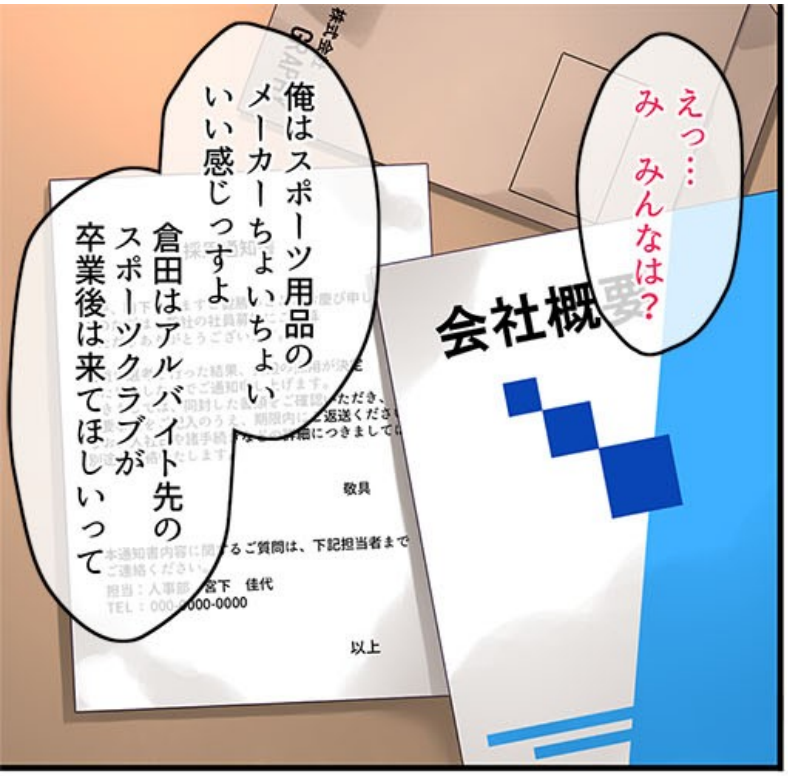

スポクラでハメられた
見習いインストラクター
RIP@LIP




夏合宿スケジュール
大学生活もあと一年かぁ
あーあ
マリンサークル
・食事担当 相談
・レンタカー 高木
お疲れー
あれ？みんな何暗い顔してんの？
ガチャ
夏帆先輩お疲れっすー
今日もトレーニングしてきたんすか？


会社概要
敬具
以上
えっ…
み みんなは？
俺はスポーツ用品のメーカーちょいちょいいい感じっすよ
倉田はアルバイト先のスポーツクラブが卒業後は来てほしいって


就活すよ 就活！
もうそろそろやっとかないと
夏帆先輩はどうすか？ 来年卒業っすよね


ふ…ふ～ん
あたしはまぁ…適当に…？
あー…まだ決まってない感じ？


夏合宿スケジュール
貸別荘
2泊3日～
よい時間
早く就職決めて思いっきり楽しもうぜ！
まぁ夏合宿のスケジュールは俺らで決めとくからさ
・食事担当 相談
・レンタカー 高木


スポーツクラブ
…しっかし夏帆先輩もなんつーか…
ふう…
あんなイイ身体してるのにオトコにてんで興味なし
スポーツバカというかなんというか…


はっ
はっ
はっ
はっ
はっ
マニュアルトレーニング
メニュー
消費カロリー
116 kcal
時間
12:37
距離
2.3 km
…どうしよう
はぁ
はぁ
みんな遊んでる
ように見えて
ちゃんと就職
決めてるとか
しかも私住んでるの
学生寮なんだよなぁ
卒業までに
早く決めないと


あっ…！
グキッ
っっと…
大丈夫？
…？
ムニッ
えーと確か…
ここのスポクラの
トレーナーさん
す…
すみません
キミ毎日
うちのスポクラ
通ってる子だよね？
いつもはキレが
あるのに…なんか
悩み事？
は…はあ


ふーんそうか
大学生は就職で
忙しい時期か
…で就職の
アテもないと
FRESH
……
は…はい
私だけまだ
決まってなくて
…面接
受けてみる？
え？
ちょうどうちの
クラブがインストラクター
募集してる
んだけど　キミならきっと
研修もクリアできる
んじゃないかなぁ…？
うちもキミ
みたいな子が
欲しかったんだよ
そうそう
キミみたいな娘
が…
は…はい
ぜひ！
よろしく
お願いします！

