

※10月以降の日程は決まり次第お知らせします

【こんな方へおすすめ】

- スポーツ栄養の世界を知りたい。
- 栄養学の基礎を科学的・論理的に学びたい。
- 最新の考え方・トレンド、実践的な方法論を学びたい。
- 関連商品の開発に活かしたい。
- 対象者への指導に活かしたい。

詳細・お問い合わせ・お申し込みはこちら▶▶

または、志保子塾2021 で 検索

ライフスタイル BEAUTY ITEM

レイス

リップグロス 1,650円　　アイシャドウ　2,200円

自然由来の美容成分にこだわった国産コスメ
ビーガン、シリコンフリーで珍しいハラル認証

チャコット

フィニッシングパウダーモイスト 1,980円
24時間使用可能な乾燥肌の
化粧くずれを防止

ラスティングベース　1,760円
時間の汗や水も強く、
SPF50+ PA+++で紫外線対策。

エフタイム

ハイドレイティング ハニースクラブ　2,860円
ハニースクラブで古い角質と乾燥対策
肌を柔らかく、明るく滑らかに

バスソルト　2,200円
抗酸化作用のグリーンティーと
天然エッセンシャルオイル配合

HAAN

1,320円
アロエベラ配合で保湿もできる除菌スプレー
5種類の香り

ミズノ

ボルレッチ　3,080円
コロンとしたインテリアダンベル
マシュマロのような質感の素材でインテリアにも

リングレッチ　6,578円
クッションの中のリングをギューッと押して
ゆっくり戻すだけの簡単運動

ザイテンバッハ

ホエイプロテイン ストロベリー　9,720円
たんぱく質含有率82.0%
いちご本来の栄養もそのまま。
自然で爽やかな甘酸っぱい風味

丸善

プロフィットミール　1種10個入り　4,320円
1袋でたんぱく質が『22g』
4種の味で湯せん、器に入れて電子レンジで簡単調理

こちらに掲載の
全商品は
「フィットネス市場」
で販売中!

購入はこちらから

フィットネス市場
Fitness Ichiba

※表示はすべて税込価格です

2021年4月25日(日)am12:00～
エントリー受付開始!!

品川インターシティホール 2021年6月27日(土)

日本最大級ダンスフィットネスコンテスト

DANCE FITNESS CONTEST

エントリー受付中!

感染対策を徹底して開催します!
★ステップ審査なし!★年齢制限なし!★

★出場インストラクター大募集!　★エアロビクス愛好家大募集!

詳細・申込方法は【フィットネスオンラインショップ】ページへ　PC・スマホからお申し込みください。

TOPICS! 今年からアマチュアエントリーが変わります。

●どなたでも参加できる → アマチュア 部門

●45歳以上の方の → アマチュアプラス 部門

どちらの部門も優勝、2位、3位が表彰されます。

ダンスフィットネスコンテストは、ダンスエアロビクス指導者のコンテスト。
上位入賞することで、日本国内や世界でのプレゼンターとしての活躍の場が増え、インターナショナルプレゼンターとしての一歩が踏み出せます。
普段のレッスンで磨いた指導力で、人気プレゼンターに向けての一歩を踏み出そう!

お申し込みはコチラ

お問合せ
mail: info@fitnessclub.jp　https://shop.fitnessclub.jp/

※お申込後の参加費の払い戻し、参加者の名義譲渡、部門の変更はできませんのであらかじめご了承下さい。※緊急事態宣言が出た場合には、開催を中止とし、参加費は全額返金いたします。

Presenter

一次審査の
エアロビクスマラソン
プレゼンターは
桐林佑衣さん!
に決定!!
その魅力もご堪能ください

審査員

世界のフィットネスやエアロの
指導に理解の深いトップインストラクターが
厳正に審査にあたります

金子智恵

奈蔵和香

関川太一

東山紗衣子

高柴大雅

高山英士

畑田美紀

竹ヶ原佳苗

審査項目

最終審査は、下記の項目の合計得点で
順位が決まります

■クラス構成
・全体のクラスの構成(ブロック数とその内容)

