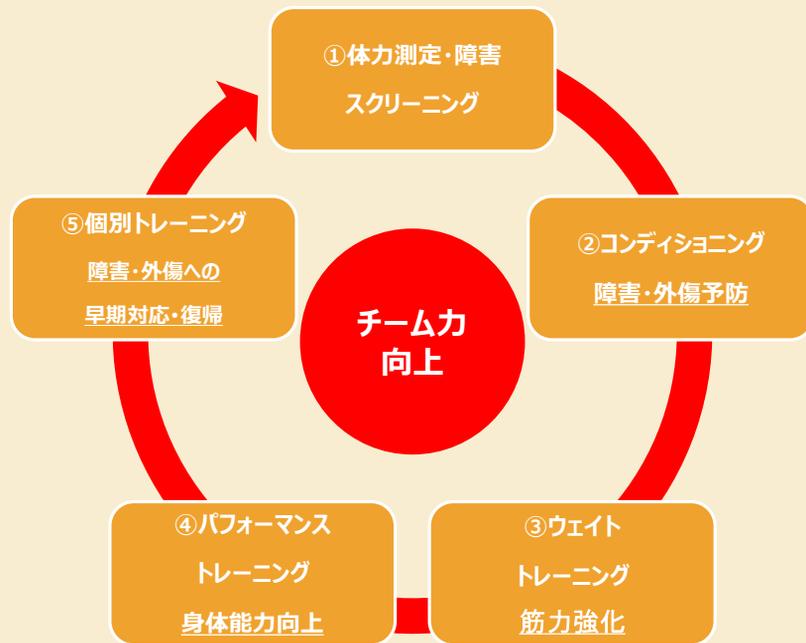




# スポーツチームサポート

**経験豊富なトレーナーが5つのサポートにより  
チーム力向上に向けてともに実現します！！**

- ① **体力測定・障害スクリーニング**  
・選手個々の状態や身体能力把握
- ② **コンディショニング**  
・日々のコンディショニング調整・管理
- ③ **ウェイトトレーニング**  
・筋力強化による競技レベルの向上
- ④ **パフォーマンストレーニング**  
・上手く使える筋力作りによる  
身体能力向上
- ⑤ **個別トレーニング**  
・怪我した選手が競技へ早期復帰に  
向けた対応



**このようなチームにおススメです！**

- 怪我の少ないチームを作りたい
- 正しいトレーニング・コンディショニングの方法を知りたい
- トレーニング・コンディショニングの知識を深めたい
- トレーニングメニューを作成したい
- 怪我や痛みがある選手の相談にのってほしい
- 選手の怪我の状況や競技への復帰時期を把握したい

Instagramでご訪問させていただいた  
チームやその他トレーニングの動画を視聴する  
ことができます！！



# スポーツチームサポート契約と料金

- トレーナーサポートでは、委託契約（年間契約）を締結させていただき、指導内容や帯同回数等にご要望に応じて料金（委託費用）を設定させていただきます。
- また、チームや個人の強化を集中的に図っていただくためにスポットサポートをご利用いただくことも可能です。

## トータルサポート例

指導内容	料金 (委託費用税込)
①体力測定・障害スクリーニング	1回訪問あたり  55,000円
②コンディショニング	
③ウェイトトレーニング	
④パフォーマンストレーニング	
⑤個別トレーニング	

## スポットサポート例

指導内容	料金 (委託費用税込)
①体力測定・障害スクリーニング	①～⑤選択 1,100円×人数  ※10名様 (11,000円)から 利用可能
②コンディショニング	
③ウェイトトレーニング	
④パフォーマンストレーニング	
⑤個別トレーニング	

※その他、試合帯同・合宿帯同等のご要望については、別途ご相談させていただきます。

## トータルサポート実績

- 契約先  
高校男子バスケットボール部（部員30名）
- 帯同トレーナー（週1～2帯同）  
理学療法士1名  
日本スポーツ協会アスレチックトレーナー1名

- 指導内容  
・チーム全体のコンディショニング & ストレングス  
・身体相談／評価  
※著明ない異常所見or2週間状態変化なしの場合  
→医師の診察手配／診察時付添／監督等への報告  
リハビリの実施（診察・リハビリは医療保険対象）  
・体力測定と障害スクリーニング（年2回）  
・試合帯同

## スポーツチームサポート（トライアル）

- トータルサポート契約の前に、当サポートへの理解を深めていただくために、一部サービスを一定期間無料でご利用いただけます。

### トライアル利用内容

指導内容	料金 (委託費用)
①障害スクリーニング	<b>無料</b>
②ウォーミングアップ指導	
③コンディショニング・ダウン／セルフケア指導	
④障害予防講座	
⑤自体重トレーニング指導	

### 合計帯同回数 6回

- ①～⑤の内容×帯同回数を選択いただけます
- 利用例1) ①を1回／月×6ヶ月
- 利用例2) ③を2回（月初と月末）  
②を1回／月×4ヶ月

