

2年に一度、特別な夏がやってくる。

国内アクア・インストラクターの祭典

2008-09年度(第8回)

アクアフィットネス コンファレンス



2008-09 Japan National Aquatic Fitness Conference

2008年8月8日(金)ー10日(日)／3日間

会場／田園スイミングスクール(川崎市宮前区宮崎 2-3-5)

<主催>
アクアエクササイズ国内総会実行委員会

<共催>
全米アクアエクササイズ協会(The Aquatic Exercise Association)
米国アクアセラピー&リハビリ研究所(The Aquatic Therapy & Rehab Institute)

<協力>
田園スイミングスクール(クランユナイツ)

<後援>
神奈川県教育庁／川崎市教育委員会／神奈川県水泳連盟／(財)川崎市体育協会／(財)健康・体力づくり事業財団／(財)ブルーシー・アンド・グリーンランド財団／(社)日本フィットネス産業協会／(社)日本フィットネス協会／(社)日本スイミングクラブ協会／ミズノ(株)アクアフィットネス事務局／日本マタニティビクス協会／日本アクアサイズ協会／NPO日本健康運動指導士会／フィットネスセッション実行委員会

<協賛>
(株)デサント東京オフィス／キャントレーディング(株)／大塚製薬(株)／トロッパス(株)／フットマーク(株)／(株)ライトアベール／(株)タバタ／(株)マーベリック／(株)ジバソン／江崎器械(株)／(株)明治スポーツプラザ／(株)ティップネス／(株)メガロス／住友不動産エスフォルタ(株)／東急スポーツシステム(株)／(株)リーヴ・スポーツ／月刊フィットネスジャーナル誌(ハートフィールド・アソシエイツ)／月刊ネクスト(クラブビジネスジャパン)／月刊トレーニングジャーナル誌(ブックハウス・エイチディ)／月刊体力健康新聞(体力健康新社)

<企画・運営>
(株)アクアダイナミクス研究所

順不同／敬称略

ごあいさつ

古代ローマ時代から「健康は水の中にある」(In aqua sana est)と言われてきました。そして、ヨーロッパでは疾病者向けの「療法」(セラピー)として、アメリカでは健常者向けの「運動」(エクササイズ)として「水」を活用してきました。今日、水中運動(アクアエクササイズ)は水泳(スイミング)と双肩するプールでの代表的な運動形態として、日本を含む、世界中に広く伝播しております。

人口の少子・高齢・脆弱化は日本だけの問題ではなく、欧米諸国も同様の悩みを抱えています。むしろ日本の問題は欧米の4倍のスピードで急速な変化が訪れることによる社会の様々な側面への影響と言えます。2005年には総人口の減少が始まり、2007年からは「団塊の世代」の大量退職が始まりました。日本は世界一の長寿国ではありますが有病率は高く、医療費が年々増加傾向にあることはご承知の通りです。

これからは心身共に健康で快活な人生を送ることが何よりも価値があり、長い人生を通じて、無理なく安全で継続できる生涯運動との出会いが望まれます。そこで、水の4つの特性(浮力・水圧・抵抗・水温)を活かしたアクアエクササイズが今後ますます重要になるに違いありません。そして、水中でのウォーキングやダンスだけではなく多種多様なアクアプログラムの導入と実施が求められます。

皆さまから暖かいご支援ご協力を賜り、アクアエクササイズの国内総会も今回で8回目(16年目)を迎えることになりました。5回目(2002年)から健常者向けのフィットネス分野と非健常者向けのセラピー分野を隔年毎に開催するようになり、今年はフィットネス分野の開催年です。開催名称も一部改め、日進月歩のアクアフィットネスの理論と実技を学びます。海外からもトップリーダーを招聘。そして、国内外で活躍している第一級のアクア指導者との合同による全国規模の研修会です。全国各地で日々指導に携わっている方々が一堂に集い、互いに啓発し、相互の創造性と実践力を高める。このことによりアクアエクササイズの一層の普及と向上に役立つことが開催の目的です。

今回の開催につきましても、皆様方からの変わらぬご支援ご協力を賜りますよう心からお願い申し上げます。

2008(平成20)年5月



アクアエクササイズ国内総会実行委員会
委員長 今野 純
(アクアダイナミクス研究所所長/AEA&ATRI顧問)

今回で8回目となる日本の「アクアの祭典」(Aqua Gala)を心から祝福します。おめでとうございます。私たちAEA(アクアエクササイズ・アソシエーション)は1回目(1994年)からサポートしてきました。このことを私たちは大変誇りに思っています。そして、今回もAEAを代表して日本の皆さまへ開催のご挨拶ができることを本当に嬉しく思っております。

AEAは1986年、米国ウィスコンシン州の小さな町ポートワシントンからスタートしました。そして、1989年から毎年欠かさず国際的なフォーラムを開催しています。AEAのムーブメントは年々拡大しており、今では38ヶ国が加盟しています。AEAのアクアエクササイズは世界中に広まっております。そして、日本人AEA認定者のトップリーダーは、毎年、国際的なセミナーやコンベンションのプレゼンターに選ばれ、世界中から大変高い評価を得ています。このことは頂点に立つトップだけが素晴らしいのではなく、彼らは「氷山の一角」に過ぎません。トップをより高いレベルに押し上げる多くの素晴らしいAEA認定者がいることを私たちはよく知っています。このことが本当の意味での日本のアクアエクササイズの価値ではないかと思っています。

