

W+ *ellness*

Colours Academy
newsletter

カラース通信

2025

6

No.17



選ばれる インストラクター 特徴3選



saps.

sports
assist
possibility
support

- インストラクターインタビュー
- インストラクターとしての豆知識

イ

ンストラクター インタビュー Interview



maco

Wellness Colours Academy
インストラクター

Q. インストラクターになった理由を教えてください。

以前から趣味としてヨガを続けており、いつかインストラクターになりたい！という夢を 3 年前に実現することができました。最初はフロントスタッフとして働きながら、同時にインストラクターとしてもデビューすべく養成スクールを受講後、インストラクターデビューを果たすことができました。

Q. 前職では何をしていましたか。

子育てをしながら、ヤクルトレディやパチンコ店でのコーヒーフゴンなどのお仕事をしていました。それ以前は、バーの店長の経験もあります。

Interview

Q. インストラクターデビューで難しかったこと、
努力したことがあれば教えてください。

インストラクションです。どうすればお客様に伝わる伝え方ができるのか、と何度も自宅で練習しました。時には主人を相手に練習して、伝わりやすいか確認していました。とにかく「簡潔に」伝えられるよう工夫しました。また、自分分かりやすいお手本になれるよう開店前の時間を利用して自主練習もよく行っていました。

Q. インストラクターデビュー後、印象に残っていることを教えてください。

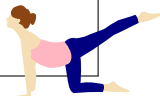
やはりお客様からいただく声はとても印象に残っています。「筋肉痛がきた」「楽しかった」など、日々いただく言葉はとてもありがたく、嬉しく思います。

Q. レッスン中に意識していることはありますか。

喋りすぎない。なるべく簡潔な言葉で、聞き取りやすい音量ではっきりと、を意識しています。また、楽しいレッスンになるよう常に意識しています。まずは自分が楽しむこと、あとは冗談を交えながら関西のノリで（笑）、『楽しいレッスンだった』と思っていただけるように意識しています。

とある日の maco さんのスケジュール

6:20 起床
8:10 小学生たち送り出し
8:50 保育園へ送る
9:30 出社
10:00 リフォーマーレッスン（60分）
12:00 帰宅・昼食・家事
15:30 習い事の送迎
17:30 保育園へお迎え
18:00 お風呂・夕飯・子供たち就寝
22:30 就寝



Q. 趣味を教えてください。

周りからは意外と言われますが…お菓子作りです！チョコレート系をよく作ります。あとはパンを焼いたり。子供たちと一緒に作っています！



Q. 今後の目標を教えてください。

何事もレベルアップ！（仕事でもプライベートでも）
「前の自分より今の自分」、レベルアップしながら進んでいきたいです。
今はリフォーマーのレッスンを担当しているので、次はリフォーマーブラッシュアップコースとヨガベーシックの養成を受講したいと考えています！

Q. インストラクターを目指す人にメッセージをお願いします。

難しく考えず、楽しんでください！
正解はないので、ぜひ自分の色を見つけてください！応援しています！



Wellness Colours Academy

可能性を広げ、活躍しよう！
インストラクター養成スクール



バレエピラティス

バレエピラティス Lv.Ⅱ

◆ 7月11日 (金) 10:00 ~ 13:00

バレエピラティス Lv.Ⅲ

◆ 7月11日 (金) 14:00 ~ 17:00

バレエピラティス Lv.Ⅰ

◆ 8月31日 (日) 10:00 ~ 13:00



場 所

Vivo Bearsi 西宮店

料 金

各 8,250 円 (税込)

講 師

Wellness Colours Academy
公認ディレクター 御囲ひろみ

申込締切
.....
各1週間前の
12:00

リフォーマー レベルⅠ

◆ 第16期リフォーマーベーシック

日 程 8月11日 (月・祝)、8月19日 (火)、8月31日 (日)、
9月11日 (木)、補講日9月21日 (月)

時 間 14:15 ~ 17:15

場 所 Vivo Bearsi 芦屋店

料 金 110,000 円 (税込)

講 師 Wellness Colours Academy
公認ディレクター 田島真理

申込締切
8月4日(月)
12:00

◆ ブラッシュアップⅠ (美脚・美尻)

日 時 7月11日(金) 10:15～13:15

◆ ブラッシュアップⅠ (美姿勢・ウエストシェイプ)

日 時 7月11日(金) 14:15～17:15

リフォーマー レベルⅡ

◆ ブラッシュアップⅡ (美姿勢・ウエストシェイプ)

