

# ***NESTA PFT***

受験・受講申込に関して



*Exercise Your Infinite Possibilities*

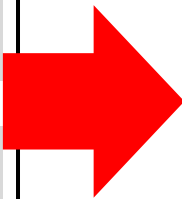
---

## NESTA PFTってどんな資格？

**NESTA PFT = プロのパーソナルトレーナーとして成功するためのノウハウを身につける資格**

**NESTAの考えるパーソナルトレーナーの資質**

人の身体に関する幅広い知識	クライアントとの接し方
科学的根拠に裏打ちされた高い指導技術	自分を売り込み、顧客を得るためのビジネススキル



パーソナルトレーナーは、知識に偏りがなく、万人に対応することが必要。

また、自分を売り込み、信頼を得るためのコミュニケーション・ビジネスのスキルが非常に重要。

フィットネスクラブで、幅広い世代・性別の方に対応できるトレーナーを育て、活躍していただくための資格です。その為、多くのフィットネスクラブ様から賛同をいただいています。

**NESTA JAPAN賛同企業一例**

\* NESTA PFTをトレーナー活動のための資格に指定している、あるいは社内の教育システムにNESTAのプログラムを導入している企業等です。

## 資格の概要

資格名	NESTA PFT(パーソナルフィットネストレーナー)
取得条件	NESTAの主催する認定試験に合格すること。 認定試験の日程等は、HP等で確認できます。
有効期間	4年間
継続条件	NESTAの提供する継続教育プログラムを、規定の単位数履修すること。

## 認定試験の概要

NESTA PFTの認定試験は2日間にわたって行われます。

### 1日目 事前講習(8時間)

NESTA JAPANの認定検定官が、試験前日にNESTA PFT認定試験対策として総復習を行います。どうしても都合がつかない場合などは不受講とすることも可能ですが、合格を目指すためには受講することをお勧めしております。

### 2日目 認定試験(試験時間2時間)

NESTA PFT認定試験は筆記のみで行われます。  
試験時間は120分、  
試験問題は全125問です。  
125問中、100問正解(正答率80%)で合格となります。  
試験問題は全て4択の選択式です。

### 認定までの流れ(合格した場合)

認定試験の結果は、米国の機関による採点、NESTA本部(米国)での登録を経た後、通知されます。そのため、結果通知までは約6週間のお時間を頂戴しております。ご了承ください。

合格者の方には、NESTAより認定証が発行されます。認定証がお手元に届いた時点から資格の効果を発揮するものとします。

資格の有効期限は4年間です(認定証に記載されます。)  
4年の間に、NESTAの提供する「継続教育プログラム」を規定の単位数受講し、継続手数料¥20,000を支払うことで、資格を継続することができます。  
(継続教育プログラムの受講には別途受講費が必要となります。)

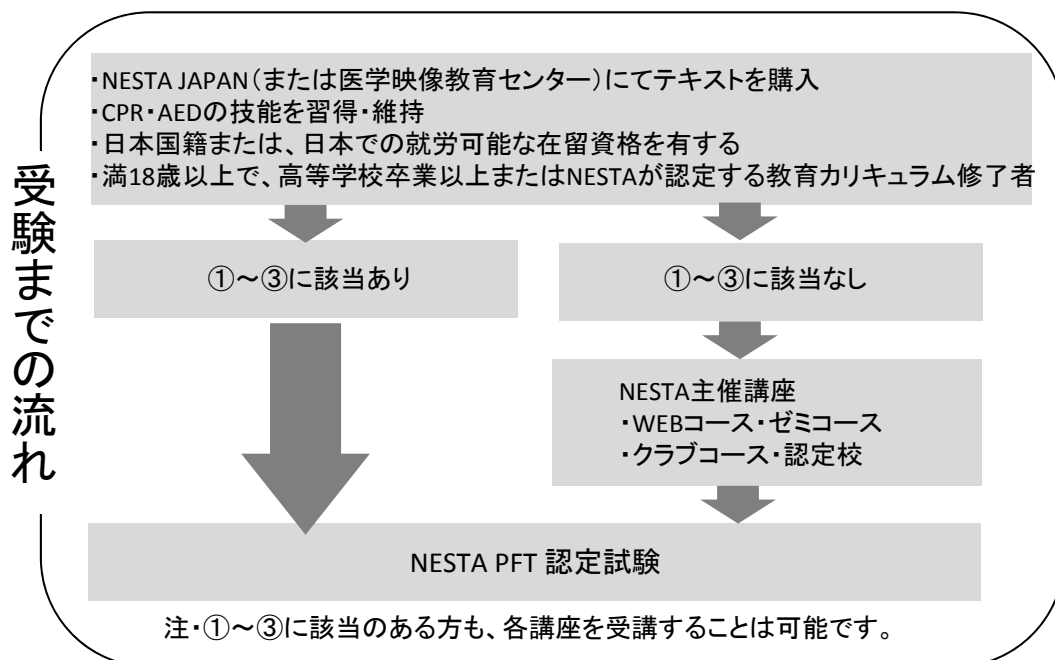
### 再受験の方法(不合格だった場合)

