

時代に負けないクラブづくり③

拝啓 初秋の候、貴社益々ご清栄のこととお慶び申し上げます。
平素は格別のお引き立てをいただき、厚く御礼申し上げます。

前回、ゴールドジム東中野東京店にて開催いたしました当社セミナーを、10月19日、ゴールドジムサウス東京ANNEX店にて、THINKフィットネス2009『時代に負けないクラブづくり③』と題し開催する運びとなりました。

百年に一度といわれるこの不況の中、いかにして既存の会員様にご満足いただくか、また、新規のお客様をいかにしてフィットネスクラブへ足を運ばせるか、その為に今回は、おもてなしする側『クラブのジムスタッフ、インストラクターの方の為』のセミナーを開催させていただき、時代に負けないクラブづくりのお手伝いできればと考えております。

当日は、日本トップクラスのトレーナーによるトレーニングの基本的な指導からトレーニングマシン、フリーウェイトにいたるまで現場で役立つ内容を実際に体験していただきます。

また、『地球の重力がカラダを変える。』と題しまして最新エクササイズ 自重トレーニング『FITWALL』 『TRX』トレーニング、体重を利用した楽しく効率的なエクササイズを体験していただきます。
皆様の参加をお待ちしております。

敬具
株式会社THINKフィットネス

日 時 : 平成21年10月19日(月) 時間は別紙参照願います。
※受付開始時間は12:00となります。

会 場 : ゴールドジムサウス東京アネックス(大森)

セミナー参加費用 : 1名1,500円(税込)

懇親会参加費用 : 1名3,000円(税込)
※懇親会は17:30~19:30

セミナーでは聞くことのできなかつた質問や、他の施設の方との情報交換の場としてご利用ください。尚、講師の方も参加を予定しておりますが、都合により参加ができない場合もございますので、あらかじめご容赦願います。
会場につきましては、当日、スタッフよりご案内させていただきます。

セミナー会場のご案内

詳細

ゴールドジムサウス東京アネックス
JR大森駅徒歩1分
〒143-0023
東京都大田区山王2丁目4-1
大森駅前ビル6.7階
電話(セミナーについて)
03-3645-9801<本社>
問合せ: shirai@thinkgroup.co.jp

周辺MAP



セミナー詳細・タイムスケジュール

・セミナー ① 13:00～14:30 (定員40名)

ウェイトトレーニングの基本・フリーウェイト入門

講師:ボディビル世界チャンピオン 小沼敏雄様

ウェイトトレーニングの基本 フリーウェイト入門

フィットネスクラブで指導されるウェイトトレーニングの基本 = フリーウェイトのトレーニングについて器具の特徴から、トレーニングの基本 更に「追い込む」トレーニングを体感して頂きます。

世界チャンピオンの指導を受けるチャンス、是非 体験してください。

**講師
決定**

・セミナー ②15:00～16:30 (定員40名)

最新エクササイズ 自重トレーニング。

講師:日本TRXトレーニング協会理事TRXマスターインストラクター 依岡伸幸

日本TRXトレーニング協会理事TRXマスターインストラクター田中英俊

『地球の重力がカラダを変える』最新エクササイズ『FITWALL』は体重を利用した楽しく効率的なエクササイズ。手先と足先だけを使って体重を移動させることで筋力、筋持久力バランス、柔軟性のすべての要素が同時に養われる、大変優れた全身運動です。

当日は今、話題のアメリカ発の新しいトレーニング自重トレーニング『TRXトレーニング』も体験いただけます。トレーニング経験の有無等に関わらず、負荷の強弱も簡単で300種類を超えるプログラムがあります。はじめての方でも簡単に行うことができますので、ぜひこの機会に体験してください。

セミナー参加ご希望の方は、お手数ですが、下記「参加申込書」に必要事項を記載し、ご返信ください。

返信先:FAX 03-3645-9802

参加申込書

○をおつけください。			参加者名・会社名・ご連絡先	
参加希望セミナー およびレッスン	懇親会	領収書を発行いたしますので、領収書に記載希望の会社名を記入願います。個人名をご希望の方は個人名のみ記入願います。		
1	2	参・欠	会社名 個人名	TEL メール
1	2	参・欠	会社名 個人名	TEL メール
1	2	参・欠	会社名 個人名	TEL メール

締切は10月15日(木)とさせていただきます。

※定員に達した場合、締切とさせていただきますので、あらかじめご了承ください。