日 時 6月30日(月) 15:15～18:15

◆ スタイルアップⅡ

日 時 7月21日(月・祝) 10:15～13:15

◆ ブラッシュアップⅡ (美脚・美尻)

日 時 8月11日(月・祝) 10:15～13:15

◆ ブラッシュアップⅡ (美姿勢・ウエストシェイプ)

日 時 8月19日(火) 10:15～13:15

◆ ボディメイク MIX

日 時 8月31日(日) 10:15～13:15

場 所 Vivo Bearsi 芦屋店

料 金 各 8,250 円 (税込)

講 師 Wellness Colours Academy
公認ディレクター 田島真理

申込締切
各1週間前の
12:00

New Topics

パワーピラティス

◆ パワーピラティスⅠ

日時 6月17日 (火) 14:15～18:15

場所 Vivo Bearsi 芦屋店
料金 11,000 円 (税込)
講師 Wellness Colours Academy
公認ディレクター 藤中由希

申込締切
.....
6月10日(月)
12:00

◆ パワーピラティスⅡ

日時 7月2日 (水) 14:15～17:15

場所 Vivo Bearsi 香櫨園店
料金 8,250 円 (税込)
講師 Wellness Colours Academy
公認ディレクター 藤中由希

申込締切
.....
6月25日(水)
12:00

リフォーマーサーキット

◆ リフォーマーサーキット

日時 7月2日 (水) 10:15～13:15

場所 Vivo Bearsi 香櫨園店
料金 8,250 円 (税込)
講師 Wellness Colours Academy
公認ディレクター 藤中由希

申込締切
.....
6月25日(水)
12:00

パーソナルトレーニング

◆ パーソナルトレーニング ストレッチコース

日時 6月30日(月) 10:00～17:30

◆ パーソナルトレーニング 美尻コース

日時 7月31日(木) 10:00～17:30

◆ パーソナルトレーニング 美脚コース

日時 8月31日(日) 10:00～17:30

講習時間 10:00～13:00 座学
13:00～14:00 休憩
14:00～17:30 実技

場所 6/30、8/31 → Bears 大日 スポーツクラブ Vivo
7/31 → スポーツクラブ Vivo ヒューイット甲子園店

料金 42,900 円(税込)
※座学のみも可能 19,800 円(税込)

講師 Wellness Colours Academy
公認ディレクター 白田・西田・針山

申込締切
.....
各1週間前の
12:00

各養成スクール申込先

【Colours 事務局】 info@vivo-colours.jp



いつも満席レッスンのインストラクターってどんな人…？

選ばれるインストラクター 特徴 3 選



いつも満席レッスンのインストラクターって、なにが違うの？どんなことを実践しているの？今回は、そんな疑問を深掘りしてみました！

選ばれるインストラクターになるためには、単なる技術力だけでなく、指導力や人間性、自己ブランディングなど多角的なスキルが求められます。中でも、特に重要な3つのポイントをまとめました！

1 信頼関係を築く ☆☆☆

お客様との信頼関係を築くことで、リピーターを増やし、クラスの満席化につなげることができます。お客様の目標や悩みに寄り添い、丁寧な指導を行うことで、安心感と満足感を提供できます。また、お客様の成長を共に喜び、励ます姿勢を持つことで、信頼関係を深めることができます。

2 自己ブランディングを強化する ☆☆☆

自身の強みや特性を明確にし、それを積極的にアピールすることで、他のインストラクターとの差別化を図ることができます。例えば、独自の経歴や経験、指導実績などを活かして、自分だけのブランドイメージを構築しましょう。また、レッスンの特徴や魅力を明確に伝えることで、お客様に選ばれる理由を提供できます。

3 継続的なスキルアップと学び ☆☆☆

自身のスキルや知識を継続的に向上させることで、レッスンの質を高め、お客様の満足度を向上させることができます。新しいレッスンスタイルや指導法を学び、取り入れることで、常に新鮮で魅力的なクラスを提供できます。また、自己成長に努める姿勢は、お客様にも良い影響を与えます。



これらのポイントを実践することで、「選ばれる人気インストラクター」への道が開けます。技術力、指導力、コミュニケーション能力、そして自己ブランディングをバランスよく磨き続けることが成功の鍵となります。

また、これらの方法を組み合わせて実践することで、スタジオでの担当レッスンを満席にするための自己ブランディングを強化できます。他のインストラクターと差別化を図り、生徒にとって魅力的な存在となることを目指していきましょう！