…翌日、私はスポクラの面接を受けることになった

いつも通っているスポクラということもあって私は安心していた

じゃあ面接始めようか

は…はい

将来はスポーツに携わる仕事をしたくて…

ほんとに運動するの好きなんだねぇ

書類面接は滞りなく進んでいった

オーナーさんも優しそうだし

よかった…これでちゃんと就職が決まりそう

身体に自信はあるのね？

はい！

一応大学でもマリンサークルの部長で…

じゃあシャツ脱いで？

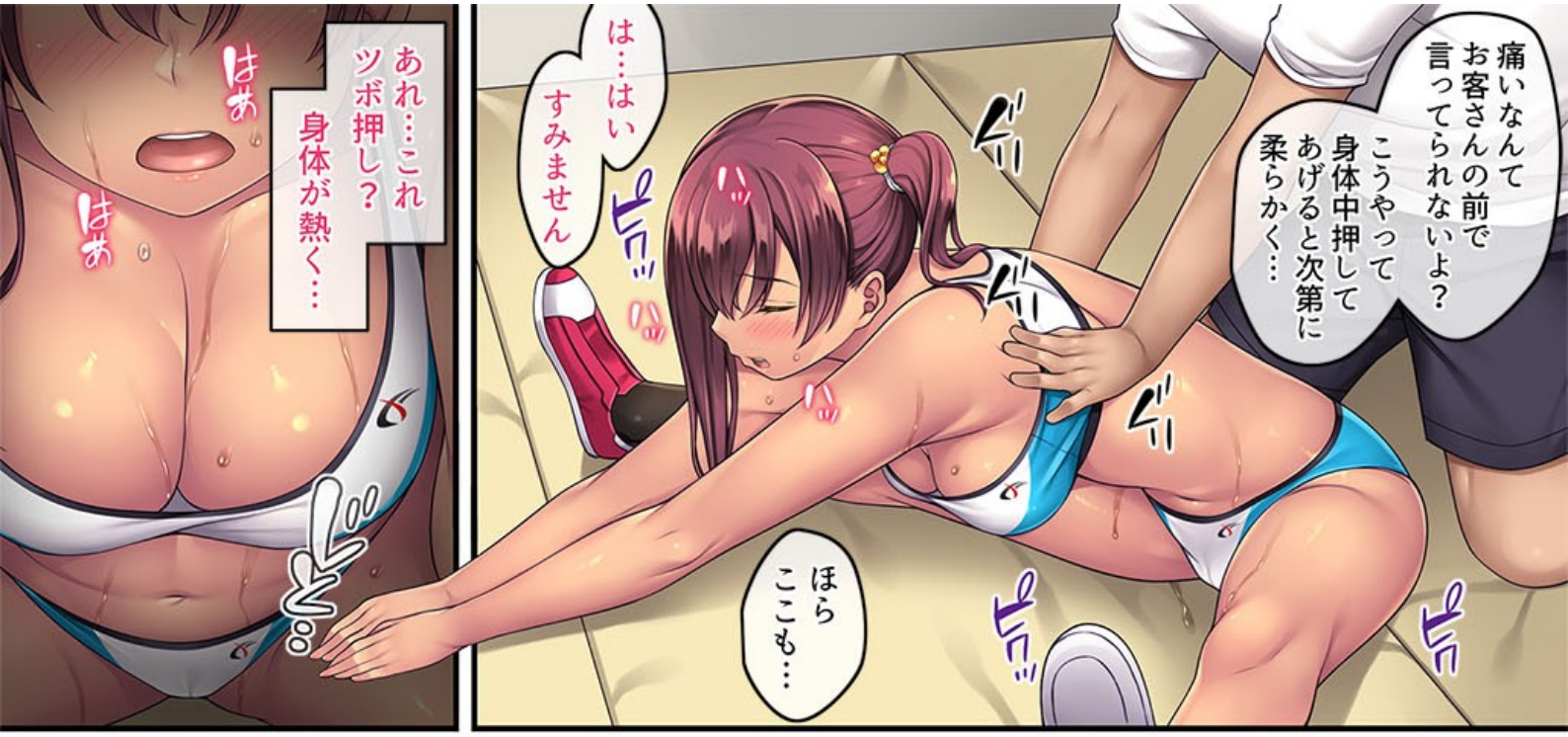
え？

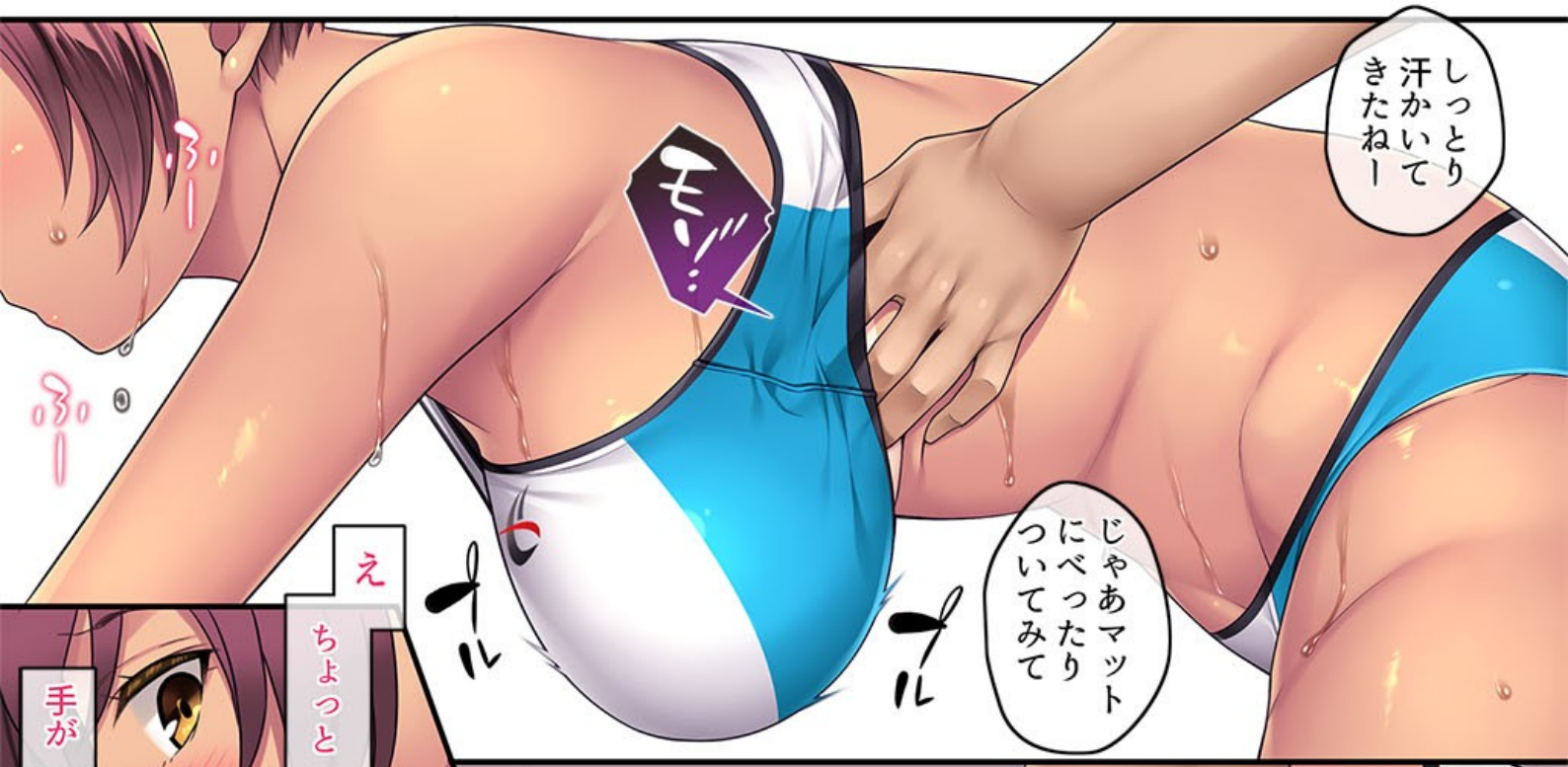

え…とここでですか…？
うん筋肉のつき具合みるから
…下はウェアだろう？
脱ぐだけじゃないか
モジ
モジ
ほら…早くして
…ま いいか
面接だもんね
SHRIMP


