FITVITは、インストラクターに
いいこと・便利なことを提案・実現していきます。

UNIVERSITY FITVIT

募集

各スクーリング受講ご希望の方は、FITVIT DESK までお問い合わせください。
各詳細の資料を送付いたします。

FMS（ファンクショナルムーブメントスクリーン）Level 1&Level 2 ライセンス認定　コンボワークショップ3Days

近年、体の機能性に着目したトレーニングの重要性がますます注目されています。その中で、FMS による評価とその結果に基づくアプローチは、もはやアスレティックトレーナーやパーソナルトレーナーにとってのスタンダードとなっています。基礎動作についての知見と改善アプローチの数々を学べるチャンスです。体の基礎動作評価をセッションに取り入れたいトレーナーはもちろん、動きの知見を深めたいフィットネス、医療関係者におすすめします。

FMSとは？

ファンクショナルムーブメントスクリーンは、人間の機能的な動きのために必要な、7つの基礎的動作を評価するスクリーニングツールです。1995 年に Gray Cook 氏と Lee Burton 氏によって体系化された FMS は、そのエビデンスと簡便性から、体の機能性に着目する理学療法やパフォーマンストレーニングの分野で有効なスクリーニング手法として注目を集め、NFL、NHL、MLB、NBA の殆どのプロチームやナショナルチームで導入、現在はフィットネス分野でもパーソナルトレーニングを中心に多くのトレーナーが有効に活用しています。

なぜムーブメントスクリーンが有効なのか？

- コンディショニングとパフォーマンストレーニングにおける、ベストなアプローチポイントを把握できる
- 基礎的動作のレベルを把握してアプローチすることでクライアントの成長を加速することができる
- 怪我を誘発しうる体の機能制限や非対称性をすぐに特定し、修正することができる
- FMS は、クライアント、運動の専門家、医療従事者とのコミュニケーションにおいて信頼性の高いベースとなる

講師紹介

共に日本を代表するアスレティックトレーナー。日本で 2 人だけの正式な FMS プロバイダーとして FMS の普及に尽力する。

鈴木岳

Ph.D ／ ATC ／ CSCS

日本を代表するアスレティックトレーナーであり、会社を運営する傍ら、多くのアスリートの指導やセミナー、講演、執筆活動など幅広く活躍。

上松大輔

Ph.D ／ ATC ／ PES

米国でプロチームや大学にてアスレティックトレーナーとして活躍後、帰国。大学で教鞭を執る傍ら、プロアスリートの指導に携わる。

9月4日（金）～6日（日）

場所　ティップネス本社会議室／定員30名
価格　一般　120,000円（税込129,600円）
　TIP契約者　108,000円（税込116,640円）
認定　FMS Level 1、Level 2

特典　FMSウェブサイト内にある有料コンテンツが1年間無料になります（400以上のコレクティブエクササイズ映像の閲覧など。コンテンツは英語です）

※Level 1、Level 2を分けて受講することはできません（Level 1認定保持者を除く）

株式会社 ティップネス
商品部 FITVIT DESK

〒 108-0073 東京都港区三田 3-4-10 リーラヒジリザカ
03-3769-8717（平日11:00～17:00）

FITVIT　検索

詳しくはFITVIT HPまたは、FITVIT DESKにてご確認ください。