認定試験に不合格となった場合、検定料¥10,000を支払うことで、再受験をすることができます。事前講習を再度受講する場合は、さらに¥15,000の費用が必要となります。再受験可能期間は、最初の受験月から1年間です。1年を過ぎた場合、再度登録料がかかります。

## NESTA PFT受験のために

NESTA PFTを受験するには、以下の5つの要件をすべて満たしている必要があります。

- NESTA JAPAN(あるいは医学映像教育センター)にてテキストを購入済みである
- CPR・AEDの技能に関して定期的なトレーニングを積んでいる(資格認定を受けていることが望ましい)
- 日本国籍または、日本での就労可能な在留資格を有する者
- 満18歳以上で、高等学校卒業以上の者、高等学校卒業程度認定試験合格者、またはNESTAが認定する教育カリキュラム修了者
- 次の①～④のうち、1つ以上の項目に該当する
  - ① 1年以上のパーソナルトレーナー・インストラクターなどの実務経験がある
  - ② 1年以上の運動部指導、フィットネス企業勤務経験がある
  - ③ 体育系または、医療系の大学・専門学校を卒業している
  - ④ NESTAの認定する養成講座、養成コースを受講済みである



## NESTA PFT受験方法一覧

受験方法	概要
ダイレクトコース	上記①～③の要件に1つ以上該当している方が、NESTAが定期的に行っている認定試験を直接受験する方法です。
ゼミコース	NESTAの認定する担当官により行われる16時間以上の講習を受講した後、認定試験を受験する方法です。
WEBコース	直接ゼミに参加できない場所にお住まいの方、普段のお仕事がお忙しい方などが、PCのE-mailでのやりとりでテキストについて学んだ後、認定試験を受験する方法です。
クラブコース・認定校	NESTAが認めるフィットネスクラブ・教育機関にて学んだ後、認定試験を受験する方法です。対象者はフィットネスクラブの従業員・認定校の学生に限られています。クラブ・学校単位での一括申込となります。

## ダイレクトコースとは

NESTAの実施するゼミコース・WEBコースなどを経ることなく、直接NESTA PFT 認定試験を受験するコースです。

ダイレクトコースを申し込む際には、まずNESTA JAPANのホームページ内にある、試験日程一覧より受験日をお選びください。

テキストだけ先に購入したい方は、『テキストのみ購入する』(7ページ)をご覧ください。

また、『NESTA PFT 受験までの流れ』(3ページ)にて要件を満たしているかを再度ご確認ください。

## お申込方法

① NESTA JAPAN ホームページ内、ダイレクトコース『スケジュール・お申込』のページから、ご希望の試験日程をお選びください。決済ページに移動しますので、お手続きください。

**\* 事前講習の受講・不要、教科書購入済・未購入の2つの欄を必ず選択してください。**

② クレジットカード決済をお選びいただいた場合は、決済が確認できましたら手続き完了です。

銀行振込をお選びいただいた場合は、お振込が確認できましたら手続き完了です。

ご入金確認後、登録のメールアドレス宛てに入金確認メールをお送りいたします。また、試験約1週間前に、受験案内(受験票・試験会場の地図)を発送いたします。

\* 事前にテキスト購入をご希望の場合は、NESTA JAPAN ホームページ内にある、「PFTテキスト」のページからテキストのみご購入いただけます。

## ダイレクトコース費用

教材費(事務手数料込み)	¥ 13,600
事前講習受講料	¥ 15,000
認定試験受験料	¥ 7,500
受験・資格登録手数料	¥ 36,400
<b>合計</b>	<b>¥ 72,500</b>

\* テキストを先に購入された方は、上記金額より教材費を差し引いた金額となります。

テキスト購入済みの方の金額  $¥72,500 - ¥13,600(\text{教材費}) = ¥58,900$

\* 受験日を決めずに、まずテキストのみを購入したい方は、『テキストのみ購入する』(7ページ)をご覧ください。

## ゼミコースとは

NESTAの開催する養成講座を受講していただき、修了後にNESTA PFT認定試験を受験するコースです。

運動生理学・機能解剖学・生体力学等に関する基礎的な知識のある方は、Shortコース(16時間)を受講することができます。また、資格取得に向けて基礎から学習したい方には、Longコース(32時間)をお勧めいたします。