……
…なんか…
いつもこの格好でトレーニングしてるのに
改めてまじまじと見られてると思うと変な気分…

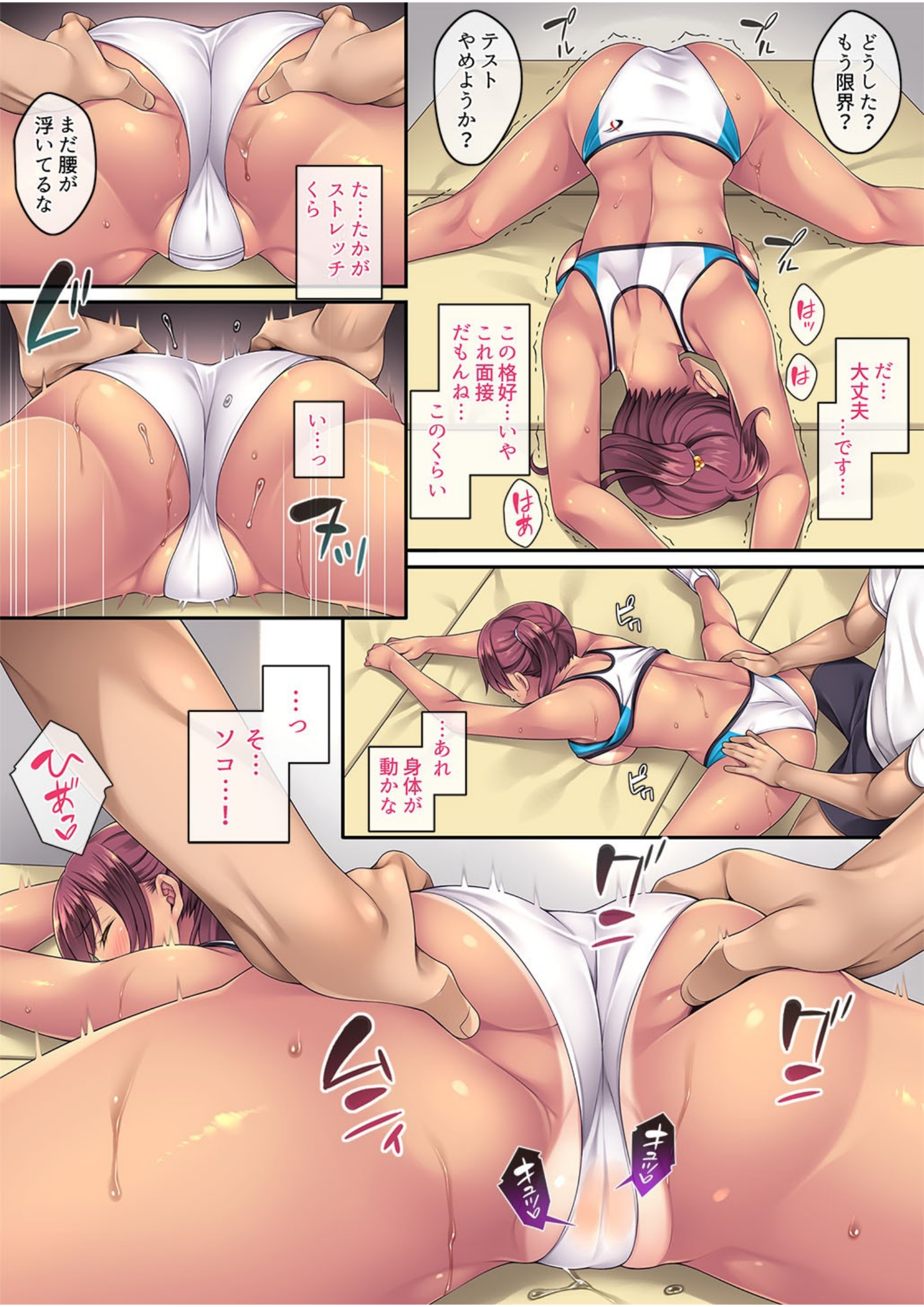

この時の私はこの違和感を気楽に考えてた
よし…じゃあまずはストレッチちゃんとできるかテストだ
面接…研修すらすぐ終わるだろうと
下半身のストレッチやってみて？
あ…はいえっと…いつもやってる感じでいいんですよね？
こんなのスポクラで毎日やってるじゃん
さっきの面接もだけどいまさら…
よーしその状態で上半身も伸ばして
さすが身体は柔らかいな
は…はい
ちょっとびっくりしたいつも一人でやってるから…

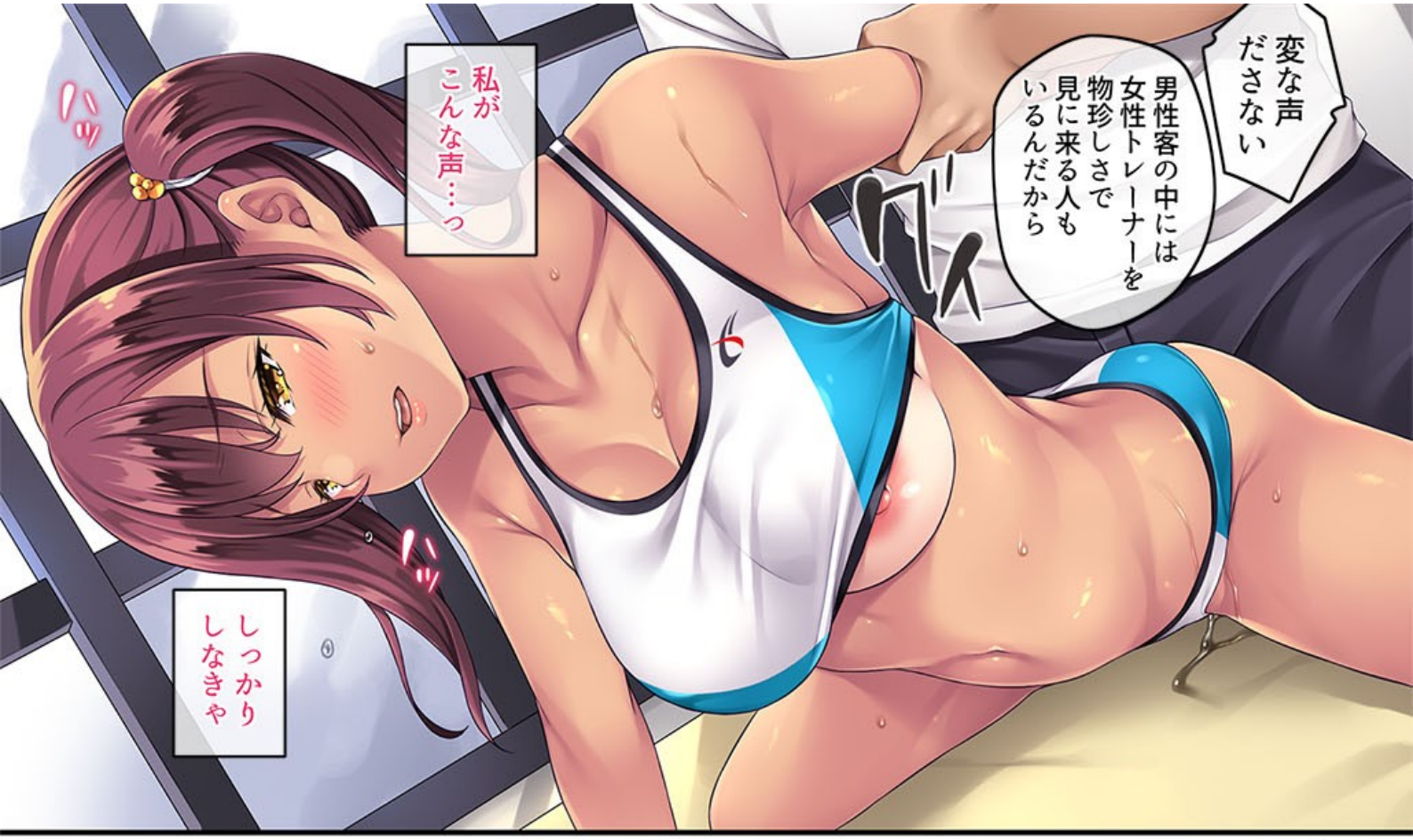

私をお客さんだと思ってねー
ペアストレッチのプログラムもあるからね
はいもっと脚広げて…
え…なんか触り方が…？
ちょっとまだ股関節が硬いかなぁ…
この辺り…足の付け根につまり感があるでしょ
い…いたっ…


痛いなんて
お客さんの前で
言ってられないよ？
こうやって
身体中押して
あげると次第に
柔らかく…
は…はい
すみません
ほら
ここも…
あれ…これ
ツボ押し？
身体が熱く…
はあ
はあ