ですから、日本のアクアエクササイズは今後ますます成長するに違いありません。そして、国際的な交流を深め、アイデアを共有し、指導力を高め、一人でも多くの人々に本当のアクアエクササイズの素晴らしさを広めて貰いたいと願っています。このビックイベントがこれからも日本のアクアエクササイズのシンボリックな存在として輝き続けることを心より祈っています。そして私たちAEAもこれまで以上に力強いサポートをしていきたいと思っております。

2008年5月



AEA会長
ジュリー・シー
Julie See

AEA専務理事
アンジー・プロクター
Angie Proctor



Time Table

講義(講堂)
 着替・移動
 実技(プール)
 実技(講堂)
 特別講座(教室)

	第1日目 8月8日(金)	第2日目 8月9日(土)	第3日目 8月10日(日)
9:00	E1 望月美佐緒	A11 吉田賢一	E3 浅井貴子
9:30			A31 坪井啓子
10:00			A32 C.Senra
10:30	B11 塚崎直美	B21 坪井啓子	B31 尾陰由美子
11:00			A23 S.Irma
11:30	B12 富士隆枝	B22 原 恵	A33 kim, Yeon Ju
12:00			
12:30	B13 根上千都子	B23 窪 孝枝	B32 坂止加奈子
13:00			
13:30	C11 巳抄呼	C21 若林淑子	C31 元井千佳代
14:00			
14:30	C12 寺本 強	C22 梅本道代	C32 末吉裕美
15:00			
15:30	C13 矢野真弓	C23 吉田賢一	C33 葉山亜希恵
16:00			
16:30			
17:00	D11 青木美樹	D21 A.Ivan	D31 S.Julie
17:30			
18:00	D12 S.Irma	D22 若林淑子	D32 フィーサル
18:30			
19:00	D13 S.Silvia	D23 岡本正一	
19:30			
20:00			

第1日(8月8日・金曜日)

<カテゴリ>

- | | |
|------------------------------------|------------------------------|
| 1: ダンス・コリオグラフィー(ダンス系) | 6: スペシャル・ボビュレーション(肥満/高齢者/妊婦) |
| 2: ノンダンス・コリオグラフィー(スイム&ウォーキング系) | 7: スポーツ・トレーニング(スポーツ選手) |
| 3: サーキット&インターバル・トレーニング(コンディショニング系) | 8: シューブアップ・ビューティー(瘦身美容) |
| 4: ティープウオーター・フロート(深いプール) | 9: ボディー・バランス&コア(姿勢中崩) |
| 5: ファミリー&キッズ・ファンロジ(親子/子供) | 10: リラクゼーション |

実技(プール) ワークアウト・プール(実技のみ)

A11

<レベル>上級者向け
<フォーマット>中強度の強度
<システム>カーテイク
<カテゴリ>1
<ギア>なし



Kenichi Yoshida

8月8日(金) 09:00~10:00
アクアダンスマニア
~テクニカルな動きの入ったアクアダンス~
吉田賢一
<プロフィール>株式会社スポーツ 運営本部 フィットネスディレクター。IAFC'07日本代表プレゼンター。AEA/HYDRO認定者。
<パーソナリティ>心機一転…心新たに違った環境・方向からアクアに関わってほしいと思います。
【継続教育点数】AEA1.0/ATRI0.5/WATSU0.5

基本的な動きにいつもより多様な変化要素を加えて複雑な形に変化させたり、数種類の動きを8ビートの中に入れて結合したり、多彩な動きにチャレンジしながら水しぶきを上げて元気に踊りたいと思います。

A12

<レベル>全ての方対象
<フォーマット>中強度の強度
<システム>トニング
<カテゴリ>8
<ギア>なし



Silvia Senati

8月8日(金) 10:00~11:00
アクアパワー・タイチ AquaPower Taichi
~水のパワーで美しいボディを創る~
シルビア・セナティ
<プロフィール>ヨーロッパ・アクア・アソシエーション(EAA)理事。国立ミラノ体育大講師。「アクアフィットネス」著者。
<パーソナリティ>日本の武道をイタリアで修行。私の人生感を大きく変えました。その日本へ、今回二度目です。とても幸せです。
【継続教育点数】AEA1.0/ATRI0.5/WATSU0.5

ゆっくりした流れる動きを繰り返す。水の抵抗を最大限に活用した水中での太極拳プログラムを紹介します。体の主要な関節を可動域ギリギリまで広く動かすことで姿勢矯正の効果も得られる。水の力を体感しましょう。

