



SHINYA NISHIMURA
西村 信哉



**ADIDAS
FUNCTIONAL
TRAINING**

私の得意分野

- ・高齢者向け運動指導
- ・ボディメイキング
- ・ボディケア
- ・膝痛改善トレーニング
- ・腰痛改善トレーニング
- ・関節可動域向上トレーニング
- ・脳トレ
- ・コアトレ
- ・アスリート向けトレーニング

活動実績

- ・鹿児島県出身東京人
 - ・スポーツクラブにてトレーナー活動実施
 - ・フリーのトレーナー活動、インストラクター活動
 - ・バレーボールトレーニングコーチ
 - ・格闘技指導、トレーニングコーチ
 - ・企業にて健康セミナーの講師
- etc...

取得資格

- ・ADIDAS FUNCTIONAL TRAINING認定トレーナー
 - ・Movement Fundamentals Level 1 Program
 - ・Certified Movement Coach Program
 - ・NESTA シニアフィットネススペシャリスト
 - ・介護予防運動指導士
- etc...