

求職者支援訓練コース案内

【3月開講】 【実践コース】

【トレーニングインストラクター養成科(託児)】



ハロートレーニング
— 急がば学べ —

訓練コース番号 5-06-40-002-20-0314 訓練実施機関名 一般社団法人全日本コンディショニングコーチ協会

訓練期間	令和7年3月25日(火) ~ 令和7年9月24日(水)	土日祝日の訓練の有無	無
訓練時間	9時30分 ~ 16時00分		
訓練対象者の条件	自宅にパソコン等の情報通信機器を備え、通信費の負担ができる(オンライン訓練実施時、希望者のみ)		
定員	30名	受講申込者が定員の半数に満たない場合は、訓練が中止となる場合があります。	
求職者支援訓練申込方法	①住所を管轄するハローワークにて就職相談を受けてください。 ②訓練受講が適切と認められた場合に受講申込書の交付を受け、必要事項を記入の上、募集期間内にハローワークで受講申込手続きを行ってください。 ③ハローワークで受付された受講申込書を「受講申込書提出場所」へ持参または郵送により、提出ください。		

募集期間	令和7年1月24日(金) ~ 令和7年2月20日(木)	(注)
	(注)受講申込みをするためには、ハローワークで複数回の相談を行うことが条件になります。このため、2月19日(水)までにハローワークで初回の相談を行う必要があります。 ※募集期間終了間際になると、ハローワークの受付窓口が大変混雑しますので、お早めの受講申込手続きをお勧めします。	
訓練実施施設の見学	可	見学可能日 令和7年1月24日~令和7年2月20日、10時~16時の間で、随時受付。(事前連絡要/土日祝日は休み)
受講申込書提出場所	〒816-0802 福岡県春日市春日原北町四丁目20-2 シャンボール春日原2階	
選考試験実施日	令和7年3月4日(火)	選考結果発送日 令和7年3月10日(月)
選考試験実施場所	〒816-0802 福岡県春日市春日原北町四丁目20-2 シャンボール春日原2階	
選考方法	面接	持参する物 なし

訓練実施施設名	一般社団法人全日本コンディショニングコーチ協会 春日原教室		
訓練実施施設の所在地	〒816-0802 福岡県春日市春日原北町四丁目20-2 シャンボール春日原2階		
電話番号(お問い合わせ先)	092-588-6555	お問い合わせ担当者	田中 美紀
駐車場の有無、台数及び料金	無	最寄駅等	西鉄 春日原駅より 徒歩約3分 JR春日駅より 徒歩約4分
駐輪場の有無、台数及び料金	無		

訓練施設PR欄(過去の訓練の実績、就職率、就職先、訓練の特徴等)

説明会随時開催

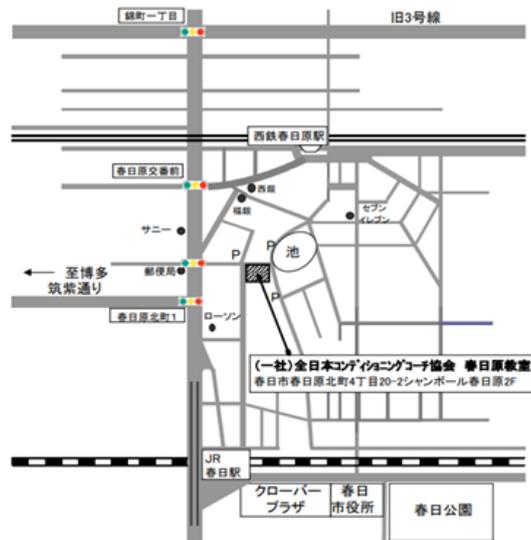
一部オンライン対応(希望者のみ)訓練があります。(キャリアコンサルティングのみ)
オンライン訓練に必要な通信設備やPCの貸与はありません。
オンライン訓練の詳細に付きましては直接お問合せください。

~人生100年時代を支えるトレーニング指導者の育成~
自信を持って生きる未来を拓こう!

- ◆コンディショニングをベースに置いた健康で強く美しい身体づくりを、理論的に学習し日々実践します!
- ◆6ヶ月の訓練期間での実践的型学習により、トレーニング指導者として説得力のあるカラダづくりのノウハウを習得
- ◆修了後、今より自信を高めた自分に出会いキャリアアップできるように、講師・スタッフ全力でサポート致します!