A13

<レベル>上級者向け
<フォーマット>高強度の強度
<システム>カーテイク
<カテゴリ>1
<ギア>なし



Cristina Tinoca Senra

8月8日(金) 11:00~12:00
パズリング Puzzeling
~コリオの考え方を变えよう~
クリスティーナ・ティノカ・センラ
<プロフィール>国立コインブラ大スポーツ科学講師。ムント・ヒドロ代表。AEA'05グループAワード受賞者。
<パーソナリティ>やっと憧れのジャパンに来れました。皆さんと一緒にアクアが出来るなんて夢を見ているみたいです。
【継続教育点数】AEA1.0/ATRI0.5/WATSU0.5

コリオの組み立て方は日進月歩で進化しなければなりません。より簡単な動きでより楽しい動きに変化させねばなりません。チョットした動きの変化や分割がまるでパズル遊びのような面白さになる。チョットした脳力的なコリオを一緒に楽しみましょう。

講義+実技 ワークショップ(講義+実技)

B11

<レベル>中級者向け
<フォーマット>高強度の強度
<システム>カーテイク
<カテゴリ>1
<ギア>なし



Naomi Tsukasaki

8月8日(金) 10:30~13:00
心一躍るーあくあ
~super-NAOMY-carnival~
塚崎直美
<プロフィール>日本マナーティピクス協会ディレクター。愛育病院フィットネスアドバイザー。IAFC'07日本代表プレゼンター。AEA/HYDRO/WATSU認定者。
<パーソナリティ>アクアダンスで生きている事の素晴らしさを伝えたい。2008年! by NAOMY
【継続教育点数】AEA2.0/ATRI1.0/WATSU1.0

女性はしなやかに!男性はたくましく!水と音が創り出す“柔”(揺れる・捻る・漂う)と“強”(コア・バランス・確実性)のハーモニーが奏でるウォータームーブこそが最高のアクアダンス! 2008バージョンをお楽しみに。

B12

<レベル>中級者向け
<フォーマット>中強度の強度
<システム>トニング
<カテゴリ>9
<ギア>リング/ヌードル



Takae Fuji

8月8日(金) 11:30~14:00
ジャイロ・ピラティス・バランスアクア
~あなたの動きとコアを意識して骨格調整!~
富士隆枝
<プロフィール>株式会社アクアダイナミクス研究所スペシャリストスタッフ。ピラティスマットワークインストラクター。AEA/ATRI/WATSUナショナルトレーナー。ATS '06/IAFC '07日本代表プレゼンター。AEA/ATRI/HYDRO/WATSU/AiCh認定者。
<パーソナリティ>最近40歳きみ?の肩関節を水中でせんとストレッチしていますが、効果抜群にビックリ!水の素晴らしさを実感中です。
【継続教育点数】AEA2.0/ATRI1.0/WATSU1.0

あなたの動きで肩甲骨や体幹を、ピラティスでコアへの意識と集中、ハロウィックでバランス動作を取り入れた骨格調整プログラムです。脳トレや遊び、笑いの要素も取り入れ思わず汗が……。ぜひ体感してみてください。

B13

<レベル>中級者向け
<フォーマット>中強度の強度
<システム>カーテイク
<カテゴリ>1
<ギア>なし



Chizuko Negami

8月8日(金) 12:30~15:00
Repetition AQA
~反復の大切さと動いた実感を~
根上千都子
<プロフィール>AEAナショナルトレーナー。IAFC '96日本代表プレゼンター。AEA/HYDRO認定者。
<パーソナリティ>時にはダイナミックに、時にはやさしく包み込んでくれる水…その水と一緒に仕事ができることを、日々幸せに感じています。
【継続教育点数】AEA2.0/ATRI1.0/WATSU1.0

覚えるストレスを感じさせないシンプルなコリオを、緩やかなカーブを描くように、動作を反復しながら習得していくプログラムをご紹介します。「Repetition」(反復)の大切さを考えていきたいと思っています。

特別講座(教室) 有料プログラム(定員12名)

SP1

<レベル>初級者向け
<フォーマット>中強度の強度
<システム>カーテイク
<カテゴリ>1
<ギア>なし



Hiromi Eguchi

8月8日(金) 12:30~16:30
CPR講習会
メディックファーストエイド・ケアプラスとAEDコース
メディックファーストエイド、心肺蘇生法とAEDの活用
江口博三
<プロフィール>明治治スポーツプラザ。京業銀行文化プラザ スパ&フィットネス 事業所長。AEA ナショナルトレーナー。AEA/HYDRO認定者。
<パーソナリティ>運動とリスク(危険)は常に隣合わせです。水中を過信し過ぎず、「もしも…」を常に考えて指導に当たって頂きたい。
【継続教育点数】AEA4.0/ATRI2.0/WATSU2.0

あって欲しく無い事…参加者のトラブルちよっとした配慮と経験があれば守ることができる可能性が大幅にあがります。道具を有効に使う事、救急法でもレッスンでも同じです。この機会に是非どうぞ!
※動ける服装でご参加ください。



■この講習を受講すればMFA国際修了認定カード(有効期間2年間)を発行します。



第1日(8月8日・金曜日)