■指導スキル
○コリオのリードスキル
・途中で繋ぎの無駄なステップが入っていないか
・ブロックの繋げ方と全体の流れ
・1ヶ所にとどまって指導をしていないか
○キューイング
・キューイングの内容とタイミング
・ノンバーバルキューの明確さ
○曲の使い方
・32カウントの始まりを正確に捉えているか
・曲調を活かしてクラスの雰囲気を盛り上げられているか

■コミュニケーションスキル
○パーソナリティと将来性
・カリスマ性、表情と笑顔
○コミュニケーション
・参加者に声をかけ、ダイレクトな反応が得られているか
○スタイル
・手をしっかりと伸ばし、大きく動けているか
・動きにエネルギーが感じられるか

Schedule

10:00 受付スタート

↓

10:30〜12:00 一次審査
プレゼンターによる90分間のエアロビクスマラソン
笑顔と動作スキルなど、自身が持つ魅力と華で勝負!

↓

13:00 一次審査結果発表
インストラクター部門全員、アマチュア部門20名が通過!
一次審査通過者には、特製勝ち抜けTシャツを授与
※インストラクター部門は、一次審査の点数が最終審査の
加点項目となります

↓

14:00〜18:00 最終審査
インストラクター部門1人20分のノンバーバルでのリード審査
クラス構成、指導スキル、コミュニケーションスキルで勝負
※指定時間帯に、アマチュア部門の最終審査あり!

↓

18:30 表彰式

※コロナの状況により審査方法を変更する場合があります。
※スケジュールは予定です。

主催
NEXT
月刊[ネクスト]

企画・運営:ダンスフィットネスコンテスト事務局

TAKE-G
charites
フィットネス市場 Fitness Ichiba

さあ、次の自分へ！

NEXT

2021.May

応援します！
スキルアップ

求人特集

コロナに負けない！
新店オーディションや夏へ向けた採用情報を掲載中。
新しく仕事を増やしたい方や転職を考えている方は、
この時期の求人情報もお見逃しなく！

求人・養成情報は PC・スマホ・モバイルからも
ご覧いただくことができ、応募ができます。

パソコン・スマホで
ご覧になる方は…
www.fitnessjob.jp
へアクセス、または

フィットネスジョブ　検索

スマホの方は
まずは QR コードで
お試しください

メールマガジンで求人情報、養成コース等の
最新情報を配信中です

求人 千葉

募集職種	トレーナー・ジムスタッフ
勤務形態	アルバイト（社員登用あり）
仕事内容	スタジオ・マシンエリアの管理、トレーニング指導、パーソナルトレーニング、加圧トレーニング、その他体験見学案内など
勤務地	千葉県八千代市八千代台北1-1 アピアビル6F・7F 八千代台駅直結
勤務時間	〈平日：9:00～23:00〉 〈土：9:00～21:00〉 〈日祝：9:00～19:00〉 シフト制 ※毎週木曜定休 ※勤務日数・時間は応相談可
休日休暇	シフト勤務による
給与	時給930円～ ※勤務実績によって昇給有り
待遇	社員登用制度有、交通費全額支給、制服貸与、施設無料利用可
応募方法	FitnessJobよりご応募ください。

急募 | 3月グランドオープンにあたりトレーナー大募集！

駅直結！リニューアルオープンにより生まれ変わった
綺麗でオシャレなフィットネスジムで是非一緒に働きましょう

AQUA
LIFE & FITNESS

株式会社AQUA フィットネスジムAQUA八千代台店
〒276-0031 千葉県八千代市八千代台北1-1 アピアビル6F・7F
TEL：047-480-2299 URL：https://aquagym.jp