しっとり
汗かいて
きたねー
じゃあマット
にべったり
ついてみて
モゾ！
ふー
ふー
え
ちょっと
手が


ほら動き
止めない！
キミも教える
ときは触らなきゃ
いけなくなる
んだから
今のうちに
慣れとかないと
ニュル
ニュル
ぐにゃん


どうした？もう限界？
テストやめようか？
だ…大丈夫…です…
はッ
は
はあ
この格好…いやこれ面接だもんね…このくらい
た…たかがストレッチくら
まだ腰が浮いてるな
い…っ
…あれ身体が動かな
…っそ…ソコ…！
ひぁっ
キュッ
キュッ


変な声ださない
男性客の中には女性トレーナーを物珍しさで見に来る人もいるんだから
私がこんな声…っ
ハッ
ハッ
しっかりしなきゃ


そんな隙だらけじゃ何されるかわかんないよ
それともされたいのっ!?
そ
そんなこと
でもっ身体が
言うこと聞かない
はい次後ろから


もっと激しくするからね
っ!?
ちょ…
ちょっと止まってくださ…っ
ダメダメ止まってなんて言ってられないよ？プロになったら
〜〜〜ッ
お客さんにペアストレッチキミが教えるんだから
きゅうぅ〜ん


ちょ…休ませて
はっ
も…だめ
はっ
くた…
おいおいもうへばったのか夏帆君
そんなんじゃ人に教えるなんて…ん？
はー
はー
やけにぐっしょり濡れてるな…
粘り気のある変な汁垂らして…これは汗じゃないなちょっと見せてみろ
ヒクッ
ヒクッ
タラー…


おい!?
なんだこれは
ドキ
あ…っ!
変な声
出してると
思ったら
ビク
ビク…
どういう
ことだ!
すっ…
すみませ
んっ♥
モゾ
グチュ
グチュ
グチュ
…ダメだな
にぢゃ…
こんな浮ついた
気持ちで
勤まるわけが
ない
ウチ以外も
採用は難しい
だろうね
フル
フル
フル
そ…
そんな
もう諦めて…

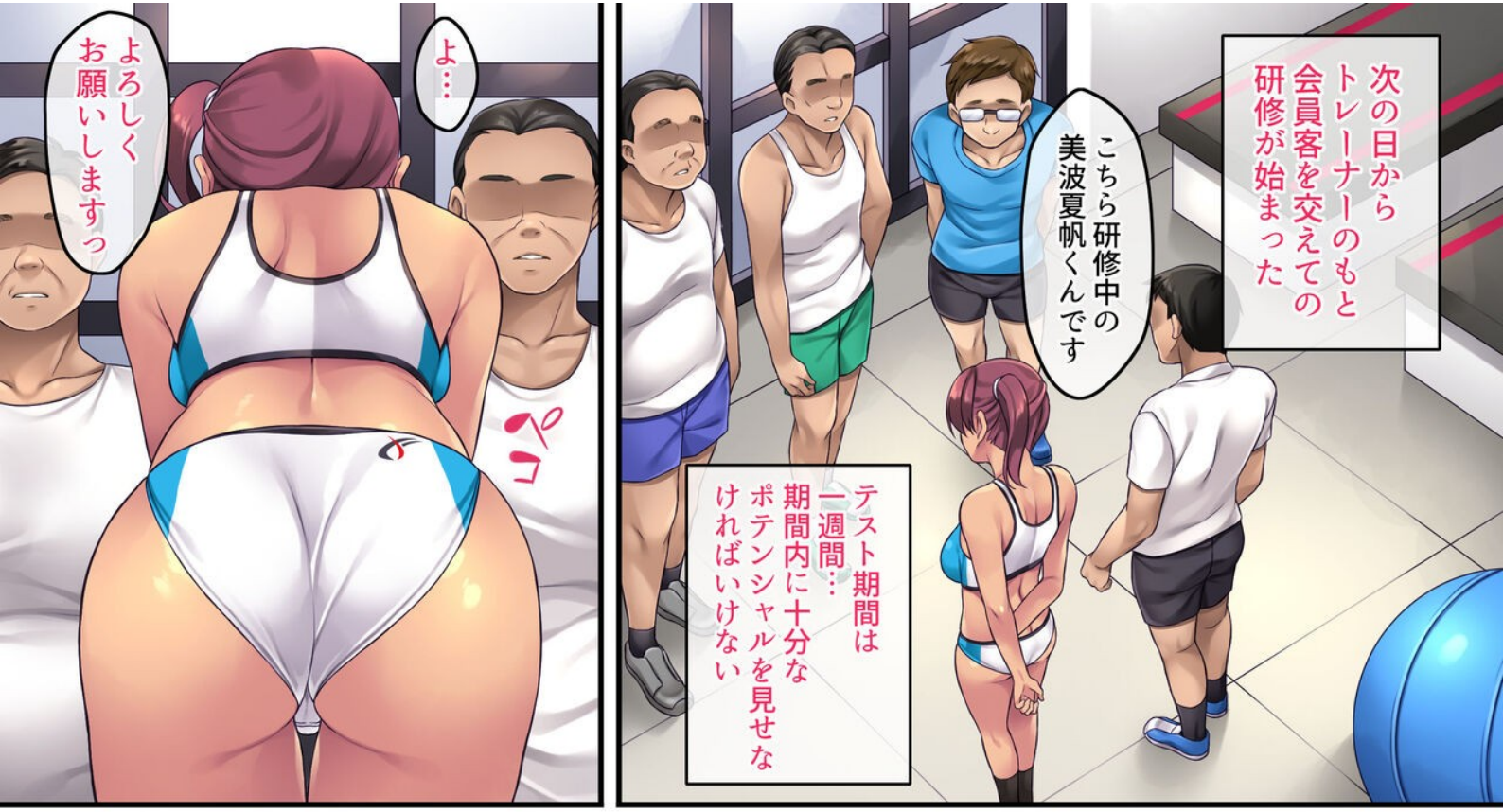

早く決めないと
大学の寮にも
もういれなくて
実家も厳しいし
…それに奨学金も
…じゃあ
自分で足持って
固定して
試験を続けよう
え…っ
ちょ…っ
どうした？
そんなに切羽
詰まっているなら
このくらい
耐えれるだろう？
どんな状況でも
声だしたら
ダメだぞ？
…はい…
この場だけ…
我慢しなきゃ


はい
力抜いてー
動いちゃダメ
だからね
ふー
ふー
ふー
っ…!?
そんなの
挿れる…
なんて
聞いてな
クチュ
クチュ
ほら
声出さない！
不合格に
なってもいいの？
メチ
メチ
ミチ
あー…
だいぶ股
絞まってるね
キシ
キシ