<カテゴリー>

- | | |
|------------------------------------|------------------------------|
| 1: ダンス・コリオグラフィー(ダンス系) | 6: スペシャル・ボビュレーション(肥満/高齢者/妊婦) |
| 2: ノンダンス・コリオグラフィー(スイム&ウォーキング系) | 7: スポーツ・トレーニング(スポーツ選手) |
| 3: サーキット&インターバル・トレーニング(コンディショニング系) | 8: シューアップ・ビューティー(瘦身美容) |
| 4: ティープウォーター・フロート(深いプール) | 9: ボディー・バランス&コア(姿勢中崩) |
| 5: ファミリー&キッズ・ファンロジ(親子/子供) | 10: リラクゼーション |

講義+実技

ワークショップ(講義+実技)

C11

<レベル>初級者向け
<フォーマット>中強度の強度
<システム>カーテオリカバリー
<カテゴリー>1
<ギア>なし



Misako

8月8日(金) 13:30~16:00

「ふみふみアクア」 ~貴方が活きる!身体に効かせる!彩りアクア~

己抄呼 ~Misako~

<プロフィール>THD.Japan NPO法人日本総合健康指導協会代表副理事。AEAナショナルトレーナー。IAFC'08日本代表プレゼンター。AEA/WATSU認定者。
<パーソナリティー>「彩り」のあるレッスン!受講者の方に愛情を持って、素敵な自分をもっと表現してみませんか?

【継続教育点数】AEA2.0/ATRI1.0/WATSU1.0

貴方のレッスンがもっと活きる方法を見つけられます!運動効果が明確に実感でき、関節と筋肉を意識した動き、骨盤と脊柱、股関節の痛みを伴わずに刺激し、スロー&クイックな動きでレッスン後も体が冷えない「方式」をご紹介します。

C12

<レベル>中級者向け
<フォーマット>中強度の強度
<システム>カーテオリカバリー
<カテゴリー>1
<ギア>なし



Tsuyoshi Teramoto

8月8日(金) 14:30~17:00

自分プレゼン!!アクアダンス ~自分を伝える~

寺本 強

<プロフィール>株式会社アップネス マスタートレーナー。IAFC '07日本代表プレゼンター。AEA/ATRI/HYDRO/AiCh認定者。
<パーソナリティー>今年の私のキーワードは「変革」。自分自身をもっと変えていきたいと思っています。自分の無限の可能性を信じて...

【継続教育点数】AEA2.0/ATRI1.0/WATSU1.0

自分を伝える、届ける事をポイントにしています。自分を伝える為には、自分自身を客観的に見つめる事から始まります。そして、常に「お客様の立場」で考え、期待を超えるものを提供していくことが求められます。

C13

<レベル>初級者向け
<フォーマット>低中強度の強度
<システム>カーテオリカバリー
<カテゴリー>2/9
<ギア>なし



Mayumi Yano

8月8日(金) 15:30~18:00

The Double!! ~けんけん、できる事いっぱい~

矢野真弓

<プロフィール>みずウイヴ 代表者。中京大学体育学部 健康科学部体育学部講師。AEA/ATRI/WATSU/ナショナルトレーナー。ATS'02/IAFC '98日本代表プレゼンター。AEA'98グローバルアワード受賞者。AEA/ATRI/HYDRO/WATSU/AiCh認定者。

<パーソナリティー>古道具、お風呂、縫い物、着物、温布団、雑炊、料理、友だち、MUOの仲間、私の好きなもの達。WINEは卒業だあ!!?

【継続教育点数】AEA2.0/ATRI1.0/WATSU1.0

いわゆる「けんけん」片脚跳び。英名はHop Scotch!!? 前回のザ・ジョギングからの第2弾。動きの強度を変化させていく選択型プログラム。体調、目的、環境に合わせて楽しみましょう!!



実技(陸上)

ワークアウト・講堂(実技のみ)

D11

<レベル>初級者向け
<フォーマット>低強度の強度
<システム>カーテオリカバリー
<カテゴリー>1/6
<ギア>ジョイント・フェルトマット



Miki Aoki

8月8日(金) 17:00~18:00

オールド ガールズ&ボーイズの底力 ~足腰達者で若々しくフェルトマットピクス~

青木美樹

<プロフィール>アオキファミリー取締役。'93日本人初IAFCプレゼンター。AEAナショナルトレーナー。IAFC'98/ATS'01プレゼンター。AEA/ATRI/HYDRO/WATSU/AiCh認定者。
<パーソナリティー>健康づくり教室も、多摩ニュータウンと共に32年、良く動く身体だと我ながら感心しています。継続は力なり、そして魅力です。

【継続教育点数】AEA1.0/ATRI0.5/WATSU0.5

解決します! ちょっとした段差でつまづき思わぬ転倒「こんな所で、こんな場所で」良く口にする事です。どこにでもあるフェルトマットで有酸素運動から、バランス、こんなエクササイズで指導の枠を広げてみては。※動ける服装と裸足でご参加ください。