ゼミコースの日程・担当講師・開催場所等はNESTA JAPANのホームページでご案内しております。

## お申込方法

- ① NESTA JAPAN ホームページからお申込みください。  
**\*教科書購入済・未購入の欄を必ず入力してください。**
- ②お申込完了後、お振込依頼書をお送りいたしますので、お振込先と金額をご確認の上、指定の口座にお振込をお願いします。
- ③お振込が確認できましたら、手続完了です。さっそくテキスト及び会場地図等をお届けいたします。
- ④ゼミコース修了後、認定試験を受験してください。

## ゼミコース受講費用(16時間の場合)

(注・時間数の設定により、価格が変動します。それぞれのコースの受講料を確認してください。)

教材費(事務手数料込み)	¥ 13,600
ゼミコース受講料(¥ 3,000/h)	¥ 48,000(32時間の場合 ¥ 96,000)
事前講習受講料	¥ 15,000
認定試験受験料	¥ 7,500
受験・資格登録手数料	¥ 36,400
<b>合計</b>	<b>¥ 120,500(32時間の場合 ¥ 168,500)</b>

\* テキストを先に購入された方は、上記金額より教材費を差し引いた金額となります。

テキスト購入済みの方の金額(16時間の場合) ¥120,500 - ¥13,600(教材費) = ¥106,900

## WEBコースとは

E-mailを活用し、PFTテキストの内容を通信教育方式にて学んでいくコースです。各章ごとに設定されている20～30問の問題や簡単なレポート課題に対する解答を担当官に提出し、添削を受けながら、学習を進めます。全章を修了した方は、PFTを受験することができます。

PFT資格を取得するためには、コース修了後各地で行われている認定試験会場にお越しいただき、認定試験を受験する必要があります。(認定試験はWEBでは受験できません)

WEBコース受講のための、PC・通信環境はご自身でご用意ください。  
(Wordの編集・PDFの閲覧が可能なパソコンが必要です。)

## お申込方法

- ① NESTA JAPAN ホームページ からお申込みください。  
**\*教科書購入済・未購入の欄を必ず入力してください。**
- ②お申込完了後、お振込依頼書をお送りいたしますので、お振込先と金額をご確認の上、指定の口座にお振込をお願いします。
- ③お振込が確認できましたら、手続完了です。さっそくテキストをお届けいたします。また、担当官よりコース開始のE-Mailが届きます。(既に教科書購入済の方は、担当官よりメールが届きます)
- ④WEBコース修了後、認定試験を受験してください。

## WEBコース受講費用

教材費(事務手数料込み)	¥ 13,600
WEBコース受講料	¥ 35,000
事前講習受講料	¥ 15,000
認定試験受験料	¥ 7,500
受験・資格登録手数料	¥ 36,400
<b>合計</b>	<b>¥ 107,500</b>

\* テキストを先に購入された方は、上記金額より教材費を差し引いた金額となります。

テキスト購入済みの方の金額¥107,500 - ¥13,600(教材費) = ¥93,900

# テキストのみ購入する

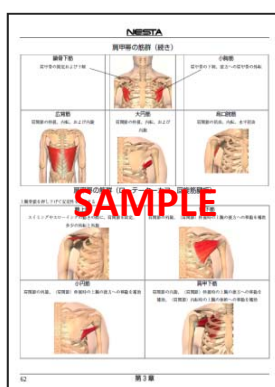
各コースをお申込みになる前に、テキストのみ先にご購入いただくことができます。

## お申込方法

- ①NESTA JAPAN ホームページ内にある、「PFTテキスト」のページよりお申してください。
- ②クレジットカード決済をお選びいただいた場合は、決済が確認できましたら手続き完了です。銀行振込をお選びいただいた場合は、お振込が確認できましたら手続き完了です。さっそくテキストをお届けいたします。

## テキスト購入費用

教材費(事務手数料込み)	¥13,600
--------------	---------



## NESTA PFTテキスト A4サイズ220ページ

- 第1章 NESTAパーソナルトレーニングシステム
- 第2章 運動生理学
- 第3章 キネオロジー(運動機能学)と機能解剖学
- 第4章 生体力学
- 第5章 柔軟性
- 第6章 栄養と代謝
- 第7章 特別な集団
- 第8章 評価
- 第9章 プログラム設計
- 第10章 エクササイズの実践
- 第11章 安全管理、けがの予防と救急措置
- 第12章 パーソナルトレーニングのビジネス
- 第13章 売り上げとNESTAシステム
- 第14章 成功の秘訣