求人 大阪・兵庫・愛知

ティップネス 7店舗

需要増につきパーソナルトレーナー大募集！

募集要項

勤務形態	業務委託(募集店舗との専属契約)
仕事内容	パーソナルトレーニング、パッケージプログラムの指導、カウンセリング他
勤務時間	各店舗営業時間、実施セッション数による
給与	歩合制(売上の65～70%)
待遇	資格取得支援制度あり、送客サポートあり、施設利用可
募集人員	各店舗1～2名予定
応募資格	業界経験者優遇(実務未経験の有資格者も応募可)
応募方法	FitnessJobよりご応募いただくか、各店舗へお問い合わせください。
その他	現在他社にてトレーナー活動中の方は、ご状況を確認させて頂きます。

募集店舗

大阪府	■石橋店	072-762-1811	担当：横田
	■布施店	06-6730-6112	担当：水本
	■高槻店	072-686-2720	担当：森
兵庫県	■塚口店	06-6428-5155	担当：羽田
	■武庫之荘店	06-6439-3888	担当：松本
愛知県	■上飯田店	052-910-1631	担当：杉本
	■江南店	0587-53-6311	担当：藤本

TIPNESS 株式会社ティップネス

ご応募はこちら▶

求人 神奈川

勤務形態　正社員
募集職種　介護職員(運動指導員)
仕事内容　高齢者向けのフィットネス(リハビリデイサービス)で運動指導や介護業務全般(送迎があるので運転免許必須)
勤 務 地　横浜市港北区鳥山町(横浜線新横浜駅徒歩17分)
勤務時間　8時15分から17時45分
休日休暇　1年単位変形労働時間制
完全週休2日(土日)、祝日(全祝日のうち成人の日・建国記念の日・海の日・スポーツの日・文化の日のみ出勤)
土日休みの上、休日年間121日
残業もほとんどなし。
給　　与　月給210,000円～
待　　遇　社会保険完備、資格取得支援制度あり、産休・育休あり、交通費支給、賞与あり、車バイク通勤OK
応募資格　普通自動車免許
応募方法　FitnessJobよりご応募ください
フィットネスからの転職者多数在籍

機能訓練特化型
リハビリデイサービス マルタ

〒222-0035　神奈川県横浜市港北区鳥山町466
TEL:045-471-4851　採用担当：田代
https://daymaruta.com/
マルタ株式会社
[事業所番号1470902394号]

求人 三重

プログラム数地域 No.1！
名古屋にも近い三重県四日市市の総合スポーツクラブ

レズミルズプログラムインストラクター ヨガ・アクアインストラクター大募集！

コロナ対策ばっちりで、TVでも紹介された総合スポーツクラブです。
プログラム数は地域No.1！あなたの「やりたい！」がお客様の笑顔につながります。
インストラクター未経験者の方も研修からサポートいたします！

雇用形態　業務委託
勤 務 地　オリンピアスポーツクラブ(近鉄名古屋線・川原町駅より徒歩3分)
勤務時間　応相談
給　　与　1レッスン3,500円～15,000円(能力・経験を考慮し当社規定により決定)
待　　遇　研修あり、自社施設利用可、ショップ商品割引あり、車・バイク通勤OK
応募資格　未経験OK、インストラクター経験者・有資格者優遇
応募方法　FitnessJobよりご応募ください。

オリンピアスポーツクラブ
〒510-0807　三重県四日市市末永町18-13
TEL:059-332-4848　http://www.olympia-sportsclub.com
HP▶

求人 東京

女性専用暗闇シェイプボクシング インストラクター大募集！

★今までの経験を活かして次のステップへ進みたい方歓迎！
★安心の研修プログラムでブランクある方も応援！

ジム等でのインストラクター経験が1年以上あれば、ジャンルは問いません。
SNS運用などウェブを使ったプロモーションも学べ、契約社員の方は将来は正社員として店長を目指して教育いたします！