だ…め
気を抜いたら声が漏れちゃいそう…っ
ズッ
ズズッ
ズブッ
ズブッ
ズブッ
じゃあもっときつくするよ
えっ
ズブッ
……ッ
ふ…深…ッ♥


両足あげて
こんな格好でどんどん激しく…っ
このまま射すぞ…ッ
そ…んな
ダメ
ピュル!
もう限界なのに…っ
ハッ♡
ハッ♡
ちゃぷちゃぷ
キュン♡
キュン♡


い……っ❤❤
は❤❤んあ❤あ❤
イくなと言ったのにビシャビシャにして…こんなことも耐えられないのか
ビク
ビク
ビクッ!!
ドロ…
ヒクッ
ヒクッ
キュウン
キュー❤
今日の面接はサービスで合格にしてあげよう
夏帆クンに足りないのは忍耐だな
ヤ…
ヤ…
明日からの研修で見るからしっかり励むように！


次の日からトレーナーのもと会員客を交えての研修が始まった
こちら研修中の美波夏帆くんです
テスト期間は一週間…期間内に十分なポテンシャルを見せなければいけない
よ…
よろしくお願いしますっ
ペコ


まずはこちらの器具で上腕と肩の効果的な鍛え方を学びましょう
夏帆くんみんなの前で50回やってもらえるかな？
は…はいいち…に
あれ？もっと特別な研修かと思ったら
私がいつもやってることじゃん…


息を吐きながら
持ち上げ…
このように
ゆっくり腕を
上げ下げすると
より効果的な
トレーニングが
できます
にじゅういち
ふー
ふー
にじゅうに…
よかった…こんな
研修内容なら
楽勝で


さて…
身体も火照って
きたところで
ピク
ピク


トレーニング中
どこの筋肉が
動いてるか
みんなで触って
みましょう♥
!?
キュ…
あ 夏帆くんは
トレーニング
続けて？
さあ皆さん
遠慮しないで
ちょっ…
え…
いいんですか
じゃあ…
身体のしくみを
教えるのも
インストラクターの
仕事ですからね♪
ちょっと
待っ…


うわ
すごい♥
プルプル♥
こんな風に
動くのかぁ♥
勉強になります
腕上げた時と
下げた時で
形こんな変わる
なんて
あ
だいぶ
汗もかいて
ヌルヌルして
ますね♥
ワキのとこ
プルプルしてて
よくわかりますよ


夏帆くん
息あがって
きてるよ
ほら頑張って♥
さ…
さんじゅう…
ろく…っ
こ…こんな
状況で…
ぎゅ〜っ
ふんふん…
この辺は硬くて
コリコリ♥
あ…さっきより
ムクムク
大きくなって
ますね？


あー♥
健康的な汗っておいしいなあ
はー
な…舐め回され
れろ
れろ
はっ
はっ
ぐぐ
ほんとですね若い新人さんの味♥
ぢゅるー


よんじゅう！あともうちょっと頑張って
下半身の筋肉も確認…っと
あ私も見たいですね
この中はどう動いてるのかな？
くちゃあ…
……！
く…うぅ
あと10回なのに…っ腕があがらない
ぶるん
ぶるん
ぶるん


おほ♥すごい熱くなって
指キュンキュン絞めてくる…っ
キュウ
キュウ
だ…ダメ
ぎちっ
ぎちっ
そこ…っ♥
特にこの辺うねうねですよ
中で動かすと…ほら
ちゅぽ
ちゅぽ
ジュシャ


うわ こんなに身体って動くんですね♥
スゲー痙攣してません？
ほらほらあと数回ですよ
43っ
ハッ
ハッ
ちゅぷ
ちゅぷ
ぐぢゃ
ぐぢゃ
ガク
ガク


45っ
……
はっ
はっ
グッ
46っ
グニ
グチャ
グチャ
グチュ
47
48っ
ビクッ!
はうッ
グッ
も…
もうすぐ
おわ…
よんじゅ…
きゅ…
ぶるぶる
はっ
はあっ
キュウッ
ビク
ビク
ビク


はっ
はっ
はっ
いや〜
すごかった
ですね
ピク
ピク
ピク
すごい運動量だな
ってめっちゃ
勉強になりました
特に最後
なんか身体中
ビクビクして
飛び散っちゃって♥
また明日も
研修なのでみなさん
良かったら
もちろん
参加しますよ！
新人さんの研修
ちゃんと
見届けないと♥
はー
はー


…その後もインストラクター採用の研修は続いた
私は毎日訪れるスポーツクラブ会員の前に呼ばれ実技演習をさせられ…
ヒクッ
ヒクッ


身動きの取れない
状態でひたすら
身体を舐め回されて
FRESH
4日目の研修が
終わるころには
私の身体は少し運動
しただけですぐに
うずくようになり…
私の頭はおかしく
なりそうになって
しまっていた


そして7日目
研修最終日…
はっ
ふっ
ふっ
ふっ
はっ
ニヤ
ニヤ
新人さん
頑張るなぁ～
今日で研修最終日
ですよね？
新人さんが
インストラクターに
なってくれたら
僕らも嬉しいですよ♥
そうそう
こんな子と一緒なら
毎日トレーニングも
苦じゃないし♥
タッ
タッ
タッ
タッ
タッ
ウィン
ウィン


もうどのくらい経ったんだろう
はっ
はっ
はっ
みんながずっと私を見てる
身体が熱い…お腹の奥深くがうずく…っ
身体中に絡みつく視線
ぐっ
ヴズ
ヴズ
も…もう
ウ〜ッ
キュン
キュン
ヴヴヴ
ぐちっ
ぐちゅっ
ヴヴヴ
限界…っ


はい！みなさん
今日のプログラム
はここまででーす
帰宅準備
お願いしまーす
あーあ
新人さんの完走
見届けたかった
なぁ
そうそう
もうすこしで
達しそうだった
のにねえ♥
よ…良かった…
これでもう研修
トレーニングは
終わり…
これ以上
続いてたら…
ハァ
ハァ
ヒクッ
ヒクン
だらしなく
みんなの前で
イっちゃ…
カチッ


はぅ
ぐ
ぐんぐん
ズルッ…
ヒクヒク
ガクガク
ビチャ
ビチャ
ヒクヒク
ズイッ
ズイッ
ズイッ


それとも…
どうした夏帆くん？まだ研修終わってないのに気を抜いて
ビクッ
ビクッ
…っく
もう限界…とか？完走よりこっちのほうがいいかな？
まだ…っ
はー
はー
ほらペース落ちてるぞ
だ…だめ…
これ以上落ちると
ビクッ
負けちゃ…！
びくっ
ズチョ


あ…足が
も…ダメ…
ぐちゅ
挿い……っ♥♥


こ…腰が
勝手に…
ちゃぷ
ちゃぷ
クニ
クニ
挿いった途端
腰が動いて
ないか？
ダメじゃないか
足を動かさないと
一番奥まで
ぬぷ
ぬぷ
ぬぷ
ぬぷ
ビンビン
挿いっちゃう
ぞ…ッ
ヌプ
ゴリュッ


も…限界
はー…
はー…
一回突いただけでもうへばったのか？
モジ
モジ
だ…だってこの一週間
キュンッ
キュンッ
ずっと…身体がうずいて…っ
たぷんっ
ふぁっ
は
あっ
研修中ずっといやらしいこと考えてたのか
こんな…いやらしい身体を
ズニッ
モニュッ
ぢゅっ
ぢゅっ
メチャクチャにされる…とか！

