

## 安全と効果の境界線をどう引くか セミナー案内

- 日時 2025年2月20日 17:00-19:00 (2時間)
- 会場 FLEXIBLEMOVEMENT 大阪市住吉区沢之町2-6-28 2号
- 参加費 4,000円 (現地支払い)
- 単位 NSCA:0.2CEU(A)

### ○セミナー内容

トレーナーとして経験を重ねるにつれ、  
指導の質は「実施できるかどうか」ではなく、  
「その負荷・方法が妥当か」「どの時点で修正・中止すべきか」という  
判断の精度によって左右されます。

一定の成果が得られている。  
クライアントの主観的満足度も高い。  
しかし、その指導は安全性・有効性の両面から見て適切であると説明できるで  
しょうか。

本セミナーは、  
経験や直感に依存しやすいトレーニング判断を、  
運動科学・リスクマネジメント・公式ガイドラインに基づく基準によって再整  
理し、判断の再現性と説明責任を高めることを目的とします。

- 講師 藤田賀史 CSCS, CPT

### ○申し込み

tel: 080-1421-7600

mail: kettlebellelite@icloud.com



**FLEXIBLE  
MOVEMENT**