雇用形態　①契約社員②パート・アルバイト
仕事内容　①契約社員／インストラクター業務、レッスンプログラム・イベント・キャンペーンの企画立案、接客業務など
②パート・アルバイト／インストラクター業務、接客業務など
＊インストラクター業務は、8～10名のクラスで1レッスン45分のボクシングスタイルエクササイズを担当。
応募資格　ジム等でのインストラクター経験1年以上必須(ジャンル不問)
勤 務 地　Shape Box nodoka(戸越銀座駅から徒歩1分)
勤務時間　9:00～23:00
※①実働8hのシフト制／②週3日、1日3h～OK
給　　与　①契約社員／月給25万円(試用期間3ヵ月は22万円)
②パート・アルバイト／時給1,500円(試用期間2か月は1,100円)
休日休暇　【契約社員】週休2日制(シフト制)、夏季・年末年始休暇
待　　遇　【契約社員】ボクシングエクササイズ研修制度、社会保険完備、昇給、正社員登用あり
応募方法　FitnessJobよりご応募ください。
★面接は横浜本社で行います。面接時には履歴書をご持参ください。

Shape Box nodoka
〒142-0051　東京都品川区平塚1-8-20 美和ビルB1F
TEL:045-507-8883(本社)　https://www.no-do-ka.jp/
応募▶

求人 愛知

2022年夏オープン予定！正社員募集！
初動負荷トレーニング®トレーナー

【疑問に思ったことありませんか？】
◎筋肉は増えたのにスポーツの動きがやりづらくなった・・・
◎筋トレしたのにケガが増えた・・・
◎筋トレをやればやるほど重くなり疲れるようになった・・・

従来のウエイトトレーニングに疑問を感じた多くのスポーツ選手が実践しているトレーニングです。一緒にこの理論を学び伝え、多くの方のチカラになりましょう！

仕事内容	初動負荷トレーニング施設の運営、初動負荷理論に基づくトレーニングのサポートなど
勤務地	ワールドウイング豊川
勤務時間	9:00～22:00(実働8時間)
給与	月給20～25万円　※試用期間(3か月)月給20万円～
休日休暇	週休2日制、夏季・年末年始長期休暇（3～5日程度）
待遇	昇給制度、社会保険完備、退職金制度、自社施設利用無料
応募資格	理学療法士の有資格者(実務経験不問)、35歳くらいまでの男女
応募方法	FitnessJobまたはWEB特設ページ(下記QRコード)よりお申し込みください。

株式会社Dream Life Partners.
〒441-1206　愛知県豊川市篠田町四ツ家15-1
TEL: 0533-74-5806　https://dreamlifepartners.co.jp/

求人 東京・埼玉

社員・スタッフ大募集！
あなたの健康指導で地域の健康づくりに貢献！

事業の成長と共にチームと個の成長にチャレンジしませんか?
健康づくりと医療のより良い融合による体づくりを提供しています。
地域の健康に貢献したい志のある方の応募をお待ちしております!!
従業員専用バスあり。車通勤も歓迎。

仕事内容	①正社員／健康関連指導全般、施設運営業務、営業、マネジメント業務、メディカルフィットネス事業業務全般 ②パート・業務委託／地域での介護予防指導／各種指導全般など ◎看護師、管理栄養士の方で介護予防・健康指導に興味がある方大歓迎!!
勤務地	東京都青梅市、武蔵野市 埼玉県所沢市 他、出張指導先など
勤務時間	各事業所の勤務シフトによる 正社員:(実働7時間)
休日休暇	年間休日114日(夏季、年末年始休暇を含む)
給与	①正社員/大卒以上19.5万円～30万円(年齢、資格、経験考慮)+賞与3.5か月分 新卒(大卒)年収モデル/302万+諸手当、10年目所長/465万+諸手当 ②時給1,013円～(資格、経験により決定)
応募資格	①②共通／健康運動指導士、健康運動実践指導者資格保有者歓迎、現場未経験者もOK! ※②上記以外に看護師、保健師、管理栄養士の方も歓迎
応募方法	FitnessJobよりエントリーいただくか、電話連絡後、下記連絡先まで履歴書、職務経歴書をご送付ください。

