

# ZUMBA® JAPAN AUDITION

## STRONG Nation™ MASTER TRAINER 募集要項

Dropbox の共有リンクを作成し、以下の必要書類および動画を提出してください。

1. Dropbox 内に、ご自身のフルネームと SYNC ID を記載したフォルダを作成してください。
2. そのフォルダ内に、以下の項目ごとに指定されたフォルダ名でフォルダを作成し、各ファイルを保存してください。

フォルダ名の例

TANAKA\_YUKIKO\_SYNC11111

※Dropbox のアップロード先(提出先リンク)は、応募開始時に別途ご案内します。

## 1. 提出書類

フォルダ名: Fitness credentials

以下の書類ファイルを保存してください。

- 職務経歴書(レジュメ)
- フィットネス関連資格の写し
- 有効な CPR(心肺蘇生法)認定証
- 過去 12 ヶ月間の Sync Lab 修了証明書
- グループフィットネス資格証明書

## 2. 提出動画

以下の 7 つの動画 (Video1~Video7) を作成し、Dropbox 内の指定フォルダ名のフォルダに保存してください。

## 【動画作成の仕様と注意点】

審査に直結するため、以下の仕様を厳守してください。

### 審査ポイント

- ・テクニックとフォーム
  - ・指導スキル
  - ・キューイング技術
  - ・プレゼンテーションおよびコミュニケーション
  - ・スイッチアウトの適切な実行
- ※カードや台本を読み上げることは避けてください。審査結果に影響します。

### 撮影構図

- ・頭からつま先まで全身が映ること(横からのアングル不可)
- ・カメラとの距離は近すぎず遠すぎない適切な距離
- ・指導者の姿が常に映っていること

### ファイル形式

対応形式 mov / .m4v / .wmv

### ファイル名

ファイル名・フォルダ名には「氏名」と「SYNC ID」を必ず記載してください。

### 音声・映像品質

- ・音楽の重ね録りは禁止です
- ・元の動画音声は明瞭に聞こえる状態で録画してください  
(音声不明瞭な場合、選考に影響する可能性があります)
- ・照明を適切に使用し、できる限り高品質で撮影してください

## 動画内容

### STRONG Nation™ 解説

フォルダ名:Video1

「STRONG Nation™とは何か」を、ご自身の言葉で説明してください。

### クラス構成・レイアウト解説

フォルダ名:Video2

STRONG Nation™ クラスの構成およびレイアウトについて、ご自身の言葉で説明してください。

### 4つのクアドラントのレクチャー

フォルダ名:Video3

4つのクアドラントそれぞれの焦点と目的を説明してください。

### 基本動作の実演・解説

フォルダ名:Video4

以下の基本動作を実演しながら解説してください。

- 基本スクワット
- 基本ランジ
- プランク
- 腕立て伏せ
- プライオメトリック動作(少なくとも2種目)

## ファイティングエレメンツの実演・解説

フォルダ名:Video5

以下の動作を実演しながら解説してください。

- アッパーカット
- フック
- クロスパンチ
- ラウンドキック
- サイドキック

## 最新クアドラントの指導

フォルダ名:Video6

NAIM キューイングを使用し、以下を含めてください。

- キューイング
- 修正指導
- 強度の進め方 (LOW / BASE / MAX)

## クラス指導の実演

フォルダ名:Video7

以下のいずれかのクラスを指導している様子を収録してください。

- STRONG 30™
- STRONG Nation™ クラス

※NAIM キューイングを使用してください。

## 3. あなたに関する質問

### 質問 1

STRONG Nation™ インストラクターにとってより重要な資質は、「優れたテクニックとフォームを持つ人」か、それとも「優れたフィットネスインストラクターである人」のどちらだと思いますか？その理由も説明してください。

### 質問 2

このポジションでは、組織運営能力、事務能力、マーケティング能力、そしてクリエイティブスキルの能力が非常に重要視されます。これらの分野におけるあなたの経験と習熟度について説明してください。

### 質問 3

私たちの使命は、SYNC メンバーを成功に導くことです。あなたはこのミッションをどのようにサポートできますか？また、その目標のために貢献できるスキルを教えてください。

### 質問 4

なぜ MASTER TRAINER に自分が向いていると思うのか、また、この仕事に何を期待していますか？

### 質問 5

自己 PR

### 質問 6

クラススケジュール

現在、一般向けの STRONG Nation™ または STRONG 30™ のクラスを担当していますか？※この質問は合否には影響しません。