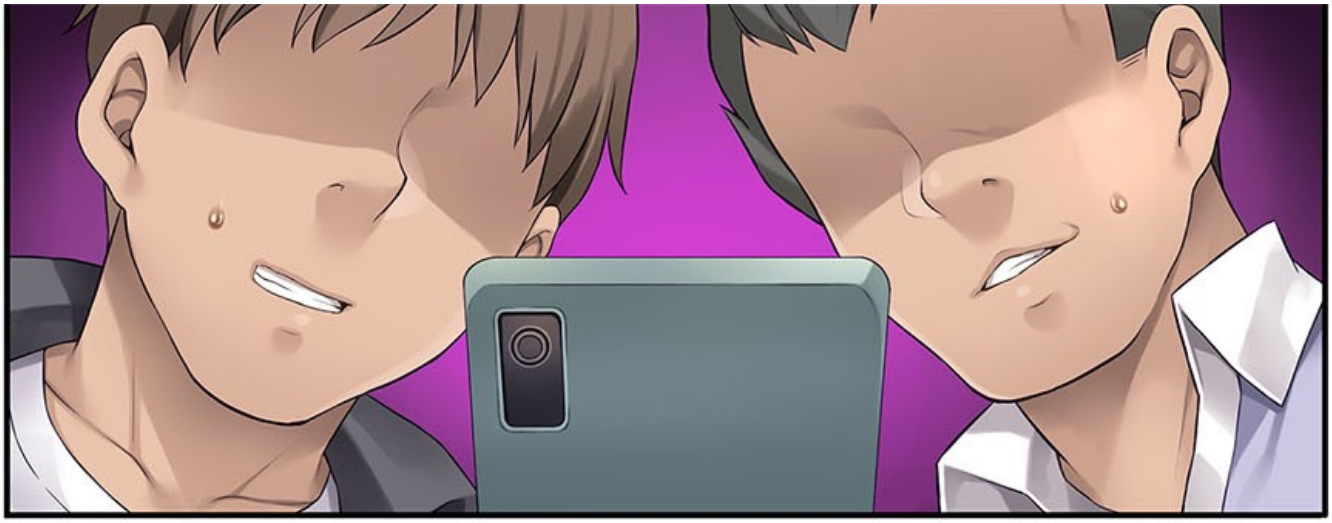

誰よりも運動には自信があったはずなのに
んあ
はッ♡
ズチュ
ズチュ
ズチュ
グチッ
グチッ
はひっ♡
こんなこと…で…っ♥♥
ゴリッ…
ズチュ
びしゃっ

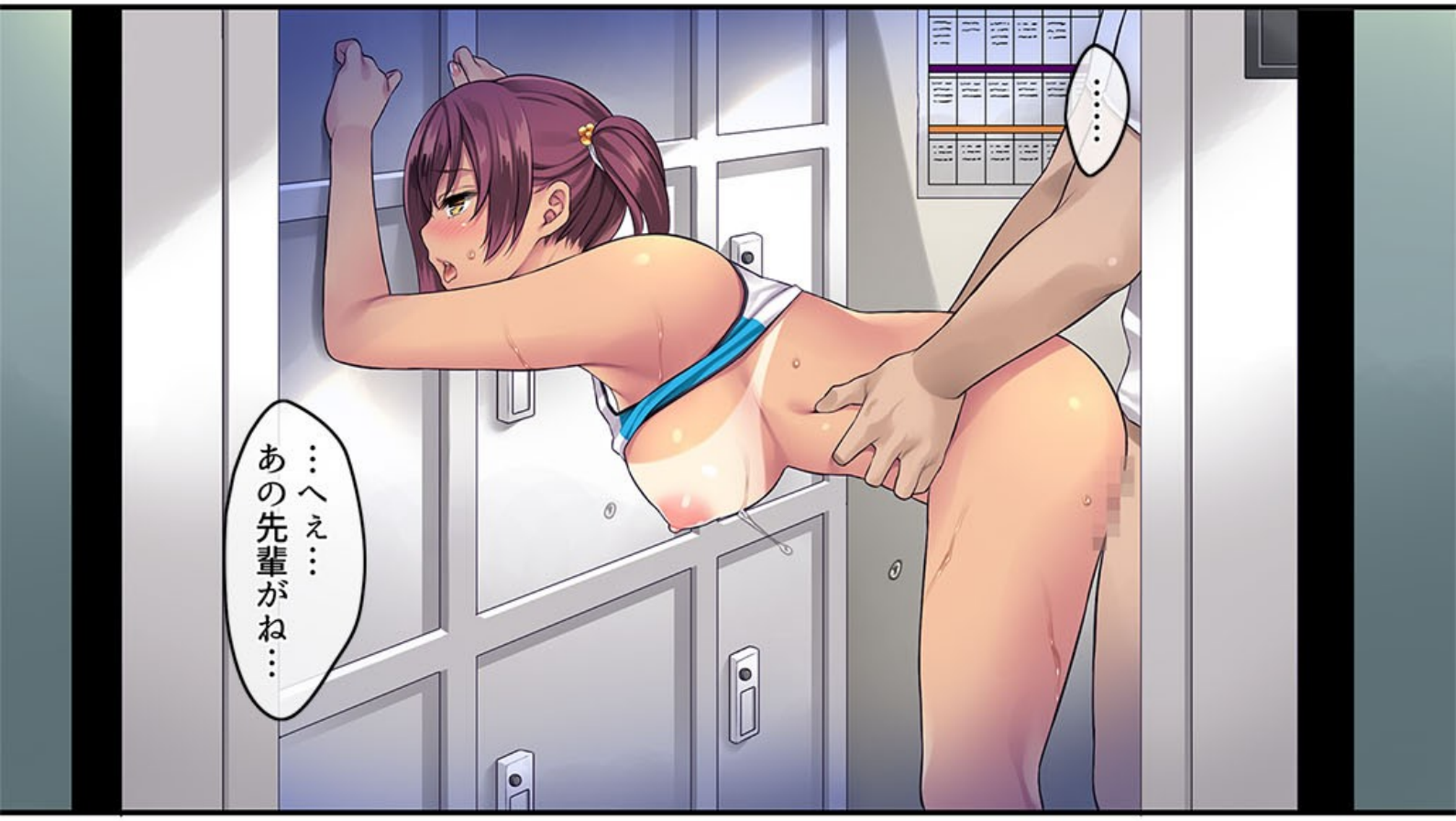

ほら…もう自分から腰動いてるじゃないか
ヌギヤッ
ヌギヤッ
ふっ…不合格
でしょうか…っ
…いや…
あっ
あっ
この一週間キミのプライドを取り払って何もかもさらけ出すことが目的だったんだこの身体もすばらしい…会員も増えそうだ♥
インストラクターとして嫌がらずにすべて受け入れてくれるね？
すべて
受け入れ…
は…♥
はーい…っ♥
キュン
キュン…
は…♥
あー♥


採用の証に
ほら
我慢しないでっ
思い切り
イっていいぞっ
これ…っ♥
一番気持ち
い♥♥
ぶちまけてやる
からな…！
また…っ♥
イ…♥♥
ぶるるっ!!
んぉ♥
ビクッ
キュウウ～♡
ゴルルッ


