

# FTP マットピラティス

## マタニティピラティス指導者養成コース



FTPピラティスコースディレクターであるメアリー・ジェーン・ジョンソンにより考案4日間に渡るコースは、妊娠している女性や母親になった女性の前屈姿勢改善、また、このコースには米産科婦人科学会による最新のリサーチにより、妊娠中の女性に対する考慮事項、禁忌などに関する内容を含みインストラクターは妊娠しているクライアントや帝王切開後、加えて、産後の授乳期間中などのクライアントにも特化したマットピラティスのエクササイズ指導法等を学んでいきます。コアの筋群を再度起動するエクササイズについて学んでいくことに重点が置かれています。



### コース詳細

#### ■開講日時

2021年 8/1、8/15、8/22、9/12  
全日程日曜日 13:00~18:00(最終日講義+検定)

#### ■参加資格

FTP マットピラティスベーシックインストラクター資格  
または、それに準ずる他団体のピラティス資格保有者

#### ■会場: 静岡県浜松市中区木戸町 3-1 3F スタジオヘルスタ

◆金額: 132,000 円(税・教材費込み)

◆講師: 村松 リカ  
(FTP マットピラティスマスタートレーナー)

◆定員: 10 名

#### ■お申込・お問合せ先■

##### スタジオヘルスタ

浜松市中区木戸町 3-1 大和染エビル 3F  
TEL/FAX 053-489-6680  
mail: info@helsta.jp www.helsta.jp

#### 《お申込の流れ》

- 1.左記のお申込・お問合せ先へお電話またはメールにてご連絡ください。
- 2.「申込用紙」と「FTPJAPAN 会員規約」を HP よりダウンロードし、「申込用紙」にご記入のうえ、郵送にてお送りください。
- 3.コース開始日 3 週間前までに受講料の支払いを行ってください。(ご入金を持って最終申込み決定とさせていただきます。)
- 4.当日、動きやすい服装、ヨガマット、筆記用具をお持ちのうえ、スタジオまでお越しください。

#### 《振込先》

静岡銀行 浜松営業部(361) 普通 1452698  
(株)ヘルシースタイル 代表取締役 鈴木里香  
※振込手数料はお客様ご負担となります。

- ※ 最低実行人数を下回った場合は開催を延期する場合がございますのでご了承ください。
- ※ 自己都合により受講を中止された場合、入金された受講料に関しては一切返金はいたしかねます。

#### ◆ FTP(Fit To Perform) ◆

RSA 認可の高レベルトレーニングコースを提供する、ロンドンで開発されたフィットネス教育組織。フィットネス関連に携わるあらゆるカテゴリーのエキスパートを育成することを主目的として結成された。現在でも FTP 認定インストラクターは、エキスパートして活躍できる人材であると認められ、数多くのインストラクターが活躍している。

#### ◆ 受講にあたって… ◆

養成コース生特典: 入会金無料、レッスン料 ¥2,200/1 回で受講可能です。