D12

<レベル>全ての方対象
<フォーマット>低強度の強度
<システム>トニングリカバリー
<カテゴリー>9
<ギア>バスタオル



Irma Stramaglia

8月8日(金) 18:00~19:00

フィット・ピラティス Fit Pilates ~体幹筋を鍛える6つの動き~

イルマ・ストラマガリア

<プロフィール>ヨーロッパ・アクア・アソシエーション(EAA)理事。ダンス・コンサルタント。アクアフィット・システム共同開発者。
<パーソナリティー>前日に続き二度目の来日。もって皆さんと親しくなり、皆さんからもっと学びたいと思っています。

【継続教育点数】AEA1.0/ATRI0.5/WATSU0.5

体中心軸をコントロールすることで体幹筋を強くする方法を紹介する。筋力と関節柔軟性のレベルを引き上げるための静的な動きと動的な動きの組み合わせる6つの基本原則の運動プログラム。※動ける服装とバスタオルをご持参ください。

D13

<レベル>全ての方対象
<フォーマット>中強度の強度
<システム>カーテオリカバリー
<カテゴリー>3
<ギア>なし



Silvia Senati

8月8日(金) 19:00~20:00

フィット・コンバット・トレーニング ABC For Fit Combat Training

~これがコンバットの基本~

シルビア・セナティ

<プロフィール>ヨーロッパ・アクア・アソシエーション(EAA)理事。国立ミラノ体育大講師。「アクアフィットネス」書者。
<パーソナリティー>前日に引き続き二度目の日本です。とてもラッキー&ハッピーな気持ちです。どうぞ宜しくお願い。

【継続教育点数】AEA1.0/ATRI0.5/WATSU0.5

いまヨーロッパで最も人気の高いトレーニング・プログラム。キック&パンチを多用した格闘技系です。ワクワクする音楽リズムに乗ってハードに動きまわろう。動的バランスが高まること請合いです。※動ける服装とシューズをご持参ください。

講義(講堂)

レクチャー・講堂(講義のみ)

E1

<レベル>初級者向け
<フォーマット>中強度の強度
<システム>カーテオリカバリー
<カテゴリー>1
<ギア>なし



Misao Mochizuki

8月8日(金)9:00~10:15

あなたが輝き続けるために大切な事 ~自分を知り、環境を知り、そして変化する~

望月美佐緒

<プロフィール>ミスノ アクア アドバイザー。ヘルネサンス クオリティサポート部 部長。IAFC'99日本代表プレゼンター。AEA認定者。
<パーソナリティー>アクアを通じて伝えたい事、それは全ての人に可能性があるという事。身体の変化は心もそして未来さえも変える事を伝えたい!

【継続教育点数】AEA1.0/ATRI0.5/WATSU0.5

今、私達インストラクターを取り巻く環境がどのように変化しているのか? その中でこの素晴らしい仕事を出来るだけ長く続けて行く為には何を知り、どのように行動すれば良いかを皆さんと一緒に考えて行くクラスです。

第2日(8月9日・土曜日)

<カテゴリー>

- | | |
|------------------------------------|------------------------------|
| 1: ダンス・コリオグラフィー(ダンス系) | 6: スペシャル・ポピュレーション(肥満/高齢者/妊婦) |
| 2: ノンダンス・コリオグラフィー(スイム&ウォーキング系) | 7: スポーツ・トレーニング(スポーツ選手) |
| 3: サーキット&インターバル・トレーニング(コンディショニング系) | 8: シューブアップ・ビューティー(瘦身美容) |
| 4: ティープウオーター・フロート(深いプール) | 9: ボディー・バランス&コア(姿勢中崩) |
| 5: ファミリー&キッズ・ファンロジ(親子/子供) | 10: リラクゼーション |

実技(プール) ワークアウト・プール(実技のみ)

A21

<レベル>中級者向け
<フォーマット>中強度の強度
<システム>カーティオ
<カテゴリー>1
<ギア>リング



Yumiko Okage

8月9日(土) 09:00~10:00
3Dファンクショナルアクアダンスのススメ

尾陰由美子

<プロフィール> ㈱アクスペース企画 代表取締役。NPO法人いきいきのびのび健康づくり協会会長。IAFC'05日本代表プレゼンター。AEA認定者。
<パーソナリティ> 「考える」「思う」「感じる」脳を使うことで実は身体がもっと若々しくなることを感じ取っている最近の私です。

【継続教育点数】AEA1.0/ATRI0.5/WATSU0.5

身体の関節機能を理解したうえで、3次元にかかる水の抵抗を利用したコンビネーションスタイルのアクアダンスの展開方法をご紹介します。特に前半のバランスリングを使ったウォームアップの考え方もお見逃しなく!!

