

# インストラクター養成コース 3期生募集 !!

マグマの知識・レッスン指導のスキルを学び、inseaでの指導を目指す方のためのコースです。  
卒業生は、マグマスパスタジオで既に活躍しています！



## マグマ有酸素系レッスン コンダクター養成コース

■ 対象者： マグマスパスタジオでレッスンを担当したい方（指導資格の有無は不問）

■ コース： 11月開講（11月下旬～2018年3月上旬） 募集人数：各6～8名

3時間×15回 全45時間 + テスト 料金：168,000円（税込）※テスト代含む

（予定） 11月/24日  
12月/3日、8日、17日、20日  
1月/8日、14日、19日、23日、29日  
2月/4日、9日、18日、27日  
3月/4日

募集延長に伴いスケジュールは変更になります。詳しくはお問い合わせください。

■ 会場： (株)マグマスパジャパン 麹町店研修スペース

■ 講師：

マグマ有酸素系・調整系教育トレーナー：相澤



◆面接を行いますので、HPエントリーフォームよりお問い合わせください。

お問い合わせ事務局： 河原・近藤 070-5518-4762 magmaspa.labo@gmail.com  
担当講師： 相澤

## MAGMA コンダクター有酸素 養成コース（第3期）募集要項

【マグマスタジオインストラクター養成コース】3期生募集！！

首都圏で広がりを見せる体温の上昇と体調改善を可能にするマグマスパスタジオ。  
インストラクターとして指導をしたい方待望のコースです。新しいチャレンジを新年から始めましょう！！

マグマの知識やレッスンの指導スキルを学べるコースで、現在会社にお勤めの方も通えるような曜日と時間で設定しています。コースカリキュラムをマスターした方は、マグマスパスタジオでの契約も可能です。  
この機会に、多くの方に幸せを与えるマグマスパスタジオでのお仕事にチャレンジしてみませんか？

### ■ アカデミーのゴール

【有酸素系コース】

insea の大人気プログラムである有酸素プログラムの基礎となるリズム/ステッププログラムのスキルを身につける。  
成績優秀者は、マグマスタジオでのレッスンを担当することができる。

※1期生、2期生は各店にて活躍しています！！

※成績優秀者には調整系プログラムへのコースをご案内します。

### ■ 募集人数/定員

6～10名（催行人数5名）

### ■ 募集対象者

レッスン未経験者も可（指導資格の有無は関係なし）

コース受講後レッスンを担当可能なかたで、将来指導者として仕事を継続して行いたいと思っているかた。

### ■ スケジュール

2017年11月下旬～2018年3月上旬 約3ヶ月

有酸素系コンダクター養成 3時間×15回 全45時間+テスト

### ■ 会場

(株) マグマスパジャパン 麹町店研修スペース / 一部 insea 各店スタジオ

### ■ 講師 相澤 加奈



フィットネスインストラクターパーソナルトレーナー歴20年以上、  
最前線のスポーツクラブでのエアロビクス・あらゆるジャンルのダンスエクササイズの豊富な指導経験を  
基礎に insea オープンから人気コンダクターとして活動、ビューティープログラムの開発やその他  
パーソナルトレーナー、ランニングコーチ、美くなる料理教室開催、女優、タレントのビューティー  
ムック本等の監修、美容商品のプロデュース、QVC出演  
各種メディア・雑誌・CM出演など、活躍は多種に渡る。  
NESTA 認定パーソナルフィットネスインストラクター/ニッポンランナーズコーチ  
アスリートフードマイスター/2016 イージーヨガエリートアンバサダー

## ■料金

168,000 (税込) ※テキスト代含む

※別途 習熟度やコース欠席により補習やフォローアップ (有料) が必要な場合があります。

## ■養成コース参加特典

①期間内 insea 利用月 10 回/月 3ヶ月 \*追加受講 1,080 円/回

(参加人数の関係で、参加時間や人数の調整あり)

②コース終了後テスト合格者はレッスン担当

③コース修了後、マグマラボ (insea に指導者派遣) と契約後、ステップアップの研修受講は無料

④insea などでのプレレッスンの実施 (経験をつめる)

※自主練習の会場利用は無料。(本社会議室や麹町店研修スペース、insea 各店レッスン空時間など)

