

フィジカルトレーナー 中野ジェームズ修一氏

アメリカスポーツ医学会認定運動生理学士として、運動の大切さを広める活動を行っている。著書は **100** 冊以上、累計 **200** 万部、中国・韓国・イタリアなど世界各国でも翻訳出版されています。最近では日テレ「世界一受けたい授業」、TBS「金スマ」や NHK「趣味どきっ！」などの出演でもおなじみ。

多くのトップアスリートの個人トレーナーを歴任。卓球選手の福原愛さん、バドミントンロンドン五輪銀メダリストフジカキペア、プロランナー神野大地選手をはじめ多くの選手やチームを担当。

2014 年からは青山学院大学駅伝部のトレーナーも務めている。

東京神楽坂にある会員制パーソナルトレーニング施設「**CLUB100**」で **6** 名の所属トレーナーと共に、一般の方やアスリートを指導。「科学的根拠に基づき、必ず結果を出す」が合い言葉で熱意のある指導を常に心がけている。