

インストラクターオーディション開催のご案内

下記日程にてインストラクターオーディションを開催いたします。
内容をご確認の上でご参加くださいますようお願い申し上げます。

会場	日程	定員	募集ジャンル
メガロス 武蔵小金井	7/14 (月) 10:00~13:00	10 名	ヨーガ ピラティス エアロビクス ZUMBA 各種ダンス

※終了時刻・スケジュールは参加人数によって変動する可能性があります。

※インストラクター派遣企業に所属している方の応募はお断りさせていただきます。

※参加者 3 名未満の場合は開催を見送る可能性があります。

【受付方法】 野村不動産ライフ&スポーツ ウェルネス事業課へメールにてお申し込みください。

◆ 標 題 : 2025 メガロスオーディション申込

①お名前 ②電話番号 ③申込種目

④エントリーシート of データを添えてメールをお願いいたします。

メール : megalos.prg-sec@nomura-ls.jp

※エントリーシート of データ添付ができない方は、ウェルネス事業課プログラム担当までご郵送をお願いいたします。

※こちらからの返信をもって受付完了となります。

メール送付から 3 日経過後もウェルネス事業課からの返信がない場合は恐れ入りますが再度ご連絡をお願いいたします。

【受付期間】 6 月 16 日(月)~開催日の 1 週間前まで

【料 金】 外部 1 ジャンル 2,200 円 (税込)
メガロス契約インストラクター 1 ジャンル 1,100 円 (税込)

【振 込 先】 三菱東京 UFJ 銀行 新東京支店 普通 3908000 野村不動産ライフ&スポーツ(株)

お振込名 S + 本名 ※大変恐縮ながら、振込手数料のご負担をお願い致します。

※開催日 3 日前までにお振込みください。ご入金後のキャンセル返金は不可となります。

【持 ち 物】 インストラクターとして相応しい服装、シューズ、音源、筆記用具、身分証明書、エントリーシート原本

※ご自身の審査時以外は参加者として動いていただきます。必ずシューズをお持ちください。

不必要な貴重品はお持ちにならないようご注意ください。

【審査内容】

種目	実技時間	構成	指導
ヨガ	① 1 ～ 2 分 ② 8 分程度	①【完成ポーズの確認（指導なし）】 ・蓮華座・開脚前屈のポーズ ・アーチのポーズ・鷲のポーズ ・肩立ちのポーズ ②フィットネスクラブのハタヨガ初中級クラスを想定したアーサナ（上記以外）のグループ指導	適宜対面指導 左右あるものは片側のみの指導可。 系統の異なる 2 ポーズ以上行うこと。 安全性の配慮を含め、 指導者も一緒に動いて指導する。 アジャストはしない。 関節に負担がかかるアーサナについては、 モディフィケーションを行う。
ピラティス	① 1 ～ 2 分 ② 5 分	① 【完成ポーズの確認（指導なし）】 5 分間の指導で実施する予定のエクササイズの実施 ② 3 つ以上の異なる系統のエクササイズの指導 軽減法 ご自身がデモを実施する	適宜対面指導 初中級クラスを想定 安全確認 アジャストはしない
エアロビクス	5 分	64（32×2 左右）カウント パーフェクトシンメトリー ハイ＆ローミックス 対象者：中級 BPM135-155	適宜対面指導/初心者確認 安全確認
ZUMBA	1 曲	メレンゲ・サルサ・レゲトン・クンビアから選択	ノンバーバル フォーミュラー確認
各種ダンス	5 分	メインコリオ展開	オンザビート指導 対面指導（音楽を積極的に使用）

※エアロビクス・各種ダンスは指導の前に完成形の動きを 1 分間披露していただきます。

※実技時間は目安の実施時間となります。

【結果について】 当日、合否および契約委託料を通知させていただきます。

※ご希望の店舗でのレギュラーレッスンをお約束するものではありません。ご了承ください。

※契約されない場合、エントリーシートは当社で責任を持って破棄させていただきます。

【契約会】 契約会は後日オンライン(zoom)で実施となります。合格された方へ日程及び詳細についてお知らせいたします。

【参加会場】 メガロス武蔵小金井店

JR 中央線「武蔵小金井駅」徒歩 6 分

お問い合わせ 野村不動産ライフ&スポーツ ウェルネス事業課

東京都中野区本町 1-32-2 ルーモーター 15 階

megalos.prg-sec@nomura-ls.jp