修了生の就職先

- 例) *福岡市内公共体育館【トレーニング指導員】
*福岡地域大手トレーニングジム【パーソナルトレーナー】
*介護施設【デイサービス機能訓練補助】
*24時間フィットネスジム【ジムインストラクター・パーソナルトレーナー】
*各整骨院/リラクゼーション施設など多数



託児サービスの提供は、生後10ヶ月以上からが対象です。
また、人数に制限がある場合がありますので、お問合せください。

訓練カリキュラム

訓練実施機関名： 一般社団法人全日本コンディショニングコーチ協会

訓練目標 (仕上がり像)	トレーニングの基礎を理論・実技の両面から理解し、スポーツトレーニング指導や介護予防の運動など、個々の体力や目的に応じたトレーニングメニューを作成し、指導ができる人材を育成								
訓練修了後に取得 できる資格	名称(フィジカルトレーニングコーチBASIC)	認定機関((一社)全日本コンディショニングコーチ協会)				任意受験			
	名称(ボディメイクインストラクター)	認定機関((一社)全日本コンディショニングコーチ協会)				任意受験			
	名称(フィジカルトレーニングコーチADVANCE(運動機能訓練指導者))	認定機関((一社)全日本コンディショニングコーチ協会)				任意受験			
訓練概要	身体の仕組みから詳しく学習することで、個々の体力や目的に応じたトレーニングメニューを実際に作成し指導ができるようになる。また指導者として必要なコミュニケーションスキルやプレゼンテーションスキルを学ぶ。【オンライン対応コース】								
訓練 内容	科目		科目の内容			訓練時間			
	入校式・オリエンテーション・修了式		入校式、訓練の概要説明(2H) 修了式(2H)						
	学 科	解剖学	骨、関節、筋肉の構造と機能、運動神経系の仕組み			57時間			
		生理学	生体の機能・特性、呼吸循環器系の役割、神経系の基礎知識、エネルギー代謝と内分泌系、脳と感覚、運動と筋収縮			39時間			
		トレーニング科学	ストレングストレーニングの基礎、トレーニングの基本原則、エネルギー供給システム			45時間			
		コンディショニング	身体の状況・状態の把握と改善方法、栄養学、食事管理、健康管理			33時間			
		トレーニングプログラム	ヒアリングの方法、目的(ボディメイク、健康維持、低体力者、アスリート)に合わせたトレーニング計画とプログラムの作成方法			30時間			
		実践スキル講習	コミュニケーションスキル、心理学、コーチングスキル、メンタルトレーニングスキル、安全衛生(3H)			27時間			
		就職支援	履歴書、職務経歴書の作成の方法、面接の受け方、ジョブ・カードの作成方法			9時間			
	実 技	トレーニング演習	ウエイトトレーニング、部位別の筋力トレーニング、スピードトレーニングの方法と指導手順			30時間			
		測定評価演習	アライメントチェック、関節可動域評価、動作の不良分析、姿勢改善のトレーニング			21時間			
		体幹トレーニング	体幹の強化とバランス改善のためのトレーニング方法と指導手順、目的に合わせた体幹トレーニングの指導方法			45時間			
		ピラティス	呼吸法、ピラティスエクササイズの実践と指導手順			48時間			
		実務演習	教室・イベントの企画から実践までの演習、レクレーション、グルーブレッスンの企画実践演習			36時間			
		プログラム演習	クライアントの目的(ボディメイク、健康維持、アスリート技術向上)に合わせた、トレーニング計画とトレーニングプログラムの作成演習			21時間			
		ストレッチ	静的ストレッチ、動的ストレッチ、PNF法、パートナーストレッチの手法、指導手順			45時間			
		指導演習	状況別(パーソナル、グループ、チーム)に、目的(ボディメイク、健康維持、介護予防、アスリートの技術向上)に沿った実践演習			60時間			
		総合演習	ヒアリングから目的の理解、トレーニング計画に沿ったプログラムの作成、指導実践、プログラム修正までの演習			60時間			
		企業実習	✓	実施しない	実施する				
	職場見学、職場体験、職業人講話	【職業人講話】「介護施設の現状と改善」 介護施設指導員			3時間				
【職業人講話】「仕事の取り組み方」 パーソナルトレーニングジム経営者兼トレーナー			3時間						
訓練時間総合計	612時間	学科	240時間	実技	366時間	企業実習	時間	職場見学等	6時間
受講者の負担する費用	教科書代		11,990円			合計	11,990円		
	その他()		0円						
	備考(通信費、託児サービス内容のうち実費負担分が別途発生)								
受講生の負担する費用の注意点	フィジカルトレーニングコーチBASIC認定試験料及び登録料(任意)・・・実費21,000円 ボディメイクインストラクター認定試験料及び登録料(任意)・・・実費21,000円 フィジカルトレーニングコーチADVANCE(運動機能訓練指導者)認定試験料及び登録料(任意)・・・実費21,000円 ※受講決定後、令和7年3月14日までに受講辞退の連絡がない場合は、テキスト代(11,990円)を負担していただきます。								
備考	※ 金額は、すべて税込みです。								

(注1) ハローワークで職業相談を受け、現在有する技能、知識等と労働市場の状況から判断して、就職するための職業訓練を受講することが必要と判断された方に対して、次回の職業相談時に適切な訓練コースの受講申込書が交付されます。(初回の相談時においては、受講申込書は交付されません。)当該受講申込書を募集期間内に訓練実施機関までご提出ください。

(注2) 求職者支援訓練を受講する方は、就職支援措置の実施に当たるハローワーク職員の指導又は指示に従うとともに、自ら進んで、速やかに 職業に就くように努めなければなりません。



ハロレック