さて…研修も終わったし次からいよいよ勤務だな
これから新人インストラクターとして期待してるからね♥
はーっ
はーっ
ぷしゃっ
ぷしゃっ


マリンサークル
おう
お疲れ～
あー
聞いた？
夏帆先輩
無事採用決まった
んだってさ
おっ
そうなんだ
良かったじゃん
？
…いや
それがさあ
先輩の様子
見に行ったら
やべーとこ
見ちゃってさあ
えっ
おいマジか！
あの先輩が…







Continue to ...summer camp

美波　夏帆

体育系大学に通うスポーツ大好きっ娘。
大学ではマリンサークルに所属し、後輩の
男子部員たちと合宿に向けて準備している。
運動に関しては自他ともに認める
向上心で健康的な身体を持ち合わせて
いるが、あまりにも体育系に
寄りすぎているため抜けて
いるところがある。






FRESH





スポクラでハメられた見習いインストラクター

オクヅケ

【誌名】
スポクラでハメられた見習いインストラクター
【発行】
Rip@Lip
【web site】
https://rip-lip.mystrikingly.com/
【Twitter】
https://twitter.com/yuumizuhara
【FANBOX】
https://mizuharayuu.fanbox.cc/

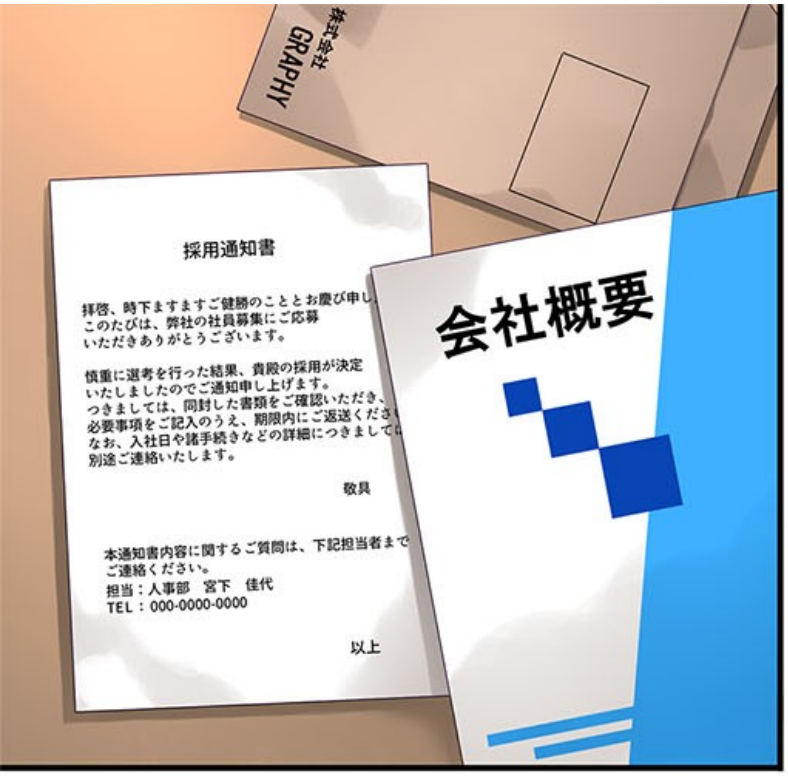
アトガキ

こんにちは、水原優です！
前作「夏合宿でハメられた
インストラクター」の続編を
夏コミで出させていただいたのですが
全然描き足りなかったので、
今回完全版として描きおろしを加え
させていただきました。
実は「合宿研修」という形で最初
考えていたのでお風呂シーンとか…
いろいろ…夏帆ちゃんまだまだ
描きたいのですがまた続編は
のちほどということで…
予定より時間がかかってしまったので、
すぐにほかのシリーズの
続編に取り掛かっています～！
次の新作は3月にはだいたい終わって
いる(はず)ので引き続き
頑張りたいと思います！






夏合宿スケジュール
夏季限定
貸別荘
格安滞在2泊3日～
心地よい時間
16 17 18 19 20 21 22
23 24 25 26 27 28 29
30 31
・食事担当 相談
・レンタカー 高木
マリンサークル
10 11 12 13 14 15
17 18 19 20 21 22
24 25 26 27 28 29
31
食事担当 相談
レンタカー 高木
10 NEX
COMPANY


GRAPHY
採用通知書
拝啓、時下ますますご健勝のこととお慶び申し
このたびは、弊社の社員募集にご応募
いただきありがとうございます。
慎重に選考を行った結果、貴殿の採用が決定
いたしましたのでご通知申し上げます。
つきましては、同封した書類をご確認いただき、
必要事項をご記入のうえ、期限内にご返送くださ
なお、入社日や諸手続きなどの詳細につきまして
別途ご連絡いたします。
敬具
本通知書内容に関するご質問は、下記担当者まで
ご連絡ください。
担当：人事部　宮下　佳代
TEL：000-0000-0000
以上
会社概要






夏合宿スケジュール
9 10 11 12 13 14 15
16 17 18 19 20 21 22
23 24 25 26 27 28 29
30 31
・食事担当　相談
・レンタカー　高木
貸別荘
2泊3日～


スポーツクラブ ネスト


マニュアルトレーニング
メニュー
消費カロリー
116 kcal
時間
12:37
距離
2.3 km




FRESH


夏帆
性別 女
電話
8月13日生 (満22歳)
東京都文京区小日向0-0-201
学歴・職歴
年 月
3月
4月
スポーツクラブ ネスト
SHRIMP
SHRIMP