A22

<レベル>中級者向け
<フォーマット>中強度の強度
<システム>カーティオ/トニング
<カテゴリー>4
<ギア>ヌードル



Silvia Senati

8月9日(土) 10:00~11:00
アブドミナル・カーディオ・トレーニング
Abdominal & Cardio Training
~浅くてもディープなアクアができる~

シルビア・セナティ

<プロフィール> ヨーロッパ・アクア・アソシエーション (EAA) 理事。国立ミラノ体育大講師。「アクアフィットネス」著者。
<パーソナリティ> 水中で深くは、それだけでも筋力と骨節が鍛えられます。水は本当に不思議なパワーが満ちています。

【継続教育点数】AEA1.0/ATRI0.5/WATSU0.5

浅いプールでもディープなアクアができることを体験してください。その場で浮きながらのコア運動。結構ハードな内容です。水中での身体バランスを高める効果も期待できます。

A23

<レベル>中級者向け
<フォーマット>中強度の強度
<システム>トニング
<カテゴリー>9
<ギア>ヌードル



Irma Stramaglia

8月9日(土) 11:00~12:00
アクア・センセーション Aquasensation
~体のバランス感覚を高めよう~

イルマ・ストラマガリア

<プロフィール> ヨーロッパ・アクア・アソシエーション (EAA) 理事。ダンス・コンサルタント。アクアフィット・システム共同開発者。
<パーソナリティ> 美しい体づくりはすべての女性の願いでもあります。体の感覚レベルを高めるのもその一つの方法なのです。

【継続教育点数】AEA1.0/ATRI0.5/WATSU0.5

水中での身体バランスなどスキルを改善する。躯幹筋を強くするアクアプログラム。体幹を刺激し、姿勢矯正に役立つボディーバランスをトレーニング。美しい体を創るヒントがたくさん発見できます。

講義+実技 ワークショップ(講義+実技)

B21

<レベル>中級者向け
<フォーマット>中高強度の強度
<システム>カーティオ
<カテゴリー>1
<ギア>なし



Keiko Tsuboi

8月9日(土) 10:30~13:00
Aqua・La・La・Latin!
~アクア・ラ・ラ・ラテン!~

坪井啓子

<プロフィール> 有限会社アクアブルー・オヴティ取締役。株式会社 メガロス アクアアドバイザー。IAFC '08日本代表プレゼンター。AEA/ATRI/HYDRO/WATSU/AiChi認定者。
<パーソナリティ> ラテンダンスを一度も習った事のない坪井ですが、ラテン音楽と水中運動が大好き!また今年も自由で勝手(過ぎる)ラテンで登場です(笑)

【継続教育点数】AEA2.0/ATRI1.0/WATSU1.0

ラテンの動作を単に水中で行うのではなく、アクアの基本動作をラテン的な特徴に移行していく過程と一緒に学習して行きましょう。誰でも出来る基本を繰り返すことで、指導者と参加者の3Way会話を楽しまします。

B22

<レベル>初級者向け
<フォーマット>中強度の強度
<システム>カーティオ
<カテゴリー>1/2
<ギア>なし



Megumi Hara

8月9日(土) 11:30~14:00
Simple Fit
~飽きのこないベーシックなアクアを目指して~

原 恵

<プロフィール> ㈱アクアダイナミクス研究所スペシャリストスタッフ。AEA/ATRI/HYDRO/WATSU/AiChi認定者。IAFC '05日本代表プレゼンター。AEA/ATRI/HYDRO/WATSU/AiChi認定者。
<パーソナリティ> 昨年の今頃、そろそろ産まれそう...とお腹をさすっておりました。今年も新たなアクアを産まなくちゃ...とお腹をもんでおりました。

【継続教育点数】AEA2.0/ATRI1.0/WATSU1.0

ステップジョギングとアクアダンスをコラボレーションさせ、水中ならではの動作と身体の使い方をマスターしていきます。テンポは少しゆっくりめ、捻り動作をたっぷりとり入れ、フルレンジが気持ち良いアクアです。

B23

<レベル>中級者向け
<フォーマット>中強度の強度
<システム>カーティオ
<カテゴリー>1/3/9
<ギア>ヌードル



Takae Kubo

8月9日(土) 12:30~15:00
ウェイクアップ!マッスル!!
~しなやかで粘り強い体づくり~

窪 孝枝

<プロフィール> ㈱アクアダイナミクス研究所ディレクター。AEA/ATRI/WATSU/ATRI/ATRI/ATRI認定者。IAFC '08日本代表プレゼンター。AEA/ATRI/HYDRO/WATSU/AiChi認定者。
<パーソナリティ> 小さな子供はスゴイ!!美しい姿勢、効率よい身のこなし!腰痛もない!なぜ??忘れかけていた何か?を今必死に思い出しています。

【継続教育点数】AEA2.0/ATRI1.0/WATSU1.0

子供の頃のように「しなやかで粘り強い体」を取り戻すにはどうしたら良いか?水中だからこそできる効果的な運動プログラムを紹介します。講義では、その理論的背景を説明、実技では、楽しく体で感じていただきます。

特別講座(教室) 有料プログラム(定員25名)

SP2

<レベル>中級者向け
<フォーマット>中強度の強度
<システム>トニング
<カテゴリー>9
<ギア>ヌードル



Rie Sakai

8月9日(土) 13:00~16:30

ピラティス講習会

気づきとピラティス

~水を感じることで人間の原点(ナチュラル)にもどる。

酒井里枝

<プロフィール> ピラティスムーブメントスペース(株) 主催。ピラティストレーナー。
<パーソナリティ> “今” この瞬間を大切に生きています。愛と感謝と調和を心がけて笑顔で生きていきたいと。

