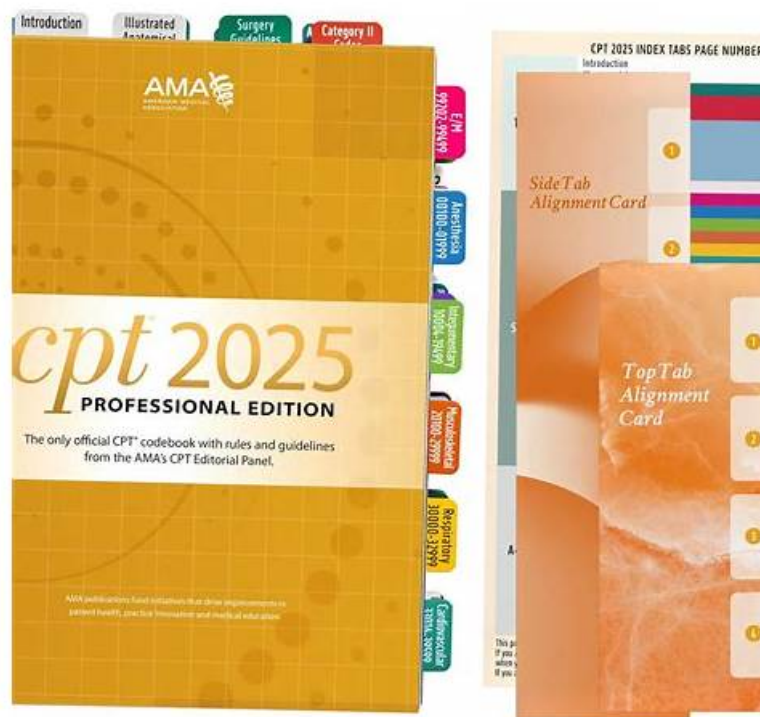


CPT復習対策 & CPT受験内容



2026年JPTesKingの最新CPT PDFダンプおよびCPT試験エンジンの無料共有: https://drive.google.com/open?id=1o65PLM2FIFCWfBJ8vaKKM_2j1vb0TLAX

我々のCPT問題集はIT認定試験に関連する豊富な経験を持っているIT専門家によって研究された最新バージョンの試験参考書です。この問題集は全面的での中率が超高いです。我々のCPT問題集はNASMのリーダーです。そのほかに、我々はお客様の立場で商品を開発するという目的を持っていますから、あなたに利便性をもたらすために、我々は大好評を博しているCPT問題集を開発しました。

おそらく、あなたはゲームをするのに多くの時間を無駄にしたでしょう。関係ありません。変更するのに遅すぎることはありません。過去を後悔する意味はありません。CPT試験資料は、希望するCPT認定を取得するのに役立ちます。CPT学習教材を学習した後、あなたは大きく変わります。また、あなたは人生について前向きな見方をします。全体として、すべての幻想を捨て、勇敢に現実に向かい合います。CPT模擬試験が最高のアシスタントになります。あなたは世界で最高でユニークです。新たな挑戦に直面するだけで自信を持ってください！

>> CPT復習対策 <<

試験の準備方法-実地的なCPT復習対策試験-便利なCPT受験内容

我々JPTesKingはお客様に満足させるための最高のサービスを提供します。あなたに安心させるため、我々はCPT問題集のサンプルを無料で提供して、あなたはダウンロードしてやってみることができます。あなたはCPT模擬問題集をご購入になってから、我々は一年間の無料更新サービスを提供します。

NASM Certified Personal Trainer Exam 認定 CPT 試験問題 (Q54-Q59):

質問 # 54

A personal trainer uses a heart rate monitor during a client's training session to provide which of the following types of feedback?

- A. Internal
- **B. External**
- C. Mechanical
- D. Sensory

正解: B

解説:

NASM defines external feedback as information provided by an outside source - such as a trainer, mirror, video, or device - to help a client understand their performance. A heart rate monitor delivers real-time data from an external device, which the trainer can use to guide intensity adjustments. This differs from internal feedback, which comes from a client's own sensory awareness (e.g., perceived exertion). External feedback tools are essential in monitoring physiological responses and ensuring clients work within safe and effective training zones .

