



仕事紹介

あいなん仕事紹介 その③

【町内で生き生きと仕事をしている方を紹介します】

愛南フィットネスジム Growth オーナー 川崎 勇斗さん

思い切って 好きを仕事に

令和3年5月に真新しい建物でオープンした愛南フィットネスジム『Growth』のオーナーであり、現役のベンチプレス競技者である川崎勇斗さん。高校・大学と砲丸投げに打ち込み、インターハイや国体出場を経験、大学卒業後も愛南体協で25歳まで砲丸投げを続けました。砲丸投げに欠かせないのは強靭な体、筋力トレーニングを欠かさない日々を過ごしていました。砲丸投げ引退と同時に辞めていたト



レーニングを30歳になって再開し、改めて本格的なトレーニングに励む中で、自分にとって「好きな時間」であることを再確認しました。トレーニング初心者から上級者まで、男女問わず幅広い世代が気軽にトレーニングに励むことが出来る場を提供したいと考え、ジムをオープンしました。

気軽にどうぞ、

Growthへ

始めやすく、通いやすいと感じてもらえる環境づくりを第一に意識している川崎さん。ジム内には、厳選された有酸素マシンやウエイトマシンなど15種類のマシンがずらりと並び、上級者はもちろんのこと女性や初心者でもトレーニングに励みやすい環境が整えられています。

トレーニングは継続して行うことが何より大切。マシンの扱い方や、効果的なトレーニングの方法など、お客さんの様子を見ながら指導にあたります。負荷の掛け過ぎや、ケガにつながりそうなフォームのお客さんがいた際には、丁寧に正しいトレーニング方法の指導を行います。また、お客さん同士で教え合ったりサポートしたりする場面もしばしば。

「アットホームな雰囲気ならではの光景ではないでしょうか」と笑顔で話します。

一緒に目標の姿を目指して

ジムに通うお客さんの希望するトレーニングスケジュールに添えるよう、フルタイム会員やデイタイム会員など4つの会員プランを設定し、パーソナル会員にはマンツーマンで指導にあたります。初心者から上級者まで、それぞれのお客さんが思い描く目標をヒアリングで明確化し、トレーニングから食生活まで専門的な指導も可能です。

ジムの様子やトレーニング風景などをSNSで発信している川崎さん。新規入会を希望する理由はさまざまで、「お客さんの中には、私のベンチプレス動画を興味を持ってくれる方もいます。お客さんの目標達成に向けて一緒に努力することができるとトレーナーは、大きなやりがいのある仕事」と話します。

体づくりは健康づくり いつまでも健康な体を

お客さん一人一人に寄り添いながらトレーニングのサポートをしてきたジムも今年でオープン

3年目。今後もより多くの方の体力向上と健康維持に携わることに重点を置く川崎さん。また、「夏には四国中央市で開催される愛媛県ベンチプレス大会でジム会員の2人が大会デビューする予定です。会員さんの大会デビューや今後の大会参加を後押しできるように、自分自身、現役ベンチプレス競技者として本格的なトレーニングに励み、しっかりと大会で好成績を残していきたい」と高い意欲を見せました。



愛南フィットネス
ジム Growth
公式ホームページ