



9月25日開講ハロートレーニング（求職者支援訓練）



ボディメイクインストラクター養成科(eラーニングA)

訓練実施施設	(一社) 全日本コンディショニングコーチ協会 関西支部		
訓練コース番号	5-06-27-002-20-0255	コース名	() 基礎 (○) 実践
募集期間	令和 6年 8月 2日～ 令和 6年 8月 22日		

	科目	科目の内容	訓練時間	
訓練内容	学科	ボディメイク理論	健康的で美しいボディラインを作るためのトレーニング・コンディショニング、測定法、栄養学、体組成 トレーナーに必要なリスク管理（解剖学・生理学を踏まえたケガのリスク）、不定愁訴について	35
		ボディメイクプログラム	ボディメイクプログラム作成のための基本的な考え方・ケース別対応と事例	18
		指導スキル講習	ヒアリングの方法、メンタリング・コーチングの技法、遠隔指導について、安全衛生、接客	6
		就職支援	キャリアコーチング、ジョブ・カード記入指導、面接対策	4
	実技	ボディメイク実技	○ストレッチ（スタティックストレッチ・ダイナミックストレッチ） ○体幹トレーニング（MSPP） ○部位別トレーニング（筋力アップ・シェイプアップ・パンプアップ） ○ピラティス（呼吸法・エクササイズ） ○フリーウェイトトレーニング	49
		プログラム演習	ボディメイクプログラムの作成と実践・修正の演習（対面指導でフィードバック）	52
		指導演習	クライアント目的に応じたトレーニング指導演習（対面指導ではオンラインによる実践）	30
その他	総合演習	ボディメイクプログラムに沿ったプログラム立案から指導演習（対面指導ではオンラインによる実践）	38	
その他	【職業人講話】 ①企業が求める人材像(1H) ②人生100年時代のトレーナー業(1H) ③大会出場と指導について(1H) ④パーソナルトレーナーの醍醐味(1H) ⑤接客時に大切にしていること(1H) ⑥駆け出しトレーナーの経験談(1H) ⑦ボディメイク業界の展望(2H)		8	

本訓練は通所の必要のない訓練です。対面での授業は全てオンライン(Zoom使用)での受講となります。

訓練対象者の条件	①育児・介護中の者②居住地域に訓練実施機関がない者③在職中の者等、訓練の受講に当たり特に配慮を必要とする者 ※トレーニングスペース(1.8m×1.8m)／パソコン又はタブレットが準備できる方(推奨通信環境上り・下り共1.5Mbps以上)		
訓練目標	ボディメイクインストラクターとしてお客様の悩みを解消し、理想的なカラダづくりに応えられる効果的なトレーニングメニューの作成と指導、食事を含むライフスタイルのアドバイスが出来ること		
訓練期間	令和 6年 9月 25日 ～ 令和 6年 12月 24日	土日祝の訓練実施の有無	就職支援②10/26(土)のみ 9時30分～11時30分
訓練時間	総訓練時間:240時間(1週間あたりの訓練時間 約20時間) ※うち32時間をオンラインで実施(対面指導2時間×13回、就職支援2時間×2回、職業人講話2時間×1回)		
定員	21名	(受講申込者が募集定員の半数に満たない場合は、訓練の実施を中止することがあります)	
自己負担額 (税込み)	教科書代6,050円、eラーニング訓練受講に係る通信費用実費		
説明会 日程(要事前予約)	随時実施中		
	全てオンライン(Zoom使用)で随時開催しております。(お問い合わせの上、ご参加ください。) ※問い合わせ事務局 電話 092-588-6555(AM 9:00～PM 6:00) メール info@ncca.jp (24時間受付)		

人生100年時代！健康できれいでカッコイイ身体作りのプロトレーナーを目指します

◆**コンディショニングをベースに置いた健康なボディメイク**について専門知識と指導法を、自身のカラダで実践しながら習得します。前半は理論とトレーニング実技について学び、後半は前半で学んだことを基に自身や他者のボディメイクプログラムを組み経過を見ながら実践・修正をして検証します。

◆**一人で理解が難しいことは、ホットライン**を活用し質問を入れるとメールや対面指導の際に回答します。対面指導は週に1度、3名のグループで行い、ひとりで学習した内容を他の受講者と共有し自分では気付かないことを発見したり、他の受講者も頑張っていることに刺激を受けたりと、トレーニングを通したコミュニケーションが非常に楽しく有意義な時間だと大好評です！