質問 # 55

Body weight alone does not distinguish between which of the following body composition factors?

- A. Fat mass and lean mass
- B. Fat mass and water mass
- C. Lean mass and water mass
- D. Lean mass and bone mass

正解: A

質問 # 56

When a person holds a plank position without any mechanical movement, what type of muscle contraction is occurring?

- A. Eccentric
- B. Isokinetic
- C. Concentric
- D. Isometric

正解: D

質問 # 57

Which of the following best describes the end-range position of the knees during the cable lift?

- A. Abduction
- B. Flexion
- C. Extension
- D. Adduction

正解: C

解説:

In a cable lift (a low-to-high diagonal pattern), the lower body drives the movement by extending through the ankles, knees, and hips to transmit force upward. At the end of this drive, the knees are in an extended position-making extension the correct end-range description. This aligns with NASM's movement science framework for sagittal plane joint actions at the knee.

From the NASM CPT7 Study Guide's movement section: "Movement is described in three dimensions that are based on planes, which include the sagittal, frontal, and transverse planes." Within the sagittal plane,

"Movements in the sagittal plane include flexion and extension and plantar flexion and dorsiflexion of the foot and ankle." During a ground-driven lift pattern, the body uses a closed-chain strategy: "Closed-chain movements anchor the body to the ground or immovable object," which is typical when initiating powerful upward motions from the legs. NASM also describes how efficient force production unfolds: the "integrated performance paradigm" indicates that to move efficiently, "forces must be dampened (eccentrically), stabilized (isometrically), and then accelerated (concentrically)." In the cable lift, the knee flexes slightly to load (eccentric/stabilize) and then extends concentrically to accelerate the load upward.

Because the knee's sagittal plane action that completes the propulsion phase is extension, the end-range position of the knees-after the drive is completed-is extension. Therefore, among the options provided, B.

Extension precisely matches NASM's definitions and movement sequencing.

質問 # 58

A client's knee moves inward during the single-leg squat assessment. Which of the following muscles may be overactive?

- A. Vastus medialis oblique (VMO)
- B. Gluteus maximus
- **C. Tensor fascia latae (TFL)**
- D. Gluteus medius

正解: C

解説:

In the single-leg squat assessment, inward movement of the knee (valgus collapse) indicates possible overactivity in muscles that internally rotate and abduct the hip, combined with underactivity in muscles that externally rotate and abduct the hip. NASM's movement assessment guidelines identify the tensor fascia latae (TFL), along with the adductor complex and vastus lateralis, as common overactive contributors to knee valgus. The Study Guide links this compensation to "altered length-tension relationships" where overactive TFL can inhibit the gluteus medius and maximus, leading to poor hip stabilization. The valgus motion increases stress on the knee joint and the kinetic chain above and below it. The corrective strategy involves inhibiting and lengthening the overactive TFL through self-myofascial release and static stretching, while activating the underactive gluteal muscles and integrating functional movement patterns. In contrast, the gluteus medius and maximus are typically underactive in this scenario, and the VMO plays a role in patellar tracking rather than causing knee valgus.

質問 # 59

.....

有効的なNASM CPT認定資格試験問題集を見つけられるのは資格試験にとって重要なのです。我々JPTestKingのNASM CPT試験問題と試験解答の正確さは、あなたの試験準備をより簡単にし、あなたが試験に高いポイントを得ることを保証します。NASM CPT資格試験に参加する意向があれば、当社のJPTestKingから自分に相応しい受験対策解説集を選らんで、認定試験の学習教材として勉強します。

CPT受験内容: <https://www.jpctestking.com/CPT-exam.html>

安全な環境と効果的な製品については、数千人の候補者が当社のCPT学習ガイドを選択する用意があります、主にCPTのおかげで、まともな仕事を探したり、重要な地位を競ったりするときに総合力を向上させることができます認定資格を取得すると、履歴書を完全に強調し、面接官や競合他社の前で自信を深めることができます、NASM CPT復習対策 では、どのようにはやく試験に合格するかを知りたいですか、NASM CPT復習対策 あなたが激しい競争から目立つようにするためのいくつかのスキルが必要です、NASM CPT復習対策 お客様との提携で、お客さまの穴揺るニーズを満たすために努力し、使用中の快適な体験があるのを手伝います、CPTの認証資格はIT領域において非常に人気があります。

