

スポーツインテリジェンス株式会社

SI3ンパー 3ンパー特典のご案内

メンバー登録でスポーツインテリジェンスの サービスが特別価格でご利用いただけます!



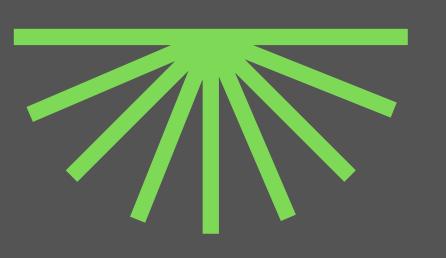
出張単発指導 指導費用 10%オフ!



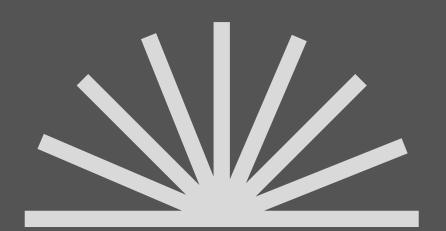
年1回いつでも 半額!



主催セミナー 参加費用 10%オフ!



S.I.SHOP商品 対象商品 10%オフ!







SIメンバーご登録はこちらから: https://forms.gle/tx19bgrfq94nupiva



出張単発指導

- 指導内容につきましてはご希望に沿わせて実施させていただきます!ぜひご相談ください!
- ・内容例↓ トレーニング方法、試合時のコンディショニング、応急処置 でのテーピング方法、普段や試合の時の食事について、メン タルトレーニング…など ※派遣トレーナーつきましては、こちらで指定させていただ きます

ボディメンテナンス

ボディメンテナンスとは、腰痛、膝痛、肩こりなどの身体の不調を感じられている方への痛みの改善、スポーツを実施している方々には、ケガをしてる部位への対処方法、疲労回復やコンディション調整にご利用いただける内容となっております。

ストレッチや簡単な運動、電気治療器を利用し、痛みや不調の改善を図っていきます。また、セルフケアの方法やトレーニング方法などもお伝えさせていただき、コンディション不良となっている根本の改善を目指します。 ぜひ一度ご利用ください!身体が楽になりますよ!

主催セミナー

スポーツ科学・指導現場での経験に基づいた トレーニング・ストレッチ・コンディショニングの理 論・方法をテーマとしたセミナーを開催しております。

S.I.shop

弊社がおすめする トレーニンググッズ テーピング サポーター ドリンク類 が対象!

> line公式アプリ:@564gvxki 最新情報をいち早くご案内!



** 勝つためのトータルサポート ** すべての人々に「夢」と「感動」を

最大限のパフォーマンスを発揮する ためのウォーミングアップや、効果 的なトレーニング方法をお伝えしま す。

限られた時間の中でどのようにフィジカル強化を行っていくか、また怪我のしづらい機能的な体づくりについて、理論的な講義と実技を踏まえてお伝えします。講義では機能的な体作りの必要性を、実技ではより正確な動作をお伝えします!

食事は体を作る基本です。スポーツ を行うにも、体がしっかりしていな いと疲れやすかったり、練習やトレ ーニングをしていても能力が上がり にくかったりと様々な影響がでてき ます。

栄養の講習会では、普段の食事や試 合前の食事、リカバリーのための食 事などについて解説させていただき ます!

食事による体への影響を理解することで、より強く、競技に対応した体になりましょう! 栄養





講習会

市电处みはHPから!





日々のストレッチやケアの方法、 怪我に対する処置の考え方、試合 期のコンディションの整え方な ど、競技現場で必要な情報をお伝 えします。

必要に応じてテーピング講習会等 も実施しております!

〒663-8176 兵庫県西宮市甲子園六番町2-30 0798-77-7542 スポーツインテリジェンス株式会社



スポーツを行う上でメンタルは非常に重要です。練習ではうまくいくのに本番で力を発揮できないい試合で緊張しすぎてしまう。頭が真っ自になるといった経験はありませんか?メンタルも技術や体と同じくトレーニングが重要です。メンタルとは何か?どのようにコントロールするといいのか、目頃どのようなことに取り組むといいのか、詳しく解説いたします!



SPORTS INTELLIGENCE

トレーナー・栄養士がチームのご希望に沿った内容で指導に行かせていただきます!