■有酸素コンダクター養成 (講習 15 回) 3 時間/回 15 回 45 時間

※募集延長の為スケジュールは変更となります、詳しくはお問い合わせください。

	日程	曜日	時間	授業内容
1	11月24日	金	19:00~20:00	体型・体脂肪チェック/動作チェック/マグ マスジ オにおける有酸素運動の説明
2	12月3日	日	10:00~13:00	座学 (機能解剖学) /動作チェック/リズム取り/キューイング ①/リード ①
3	12月8日	金	19:00~20:00	座学 (運動生理学) /キューイング ②/リード ②
4	12月17日	日	10:00~13:00	リード ③/ステップ プログラムウォーミング アップ
5	12月20日	水	19:00~20:00	ステップ プログラムメインパート
6	1月8日	月/祝	15:00~16:00	座学 (怪我・障害) /強度変換とコントロール/リード 練習
7	1月14日	日	16:00~19:00	ステップ プログラム確認/筋コンディショニング
8	1月19日	金	19:00~20:00	リード ④/リズムシェイプ プログラムウォーミング アップ
9	1月23日	火	19:00~20:00	リード ⑤/リズムシェイプ プログラム (リニア・コンビネーション) /メインパート
10	1月29日	月	19:00~20:00	リズムシェイプ プログラムメインパート
11	2月4日	日	10:00~13:00	リズムシェイプ プログラムリード 練習/マグ マトーク
12	2月9日	金	19:00~20:00	ステップ・リズム プログラムまとめ
13	2月18日	日	10:00~13:00	経過確認と各自の課題/座学小テスト
14	2月27日	火	19:00~20:00	プログラムリード 練習
15	3月4日	日	10:00~13:00	プログラムリード 練習

◇別途 習熟度により補習やフォローアップ (有料)

◇必須課題 : 週 2 回のレッスン参加 (有酸素系中心)

◇自主練習 20 時間必須 (insea レッスンとは別で)

◇追加講義 & 講義日変更は別途料金

◇最終試験の追試 2 回目以降は有料

## ◆有酸素系レッスン コンダクター養成コース

### 2期 卒業生

養成2期を受講させて頂きました。

普通の主婦で、お客様として通っていたインシーのコンダクターになれたのも、相澤先生の愛のあるご指導のお陰です。

各店舗のスタッフの皆様にもお世話になりました。

本当にありがとうございました。

養成受講は、私の人生の中で一番頑張ったことです。

1つ1つ課題をクリアしていくために、出来る限りレッスンを受け、そしてうちの自主練。

同じ養成生と支えあいながら頑張ってきました。

現在、有酸素と調整系のプログラムを受けもたせて頂いています。

スキルアップのために今も頑張っているところです。

マグマの効果をお客様にお伝えしながら、楽しくレッスンしています。

### 20代 会社員

全く何もわからないところから、2ヶ月後には本当にコンダクターとしてレッスンを担当させていただけるようになり、養成コースに参加して良かったなあ〜と、しみじみ思っています。自分がコンダクターをやるなんて思ってもみませんでした。今や、なくてはならない大好きな仕事。

そして、養成コースの仲間も本当に大切な存在となりました。皆と助け合いながら成長できる日々は刺激的で、純粋に、すごく楽しいですよ！

### 30代 看護師

insea が好きという気持ちとやる気があれば、夢は叶います！養成コースでは、自分の個性や強みを引き出してくれ、新しい自分に出逢えるチャンスです！！

相澤先生やスタッフの方々のバックアップ体制が整っており、私は、ダブルワークが実現しました。レッスンを担当させていただき、お客様から頂けるお言葉や笑顔は、涙が出るほど嬉しく、感動の連続です。

マグマの素晴らしさ、身体を動かす事の楽しさや喜び、インストラクターの奥深さを学び、他では得られない感動や興奮を、皆さんも是非体感し、輝いてください！

### 40代 主婦&パート勤務

応募したきっかけは美容、健康に携わる仕事をしたいという夢があったからです。

年齢や、3人の子育て、一番の課題は自分のイメージを変える、難しいチャレンジでしたが、相澤先生の丁寧で解りやすいご指導のおかげでレッスンを担当させていただけるところまで導いていただきました。

お客様に笑顔で楽しかったとお声をかけていただけること、同じ目標を持ちながら励まし合える仲間に出会えたことに心から感謝しています。

### 30代 フリーデザイナー

体を動かすのが本当に大好きでしたが、まさか自分が指導の方に携わるとは全く考えた事がなかった私が相澤先生にきっかけをいただき養成に参加をすることになりました。

運動するには体力、運動能力共に自信があったのですが、教える方になると、全くの受ける側との違いに戸惑い、出来なさに悔しく泣いたこともありました。

もし、1人だったら乗り越えられなかったと思います。養成では仲間がいます。

皆で沢山練習をし、フィードバックをし合い、時には励ましあい、相談をしたり本当に心強い存在でした。

養成を卒業した後でも同期のコンダクター仲間がいます！

これから一からコンダクターとして成長して学んでいく中、仲間がいる事はそれは本当に本当に心強い存在です！！養成に参加できて本当によかったです。

### 30代 主婦

「養成コースに応募した動機は、体を動かすことが好きだったのに加え、年齢や環境に関係なく、どこまで成長できるのか自分の可能性や変化を楽しみたいと思ったからです。

実際コースを受けてみて、カリスマインストラクターと名高い相澤先生の熱いご指導と、スタッフの皆様の優しいサポートのお陰で、右も左も分からない私でも、回を重ねる毎に成長していくのを実感しました。

そして何より、コース終了後すぐにコンダクターとしてデビューの機会を与えてもらえることも、他の養成にはない強みだと思います。

コンダクターになった今、新たな目標や遣り甲斐、達成感や責任感に満ち溢れた充実した毎日を送っています。

又、もう一つ大きく得たものがあり、それは最後まで一緒に切磋琢磨してきた養成仲間との関係です。

インシーの養成コースは、沢山の経験や絆を与えてくれ、家族や友人も私の変化に驚いています！！」