医療法人社団和風会メディカルフィットネス事業部
〒198-0052 東京都青梅市長淵9-1412-4　TEL:0428-24-3798

求人 東京

2021年7月に田無駅前にホットヨガ・24Hジム新規オープン！
オープニングに伴い急募！
【ヨガインストラクター・アルバイト】同時募集！

新規オープンにつき、ヨガインストラクター、アルバイトスタッフ（ジムスタッフ、ヨガスタッフ、フロントスタッフ）を大募集！明るく元気な方の応募をお待ちしております。お客様へのおもてなしを大切に、スタッフ同士のチームワークが自慢です。

雇用形態	業務委託、アルバイト
募集職種	①インストラクター(HOTスタジオでヨガ、ピラティスを中心とした様々なジャンル) ②アルバイト(ジムスタッフ、ヨガスタッフ、フロントスタッフ)
募集人数	①10名～13名　②8名～12名
仕事内容	①ホットスタジオインストラクター②トレーニングジム、ホットヨガスタジオでのお仕事に興味のある方
勤務地	東京都西東京市南町5丁目(西武新宿線田無駅　徒歩3分)
勤務時間	①8:30～22:00でのレッスン ②8:30～22:30でのシフト制(4h～8h)
休日・休暇	夏季休暇、年末年始、有給休暇あり
給与	①インストラクター(交通費支給、当社規定による) ②アルバイト時給1,013円～
待遇	②社会保険、交通費支給、残業手当、制服支給
開催日	①オーディション：5月16日(日)19:00～ロンドフィットネスクラブ東村山(その他随時対応いたします)
応募資格	①ホットスタジオインストラクター(経験者優遇) ②トレーニングジム、ホットヨガスタジオでのお仕事に興味のある方(未経験者歓迎)
研修制度	②トレーナー研修、ヨガ研修、フロント研修　他
応募方法	FitnessJobよりご応募ください。Fitnessjobとお電話にてお問い合わせもOKです
採用担当	大塚、今井 TEL:042-397-5378

株式会社ロンド・スポーツ
〒189-0013　東京都東村山市栄町1-28
TEL：042-397-5378　https://www.rondo-sports.co.jp/

パフォーマンス向上を支えるスポーツ医科学専門誌
Training Journal
月刊トレーニング・ジャーナル　価格／1冊770円（本体700円＋税10%）

電子化についてのお知らせ
月刊トレーニング・ジャーナル電子版は、富士山マガジンサービス、アマゾンのほか、https://shop.bookhousehd.com にてご購読いただけます。

電子版
最新号 2021年5月号　通巻499号
特集
トレーニングに必要なもの

中村氏には、高校生ラガーにまず自身の身体に興味を持ってもらう声がけのコツや、オンライン指導の活用について伺った。加藤氏には、チームの要望に応えつつ、選手たちと信頼を築く重要性を聞いた。そして川原崎氏には、年代やチーム状況に応じた雰囲気づくりや競技動作へのつなげ方、さらに指導者を志す学生を教える際に意識していることをお話しいただいた。

1　スポットでのトレーニング指導
――高校ラグビーチームに伝えていること
中村　龍・N.S.C performance代表、ストレングス&コンディショニングコーチ

2　トレーニング環境を整える
加藤亜梨紗・デンソーアイリス（WJBL）パフォーマンスコーチ

3　選手が積極的にトレーニングに取り組む環境づくり
川原崎浩介・S&Cコーチ、NSCA-CPT、NSCAジャパン認定レベル1、JATI-ATI

▼お問い合わせ・ご注文は直接下記まで
ブックハウス・エイチディ
〒164-8604　東京都中野区弥生町1-30-17
電話 03-3372-6251
FAX 03-3372-6250
e-mail bhhd@mxd.mesh.ne.jp
http://www.bookhousehd.com/