NCCAEラーニング 修了後の主な就職先と職種

- ・ゴールドジムパーソナルトレーナー
- ・かたぎり塾パーソナルトレーナー
- ・ZENPLACEインストラクター
- ・整骨院リハビリトレーナー
- ・市の体育施設インストラクター
- ・XBodyLaboパーソナルトレーナー
- ・スポーツオアシスインストラクター
- ・スタイリッシュボディコンディショニングトレーナー
- ・ゴールドジムトレーナー
- ・NAS トレーナー
- ・アクアスポーツ&スパ受付
- ・Asicara企画スタッフ
- ・セントラルスポーツインストラクター
- ・メディカルフィットネストレーナー
- ・デイサービス機能回復トレーナー

※NCCA有資格者がボディコンテストにて続々タイトル獲得(パーソナルトレーナーとしての大きな強みとなります)

各ボディコンテスト受賞一覧	BBJ ベストボディジャパン
	2021年 モデルジャパン マスターズクラス準グランプリ
	2020年 九州大会 グランプリ
	2019年 西日本大会準グランプリ
	2019年 佐賀大会グランプリ
	2018年 鹿児島大会準グランプリ
	2018年 東日本大会準グランプリ
	2018年 福岡大会、ウーマンズクラスグランプリ
	2017年 日本大会ファイナリスト
	2017年 Mr.model Japan 九州大会準グランプリ
	JBF ジャパンボディビルフィットネス
	2023年 マッスルゲート熊本大会2位
	2022年 兵庫フィットネスビキニオーパーオール優勝3冠
	2022年 九州沖縄オープンフィットネスビキニ優勝
	2019年 オールジャパン年齢別160cm以下グランプリ
SBC スーパーボディコンテスト	
2022年 日本大会グランプリ(2連覇)	
2021年 福岡大会グランプリ	
2019年 福岡大会総合優勝▶日本大会3位	
FWJ	
2021年 フィットネスワールドジャパン2位	
NPCI	
2018年 福岡大会 フィットネスモデル準グランプリ	



ま向N
ず上C
はをC
説全A
明力
はあ
会で
へサ
な
Gポ
のた
Oト
の職
し業
まス
すキ
ル

修了後に取得できる資格(任意受験)

NCCA 認定ボディメイクインストラクター



福岡校訓練修了者のお仕事先でのワンショット

【eラーニング受講にあたっての注意事項】

- ※パソコンやタブレット等eラーニングを受講できる端末があること
- ※端末にカメラ、マイク機能必須
- ※レポートの提出に必要な文字入力ができること
- ※自宅にWi-Fi環境があること(通信に十分なギガが必要になるため)
- ※公共無線LAN(FreeWi-Fi等)を使用して受講しないこと
- ※各ユニットごとに受けて頂く「習得度確認テスト」の正解率が3回連続で8割未満となった場合は、理由を問わず退校処分となります
- ※通信障害が多く発生する場合は、自身で新しい機器が整備できなければ受講継続できなくなるケースがあります。(訓練校で機器の貸与はしない)
- ※**実施日を特定する科目**についてすべてオンライン上(同時方向性)で行います。
- ※受講を希望する場合、選考日の前日までに**誓約書の提出**が必要です。
- 詳しくは訓練実施機関へお問い合わせください。

県外からの受講は
できますか？対面
指導は？

トレーニング実技
はどのような形で
行うのですか？

自宅に器具など
を用意しないと
いけませんか？

オンライン
説明会



疑問や不安は、どうぞ遠慮なくご質問下さい！

説明会は、使用する動画コンテンツを見て頂きながら、効果的な学習の方法や、仕上がり目標などについてご説明いたします。質問などを含め、約1時間ほど予定しております。

選考日	令和 6年 8月 30日
選考予約先(電話番号)	事務局 092-588-6555
時間	上記に必ず予約の電話をしてください。選考時間は予約時にお知らせします。
選考結果通知日	令和 6年 9月 6日
選考方法	オンラインによる面接にて選考

訓練実施施設名	(一社)全日本コンディショニングコーチ協会関西支部
訓練実施施設の住所	〒596-0825 大阪府岸和田市土生町309
TEL番号(問い合わせ先)	080-3542-0494
メールアドレス	info@ncca.jp
お問い合わせ担当者	田中

協会概要

(一社)全日本コンディショニングコーチ協会 公式HP



※募集期間終了間際になりますとハローワークの受付窓口が大変混雑いたしますので、お早めの受講申込み手続きをお勧めいたします。