【継続教育点数】AEA4.0/ATRI2.0/WATSU2.0

質の良い呼吸は質の良いcoreを養っていきます。ピラティスをただworkoutのみのエクササイズとしてとらえず、身体の意識を変えていきます。体内のリズムをプラスのエネルギーに変えることは地球環境を守ることに繋がっていく奥の深さを感じましょう!
※動ける服装でご参加ください。



第2日(8月9日・土曜日)

<カテゴリー>

- 1: ダンス・コリオグラフィー(ダンス系)
- 2: ノンダンス・コリオグラフィー(スイム&ウォーキング系)
- 3: サーキット&インターバル・トレーニング(コンディショニング系)
- 4: ティープウオーター・フロート(深いプール)
- 5: ファミリー&キッズ・ファンロジ(親子/子供)
- 6: スペシャル・ポピュレーション(肥満/高齢者/妊婦)
- 7: スポーツ・トレーニング(スポーツ選手)
- 8: シュープアップ・ビューティー(瘦身美容)
- 9: ボディー・バランス&コア(姿勢中席)
- 10: リラクゼーション

講義+実技

ワークショップ(講義+実技)

C21

<レベル>初級者向け
<フォーマット>低中強度の強度
<システム>カーテイク
<カテゴリー>1/9
<ギア>なし



Toshiko Wakabayashi

8月9日(土) 13:30~16:00

シンプルアクアダンス
~参加者の笑顔が見たくて~

若林 淑子

<プロフィール> 佛明治スポーツプラザ 指導管理課長。スピチアルヨーガ制作者。IAFC '07日本代表プレゼンター。AEA/HYDRO認定者。
<パーソナリティ> 長いインストラクター生活において、自分のレッスン内容の変化を楽しんでいます。年を重ねる事への豊かさを感じる今日のごろ。

【継続教育点数】AEA2.0/ATRI1.0/WATSU1.0

シンプルで楽しくてまた参加したくなる!参加者皆様の笑顔が耐えないクラス!そういうクラス素敵ですね!クラスにおいてモチベーションを向上させていくには、どのような手法を用いたら効果的かを講義・クラスで実践します。ラストは「やさしいアクアヨーガ」をご体験ください。2年に1度のこの総会での「新しい出会いと再会」を心待ちにしております。

C22

<レベル>中級者向け
<フォーマット>中強度の強度
<システム>カーテイク
<カテゴリー>1/7/8
<ギア>なし



Michiyo Umemoto

8月9日(土) 14:30~17:00

水中格闘技の醍醐味を学ぶ
~現場で使えるプログラムの作り方~

梅本 道代

<プロフィール> NPO法人いきいき・のびのび健康づくり協会 理事長。南アクトスペース企画 本部ディレクター。AEA認定者。
<パーソナリティ> 指導者として、又「いきのび協会」の理事長として日々走っています。国内総会講師1年生、よろしくお願ひします!

【継続教育点数】AEA2.0/ATRI1.0/WATSU1.0

格闘技の動作を水の特性を使って取り入れたプログラムです。バランス力UP、シェイプUP、ストレス発散に効果あり!アクアダンスの1スパイスとして、又指導アイテムを増やしたい方、水中格闘技に「ハマって」頂きます。

C23

<レベル>中級者向け
<フォーマット>中強度の強度
<システム>カーテイク
<カテゴリー>1
<ギア>なし



kenichi Yosida

8月9日(土) 15:30~18:00

アクアダンスのメインパート
~そのセンスアップ術~

吉田 賢一

<プロフィール> 佛ゼクススポーツ 運営本部 フィットネスディレクター。IAFC '07日本代表プレゼンター。AEA/HYDRO認定者。
<パーソナリティ> 心機一転...心新たに達った環境、方向からアクアに関わってほしいと思います。

【継続教育点数】AEA2.0/ATRI1.0/WATSU1.0

アクアダンスのメインパートについて、その完成する振りつけや個々のバリエーション・そこに至るまでの過程(ストーリー)など、皆様日々お悩みかと思ひます。スムーズにスッキリ、そして楽しいプログラミングの方法をご紹介します。



実技(陸上)

ワークアウト・講堂(実技のみ)

D21

<レベル>初級者向け
<フォーマット>低強度の強度
<システム>リカバリー
<カテゴリー>10
<ギア>バスタオル



Ivan Amaral

8月9日(土) 17:00~18:00

アクアフロー・ヨガ
Aqua Flow Yoga on Land

~「陸」でのアサーナヨガを「水」へ~

イワン・アマラル

<プロフィール> ルーンドン大(英国) スポーツ科学元講師。ムント・ヒドロ共同経営者。ヨーガ・インストラクター。
<パーソナリティ> 日本は憧れの国。それもアクア国内総会へ来(ティノカ)と一緒に来れるなんて。夢のようです。

【継続教育点数】AEA1.0/ATRIO.5/WATSU0.5

心と体を融合させるフィットネスヨガ・プログラムを紹介します。流動的に姿勢を少しづつ変化させ、身体バランスを良好に保つための運動プログラムです。この動き方はアサーナ・ヨガをベースにしたもので水中へ応用できます。正しい呼吸の仕方をマスターしてください。※動ける服装とバスタオルをご持参のうえ裸足でご参加ください。