求人 東京

ジムインストラクター大募集！

働きながら学べる！
理学療法士（資格保持者）による研修が充実しています。

募集職種	ジムスタッフ
雇用形態	契約社員
仕事内容	ジムエリアインストラクター
勤務地	スパ白金・東京都港区白金台1-1-18（都営三田線・南北線・白金台駅）
勤務時間	実働7時間
休日休暇	平日月曜と他1日
給与	月給180,000円+インセンティブ・賞与年2回
待遇	社保完備・交通費支給・資格取得支援制度・施設利用無料・産休育休あり
応募方法	FitnessJobよりご応募ください。

総合スポーツクラブ　スパ白金
株式会社ダイヤモンド・アスレティックス
〒108-0071 東京都港区白金台1-1-18
TEL: 03-3444-5811（代）　採用担当：関川
to-sekigawa@spa-shirokane.com
HP：https://www.spa-shirokane.com/

いち早く求人・養成情報が届く!!
Fitness Job
スマートフォンでも閲覧可能!
スマホでの登録はコチラ

さあ、次の自分へ！
NEXT
応援します！スキルアップ

養成特集

条件が合う方はすぐに問い合わせしましょう！
少ない求人情報なので、早めの行動がオススメです。

養成 全国

養成 全国

トレーニング指導者養成講習会 2021年はオンライン!!

JATI認定「トレーニング指導者®（JATI-ATI）」とは、一般人からトップアスリートまで、あらゆる対象や目的に応じて、科学的根拠に基づく適切な運動プログラムの作成と指導ができる専門家であることを証明する資格です。取得にあたっては本養成講習会を受講し認定試験に合格することが必要です。（※保有資格等による免除措置もあります。）
今年度は新型コロナウイルスの影響のためオンラインで実施します

日　程	**動画配信期間** **2021年7月1日（木）～9月10日（金）**
募集期間	2021年8月16日（月）必着 まで
受講料	一般科目：55,000円（税込） ※教材は提供されます。 専門科目：60,500円（税込） ※教材は提供されます。 一般・専門科目合計：115,500円（税込）

2021年度認定試験 ※予定

- **●第1回一般対象認定試験 全国共通会場**
  2021年10月24日(日)（東京都内予定）
- **●第2回一般対象認定試験 地区別会場**
  ※宮城・沖縄・岡山・新潟・北海道・東京・大阪・福岡・愛知・石川
  ※地区別試験は同一年度内に一会場のみ受験可能
  2021年12月～2022年2月頃予定（各地）
- **●第3回一般対象認定試験 全国共通会場**
  2022年3月27日(日)（東京都内予定）

■お問い合わせ・お申し込み
特定非営利活動法人 日本トレーニング指導者協会
〒106-0041 東京都港区麻布台3-5-5-907 ●TEL:03-6277-7712 ●FAX:03-6277-7713 ●https://www.jati.jp ●E-mail:info@jati.jp

フィットネス求人サイト

Fitness・Job

フィットネスジョブ

求人情報・資格情報満載！

- サクサク検索・応募ができる
- 自分に合った求人が見つかる
- 登録なしでも閲覧・応募ができる

さらに！会員登録をすると…

1
WEB履歴書を
作って登録できる

2
サイト内で企業と
メッセージが可能に

3
検討中リストで気になる
求人情報を保存

fitnessjob.jp

求人検索・会員登録はこちら
フィットネスジョブ 検索

インストラクター・トレーナーのキャリアマガジン
月刊ネクスト 2021年5月号 No.169
NEXT 2021 5
2021年4月25日発行
（毎月25日発行）
発行人:古屋武範
編集長:岩井智子
〒150-0045 東京都渋谷区神泉町20-25神泉QSビル8F
株式会社クラブビジネスジャパン
TEL:03-5459-2841
FAX:03-3770-8744
URL:www.fitnessclub.jp
E-mail:info@fitnessclub.jp