SHRIMP











































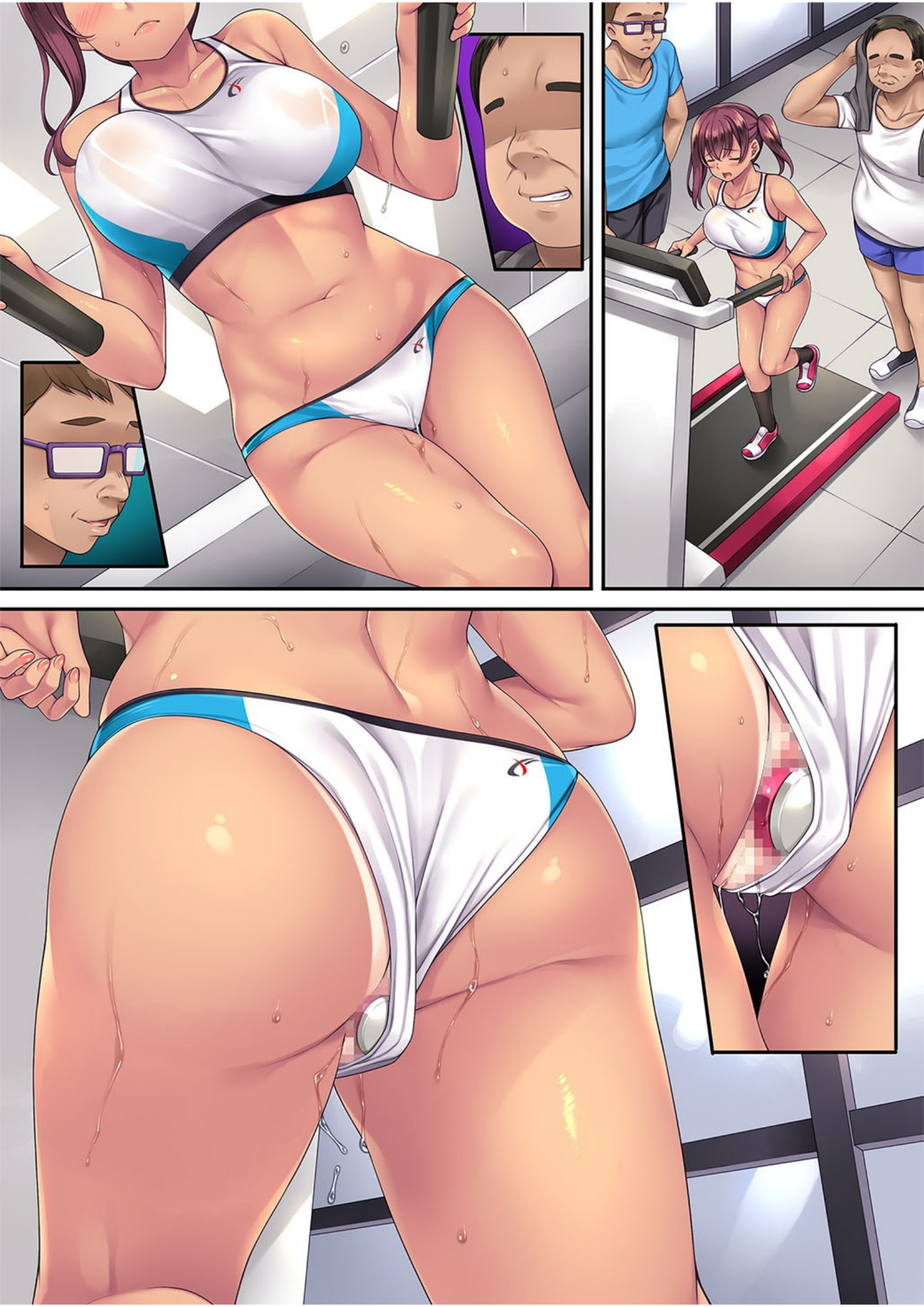







FRESH





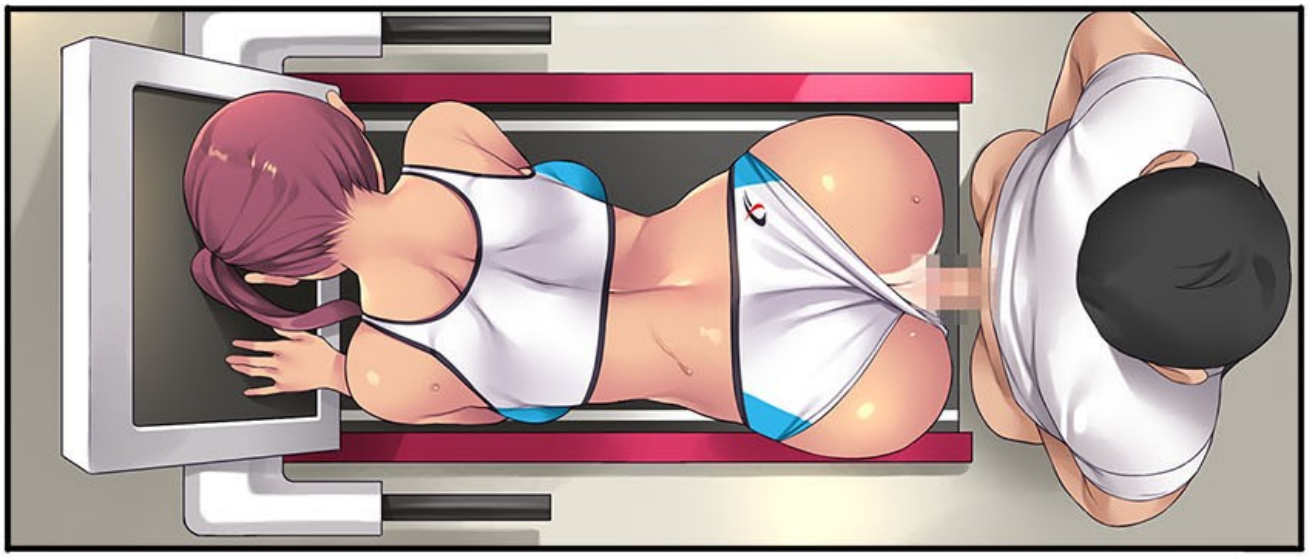
















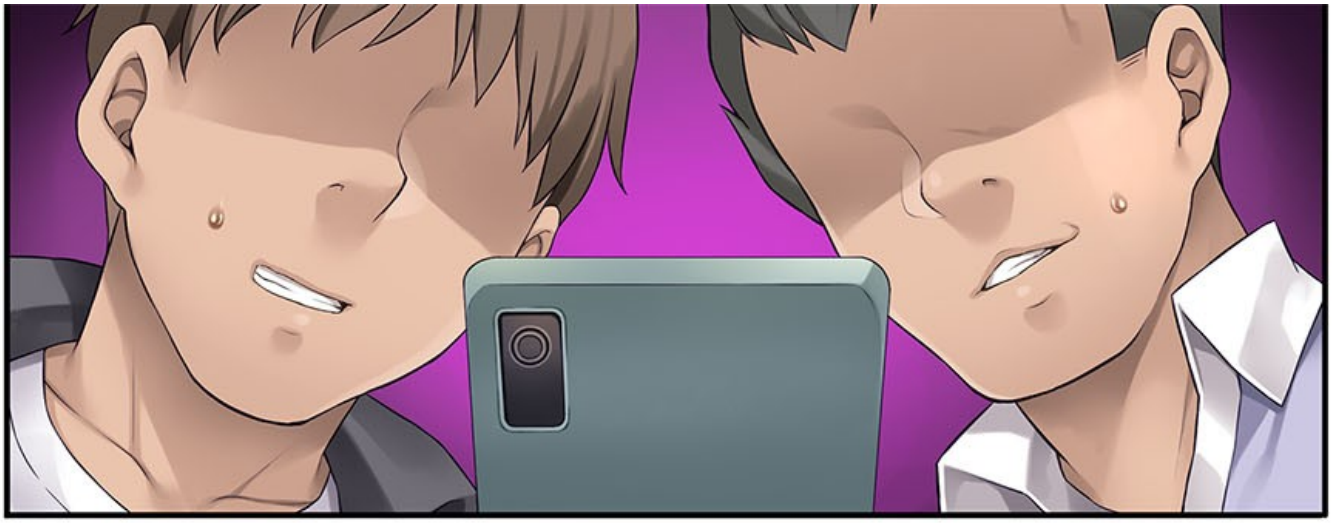









マリンサークル






夏合宿スケジュール
夏季限定
貸別荘
格安滞在2泊3日～
心地よい時間
1
2 3 4 5 6 7 8
9 10 11 12 13 14 15
16 17 18 19 20 21 22
23 24 25 26 27 28 29
30 31
・食事担当 相談
・レンタカー 高木






FRESH





スポクラでハメられた見習いインストラクター