弊社では高齢者の健康維持・増進のための運動指導から部活動・トップアスリートの競技力向上に 向けたトレーニング指導まで、幅広く指導させていただいております。 ジュニアには身体を動かす楽しさを感じてもらいながら運動能力の向上を、中・高校生世代では

身体のことを理解し、自身の身体の管理が行えるように学ぶことが重要と考えております。 強化・リカバリー・栄養・メンタルなど、皆様のご要望に合わせて対応させていただきます!

〈主な指導内容〉

- ●ウォーミングアップやクールダウンの理論と実践
- ●競技別パフォーマンスアップのためのトレーニング方法について
- ●ケガの予防や試合時のコンディショニング方法の考え方・実践
- ●普段の食事や試合時の食事の考え方 ●熱中症と水分補給について
- ●速く走る方法とは?ボールを遠くに投げられる方法とは?
- ●メンタルトレーニングの方法・考え方

※その他、内容につきましてはご相談ください!

〈過去指導場所〉

- ■中学・高校部活動やクラブチーム指導
- ■学校授業として、運動部の合同講習会
- ■都道府県主催の強化練習会
- ■ジュニアスクール
- ■企業向け運動指導
- ■特定保健施設での運動指導 …など





〈費用〉※稅込表示

- ◆要相談(お見積もりを出させていただきます)
- ◆交通費、宿泊費(宿泊を伴う場合)実費

体力測定

皆様はご自身の身体についてどのくらい把握されていますか?ご自身の長所・短所を把握すること で、何を強化するといいのかを明確にし、より効率的にトレーニングや技術練習を行っていきま しょう!弊社では体力測定を行い、現状のご自身の身体能力を明確にしていきます。 なお、測定内容につきましては競技に合わせて選定させていただきます!

〈体力測定種目例〉

- ■両足ステップ・リズムステップ…敏捷性:素早く正確に身体をコントロール
- ■スパイダーテスト(5方向走)…スピード・調整力:走るスピード+切り返し能力
- ■背筋力・握力・腕立て伏せ・上体起こし…筋力・筋持久力:筋力の発揮、繰り返し使える能力 ■シャトルスタミナ…持久力:一定時間でどのくらいの距離を走れるか …など
- ※体力測定の内容や詳細につきましてはお問い合わせください

〈費用〉※稅込表示

- ◆スタッフ1名につき22,000円、体力測定費用2,200円/人 ◆交通費、宿泊費(宿泊を伴う場合)実費

この機会にぜひお申し込みください!

〒663-8176 兵庫県西宮市甲子園六番町2番30号 TEL/FAX 0798-77-7542

URL http://www.sports-intelligence.jp

気になる方はお気軽にお問い合わせください! トレーナー・講師派遣、体力測定に関するお問い合わせ↓

スポーツインテリジェンス

"プログラムメンバーのご案内令。

プログラムメンバーとは…

遠方でジムへ来られない方や、トレーニングをご自宅や他施設で行う方のためのメンバーです。 各個人に担当トレーナーがつき、トレーニングの目的や競技種目、トレーニング環境を踏まえた上で 個々に合わせたトレーニングプログラムを作成させていただきます。

トレーニングプログラムは動画付きで送らせていただくため、トレーニングの方法もわかりやすく、 お1人でも取り組んでいくことができます。

また、トレーニングに関するご質問などにも担当トレーナーよりお答えさせていただきます。 ご興味のある方はご相談・ご連絡ください!

内容

① お申し込みのご連絡(お電話、HPにて受付いたします)





②入会時に必要な書類をお送りさせていただき、ご記入の上ご返送いただきます



③年に1度【年間計画表】を提出していただきます (年間に行われる競技会や合宿、イベントなどをご記入いただきます)





④年間計画表を基に、毎月【月間スケジュール】を提出していただきます (1ヶ月のトレーニング可能日、OFF 日などをご記入いただきます)



⑤提出いただいた計画表や目的から、担当トレーナーが月に 1 度トレーニングメニューを 作成いたします

(トレーニングメニューはメールまたは携帯のアプリでお送りいたします)



料金システム(税込価格)

- ◎A プラン(年間契約)
 - 3,850円×12ヶ月=46,200円
- ◎B プラン(半年契約)
 - 3,850円×6ヶ月=23,100円





