SD エンターテイメント株式会社

2026年 10月28日

首・肩の不調に対する機能評価から運動指導までを実践的に学ぶ STAR Pilates、韓国人講師ByungGwan Yun氏による 専門ワークショップを12月6日に福岡で開催

機能解剖学・神経筋制御・リフォーマーを活用した
指導者向け5時間の集中プログラム

創業108年、ココロとカラダの健康を支える北海道札幌市のウェルネス企業、ＳＤエンターテイメント株式会社（本社：北海道札幌市、代表取締役社長：塩田 徹、東証スタンダード市場、証券コード：4650）が運営する女性専用マシンピラティススタジオ「STAR Pilates（スターピラティス）」は、韓国人講師ByungGwan Yun（ビョングァン・ユン）氏を迎え、首・肩の機能評価と神経筋制御に基づくピラティス運動戦略を学ぶ専門ワークショップを、2026年12月6日（日）に福岡市のスターピラティス博多祇園スタジオで開催します。



本ワークショップでは、首・肩の機能解剖学や痛みのメカニズムを理解するとともに、身体の動きや姿勢の評価、神経筋制御、リフォーマーを活用した運動指導までを体系的に学びます。
ピラティスインストラクターを対象に、身体の状態を適切に評価し、一人ひとりの状態に応じた運動プログラムを設計・指導するための専門知識と実践力の習得を目指します。

SD エンターテイメント株式会社

2026年 10月28日

●指導者の専門性向上を目的とした継続教育の取り組み

STAR Pilatesでは、ピラティス指導者の育成と指導品質の向上を目的に、国内外の専門講師を招いたセミナーやワークショップを継続的に開催しています。
2025年11月に開催した「K-リハビリピラティスコース」を皮切りに、機能解剖学、リハビリテーション、動作評価、モーターコントロールなど、指導現場で活用できる専門知識と実践的な指導法を学ぶ機会を提供してきました。
今回のワークショップでは、特に首・肩に焦点を当て、身体の構造や痛みの理解にとどまらず、機能評価の結果を具体的な運動指導につなげるプロセスを学びます。
姿勢や関節の可動域、筋肉の働きなどを多角的に捉え、リフォーマーを活用したエクササイズへ展開することで、指導者が日々のレッスンに応用できる実践的な学びを提供します。

●「評価する・制御する・動きをつくる」を軸とした6つのプログラム

本ワークショップは、機能解剖学からケース別の運動プログラム設計まで、6つのテーマで構成する5時間の集中講座です。

① 機能解剖と運動学（40分）
頸椎・胸椎・肩甲骨の連動、肩甲上腕リズムと筋の機能、頭頸部・肩甲帯の協調性について学びます。首・肩の動きを身体全体のつながりから理解するための基礎知識を習得します。

② 主な疾患と痛みの理解（45分）
頸部痛や頸椎性頭痛、頸椎神経根症、腱板関連肩痛、五十肩（癒着性関節包炎）などを取り上げ、主な病態と運動アプローチについて理解を深めます。

③ 機能的評価（65分）
頭頸部の可動域や姿勢、肩関節・肩甲帯の動きを評価するとともに、動作時の代償動作や症状を確認する方法を学びます。

④ 神経筋制御と運動学習（40分）
固有受容感覚や関節位置感覚、深部頸部筋のコントロール、肩甲骨の安定性と動的制御について学び、適切な動作を引き出すための運動指導への理解を深めます。

2026年10月28日

⑤ リフォーマーでの運動応用(90分)
頭頸部・肩甲帯の安定化エクササイズや上肢の機能的な動きを組み合わせ、リフォーマーを活用した実践的な指導方法を学びます。身体の状態に応じたエクササイズの調整方法についても取り上げます。

⑥ ケース別エクササイズプログラム(20分)
機能評価の結果に基づいた運動プログラムの設計方法を学び、代表的なケースを想定した実践例を通じて理解を深めます。最後に質疑応答を行い、学びを整理します。

●開催概要・お申し込み方法

【講座名】	NECK & SHOULDER REHABILITATION 首・肩の機能評価と神経筋制御に基づくピラティス運動戦略
【開催日時】	2026年12月6日(日)13:00〜18:00(5時間)
【会場】	スタープラティス博多祇園スタジオ 福岡県福岡市博多区御供所町1-9 博多セントラルビル2F
【講師】	ByungGwan Yun(ビョングァン・ユン)氏
【対象】	ピラティスインストラクター
【受講料】	特別価格:22,000円(税込)※2026年11月30日(月)まで 通常価格:33,000円(税込)
【申込方法】	スタープラティス公式サイトよりオンラインで受付 https://reserve.starpilates.jp/reserve/schedule/8/52?date_from=2026-12-06

SD エンターテイメント株式会社

2026年 10月28日

●STAR Pilatesについて

「スターピラティスで、スタートピラティス。」
STAR Pilatesは、これからピラティスを始めたい方にも取り組みやすい初心者特化型の女性専用マシンピラティススタジオです。
初心者でも安心してスタートできるレッスン環境を整えるとともに、運動だけでなく、美容やフェムケア、リラクゼーションなど、多角的なアプローチで女性の健康的な身体づくりをサポートしています。
メンバーが追加料金なしで利用できる本格セルフエステマシンに加え、骨盤底筋のトレーニングをサポートするフェムケア機器「ルネチェア」を札幌駅前・博多祇園スタジオに導入。さらに、札幌駅前では酸素カプセルや水素吸入を提供する「リラクゼーションサロンスター」を展開するなど、身体を「動かす」「整える」「ケアする」ためのサービスを充実させています。
また、ピラティスインストラクターの教育・養成、国内外の専門講師を招いたセミナーやワークショップにも継続的に取り組み、指導品質の向上とピラティスを学ぶ機会の創出を目指しています。

■STAR Pilates オフィシャルHP　https://sdentertainment.jp/031



SD エンターテイメント株式会社

2026年 10月28日

● 会社概要

会社名	ＳＤエンターテイメント株式会社
所在地	北海道札幌市白石区南郷通1丁目北8番1号
代表者	代表取締役社長 塩田　徹
創業	1918年（大正 7 年）5月
設立	1954年（昭和29年）5月26日
URL	https://sdentertainment.jp/030
事業内容	企業主導型保育事業、就労継続支援事業、フィットネス事業、 ジュニアスクール事業、訪問介護事業、 オンラインクレーンゲーム事業などを通じて、 お客様の生涯に寄り添ったウェルネスサービスを展開しています。

【本件に関するお問い合わせ先】
ＳＤエンターテイメント株式会社　担当：松倉
〒003-0023　北海道札幌市白石区南郷通１丁目北８番１号
電話：011-860-2525 / 070-1456-6720
メールアドレス：wellness_mpd@sdenet.co.jp

STAR Pilates

※スタートピラティス（商標登録番号：第6886808号、商願2024-065486）は、ＳＤエンターテイメント株式会社の登録商標です。