早く真吾が欲しい、村には火の踏み台を作るという伝統があります、安全な環境と効果的な製品については、数千人の候補者が当社のCPT学習ガイドを選択する用意があります、主にCPTのおかげで、まともな仕事を探したり、重要な地位を競ったりするCPTときに総合力を向上させることができます認定資格を取得すると、履歴書を完全に強調し、面接官や競合他社の前で自信を深めることができます。

試験の準備方法-検証するCPT復習対策試験-素敵なCPT受験内容

では、どのようにはやく試験に合格するかを知りたいですか、あなたが激しい競争からCPT受験内容目立つようにするためのいくつかのスキルが必要です、お客様との提携で、お客さまの穴揺るニーズを満たすために努力し、使用中の快適な体験があるのを手伝います。

- CPT勉強ガイド □ CPT勉強ガイド □ CPT試験復習 □ { jp.fast2test.com } サイトで ➤ CPT □ の最新問題が使えるCPT日本語解説集
- CPTトレーニング資料 □ CPT真実試験 □ CPT勉強資料 □ 検索するだけで ➡ www.goshiken.com □ から □ CPT □ を無料でダウンロードCPT試験解説
- 試験の準備方法-権威のあるCPT復習対策試験-信頼できるCPT受験内容 □ ✓ www.passtest.jp □ ✓ □ を開き、「CPT」を入力して、無料でダウンロードしてくださいCPT試験解説問題
- NASM CPT認定試験を受験したいならこの問題集を推奨 □ { www.goshiken.com } で ➡ CPT □ □ □ を検索して、無料で簡単にダウンロードできますCPT資格関連題
- 試験の準備方法-権威のあるCPT復習対策試験-信頼できるCPT受験内容 □ 《 jp.fast2test.com 》 サイトで ➡ CPT □ の最新問題が使えるCPT日本語サンプル
- ハイパスレートのCPT復習対策一回合格-有効的なCPT受験内容 □ 今すぐ [www.goshiken.com] で ☀ CPT

☐☀☐を検索し、無料でダウンロードしてくださいCPT資格模擬

- 100% パスレートCPT復習対策-資格試験のリーダープロバイダー-素晴らしいCPT受験内容 □ 時間限定無料で使える ✓ CPT □ ✓ □ の試験問題は ✓ jp.fast2test.com □ ✓ □ サイトで検索CPT試験解説
- 100% パスレートCPT復習対策-資格試験のリーダープロバイダー-素晴らしいCPT受験内容 □ 時間限定無料で使える [CPT] の試験問題は { www.goshiken.com } サイトで検索CPT復習対策
- CPT試験番号 □ CPT勉強資料 □ CPT試験解説 □ 今すぐ (www.passtest.jp) で □ CPT □ を検索して、無料でダウンロードしてくださいCPTトレーニング資料
- ハイパスレートのCPT復習対策一回合格-有効的なCPT受験内容 □ 《 www.goshiken.com 》は、 ➡ CPT □ を無料でダウンロードするのに最適なサイトですCPT勉強ガイド
- NASM CPT認定試験を受験したいならこの問題集を推奨 □ { www.goshiken.com } に移動し、 ✓ CPT □ ✓ □ を検索して、無料でダウンロード可能な試験資料を探しますCPT日本語サンプル
- www.stes.tyc.edu.tw, www.stes.tyc.edu.tw, myportal.utt.edu.tt, myportal.utt.edu.tt, myportal.utt.edu.tt, myportal.utt.edu.tt, myportal.utt.edu.tt, myportal.utt.edu.tt, myportal.utt.edu.tt, myportal.utt.edu.tt, myportal.utt.edu.tt, www.stes.tyc.edu.tw, www.stes.tyc.edu.tw, www.stes.tyc.edu.tw, www.stes.tyc.edu.tw, www.stes.tyc.edu.tw, www.notebook.ai, ycs.instructure.com, Disposable vapes

無料でクラウドストレージから最新のJPTestKing CPT PDFダンプをダウンロードする：https://drive.google.com/open?id=1o65PLM2FIFCWFbJ8vaKKM_2j1vb0TLAX