NESTA PFTについてよくいただくご質問をまとめております。  
是非ご確認ください。

### 資格の概要について

Q1.この資格は海外でも通用するのでしょうか？

A1.はい。NESTA PFTは、米国の第三者機関(全米資格認定委員会)の承認を受けている資格で、認定者は米国本部に登録されます。

Q2.資格の有効期限と、継続方法は？

A2.PFT資格の有効期限は4年間です。4年間のうちに、NESTA JAPANの提供する「継続教育プログラム」を受講し規定の単位数を取得していただくことで、次の4年間の継続が可能となります。更新手数料は¥20,000、継続教育プログラムの受講費用は各講座ごとに設定されます。

Q3.資格を取得すれば、「賛同企業」で活動ができるのでしょうか？

A3.それぞれの企業様には、パーソナルトレーナーの採用基準が定められており、その中には規定の資格を取得していることも含まれております。賛同企業様の規定資格の中にはNESTA PFTが入っておりますので、その条件はクリアできます。しかし、各企業様によって面接・筆記試験・実技試験など行う企業様もございますので、資格の取得後、そうした各企業の採用基準をクリアしていただく必要がございます。

### テキストについて

Q4.NESTA PFTテキストはどこで購入できますか？

A4.NESTA PFTテキストの購入は、NESTA JAPAN(または医学映像教育センター)までお申込みください。**その他の方法で入手された場合は、受験要件を満たさないと判断されますのでご注意ください。**

Q5.認定試験にはNESTA PFTテキスト以外の範囲の問題も出題されますか？

A5.いいえ。認定試験は全てNESTA PFTテキストから出題されます。

### 各種受験コースについて

Q6. 受験の要件となっているCPR・AED講習は、規定の機関等はあるのでしょうか？

A6.ありません。CPR及びAEDの技能を習得し、定期的にトレーニングを積んでいれば結構です。NESTAとしては、MFA、IEMAの講習を推奨いたしますので、まだお持ちでない方はご検討ください。

Q7.WEBコースは、PCでのメールのみできれば良いのでしょうか？

A7.WEBコースでは、添付ファイルにて練習問題を送付し、そのファイルに解答を記入、返信していただくこととなりますので、メール機能だけでなく、Word、Excel(もしくは互換性のあるソフト)が使用可能な状態をお願いいたします。

Q8.ゼミコース・認定試験は東京でしか行われないの？

A8.現在、名古屋及び大阪でのゼミコース・認定試験も実施しております。今後、全国の政令指定都市を中心に随時拡大していく予定です。

### 試験結果の通知・再受験について

Q9.試験結果はいつわかりますか？

A9.試験結果は全て米国で管理され、通知がNESTA JAPANへ届くシステムになっております。通常、試験後約6週間の期間をおいて結果を通知させていただきます。合格の方には認定証が、不合格の方には不合格通知と、再受験のご案内がお手元に届きます。

Q10.再受験はどうすれば良いのでしょうか？

A10.NESTA JAPANホームページの「PFTダイレクトコース スケジュール・お申込」から、ご希望の会場・日程をお選びください。「再受験を申し込む」をクリックし、お申込を進めてください。

**再受験費用(認定試験のみ受験の場合)・・・¥10,000**

**再受験費用(事前講習も受講する場合)・・・¥25,000**

※但し、初回の受験から1年以上経過すると、別途登録料 ¥36,400が必要となります。

Q11.不合格の場合、再受験はいつから受けられるのでしょうか？

A11.試験結果の通知はおおよそ6週間後となっております。試験結果が到着するまで、次回以降の受験申込はできません。したがって、基本的には翌々月の日程から受験が可能です。(開催日程によっては、申込が間に合わない場合もございますので、ご了承ください。)

### その他

Q12.試験対策の問題集はありますか？

A12.はい、あります。NESTA JAPAN ホームページ内の「NESTA PFT 問題集」よりお申込ください。

Q13.試験の合格率はどのくらいですか？

A13.全体の合格率は大体50～60%です。もちろん、その方がどのくらい勉強されてきたかによって変わりますが、事前講習やゼミコースを経た方や、問題集を購入された方のほうが合格率は高くなっております。

Q14.領収書は発行してもらえますか？

A14.ご希望者のみ発行いたしております。領収書をご希望の際は、「領収書希望」とご記入ください。ご入金確認後に、作成いたします。

各コースのお申込みは、NESTA JAPAN ホームページよりお願いします。

NESTA JAPAN ホームページ

<http://www.nesta-gfj.com/>

\* その他ご不明な点等がある場合は、下記事務局までご連絡ください。

**NESTA JAPAN 事務局**

〒101-0047 東京都千代田区内神田2-10-10 谷合ビル2F

TEL 03-5289-7565

FAX 03-6666-5722

E-mail [tokyo@nesta-gfj.com](mailto:tokyo@nesta-gfj.com)

\* 電話受付時間10:00～18:00（月～金）

\* メール・FAXは24時間受け付けております。