D22

<レベル>全ての対象
<フォーマット>低中強度の強度
<システム>その他(精神性)
<カテゴリー>9/10
<ギア>バスタオル



Toshiko Wakabayashi

8月9日(土) 18:00~19:00

幸せを引き寄せるスピリチュアルヨーガ

若林 淑子

<プロフィール> 佛明治スポーツプラザ 指導管理課長。スピリチュアルヨーガ制作者。IAFC '07日本代表プレゼンター。AEA/HYDRO認定者。
<パーソナリティ> 心がとても穏やかで幸せで満たされる時、それはレッスンをさせていたでいる時かもしれない。この仕事が好きです...

【継続教育点数】AEA1.0/ATRIO.5/WATSU0.5

「もし思い通りに行かないと思っているのなら、掴んで離さないその手の力を抜いてごらん。そして心の力を抜いてごらん。」肉体を使って精神、心の安定を感じて下さい。45分の自分を見つめ直す時間です。※動ける服装とバスタオルをご持参のうえ裸足でご参加ください。

D23

<レベル>初級者向け
<フォーマット>低強度の強度
<システム>カーテイク
<カテゴリー>6
<ギア>背竹



Masakazu Okamoto

8月9日(土) 19:00~20:00

10分でできる!らくらく運動不足解消体操
~メタボリックシンドローム改善に向けて~

岡本 正一

<プロフィール> 株式会社ルネサンス テクニカルアドバイザー。社会福祉法人 あかり保育園 副園長
<パーソナリティ> 2006年このアクアエクササイズ国内総会で参加して下さった方々のパワーとサポートするスタッフの方々のハートに感動しました!

【継続教育点数】AEA1.0/ATRIO.5/WATSU0.5

いつでもどこでもだれでも出来る、簡単で楽しい、10分間で出来る体操をご紹介します。身体と気持ちが気持ち良く動く体操を皆さんのまわりの方々にも是非お伝え下さい。すべての方にフィットネスを皆さんとともに広げたい!※動ける服装と裸足でご参加ください。

講義(講堂)

レクチャー・講堂(講義のみ)

E2



Toshihiko Hara

8月9日(土) 9:00~10:15

トナーリングプログラムを有効活用しよう
~インストラクターも水抵抗を活用しよう~

原 俊彦

<プロフィール> 株式会社佛明治スポーツプラザ 開発部指導管理課長。健康運動指導士。IAFC '97日本代表プレゼンター。AEA/HYDROナショナルトレーナー。AEA/HYDRO/WATSU認定者。
<パーソナリティ> ここ最近運動中の怪けが多くなり、ウォーミングアップやストレッチの重要性をあらためて実感。小さな積み重ねを大切にしたいですね。

【継続教育点数】AEA1.0/ATRIO.5/WATSU0.5

水中での筋強化の特徴を理解していますか。コンディショニングにも有効な水抵抗ですが、デメリットもあることを忘れてはいけません。この講座では、水から陸へ、陸から水へとプログラムを展開していく過程で、メリットデメリットをしっかりと理解し、トナーリングプログラムの活用方法を学びます。

第3日(8月10日・日曜日)

<カテゴリー>

- 1: ダンス・コリオグラフィー(ダンス系)
- 2: ノンダンス・コリオグラフィー(スイム&ウォーキング系)
- 3: サークット&インターバル・トレーニング(コンディショニング系)
- 4: ティープウオーター・フロート(深いプール)
- 5: ファミリー&キッズ・ファンロジ(親子/子供)
- 6: スペシャル・ポピュレーション(肥満/高齢者/妊婦)
- 7: スポーツ・トレーニング(スポーツ選手)
- 8: シェープアップ・ビューティー(瘦身美容)
- 9: ボディー・バランス&コア(姿勢中崩)
- 10: リラクゼーション

実技(プール) ワークアウト・プール(実技のみ)

A31

<レベル>初級者向け
<フォーマット>中強度の強度
<システム>カーティオ/トニング
<カテゴリー>1/9
<ギア>グローブ



Keiko Tsuboi

8月10日(日) 09:00~10:00

Aqua・De・Capoeira!

~アクア・デ・カポエイラ~

坪井啓子

<プロフィール>有限会社アクアブルーオヴティ取締役。株式会社メガロス アクアアドバイザー。IAFC'08日本代表プレゼンター。AEA/ATRI/HYDRO/WATSU/AiChI認定者。
<パーソナリティ>ラテン同様、空手もカポエイラも習った事が無い坪井。水の効果と音楽の効果に助けられ続けて20年が過ぎました。

【継続教育点数】AEA1.0/ATRI0.5/WATSU0.5

ブラジル発祥の踊るように戦うカポエイラ。激しく舞うカポエイラはスポーツモーションにすると水中運動に似ています。マーシャルアクアのヒントや、コアトレーニング運動のヒントに、ぜひ体験してみてください。

A32

<レベル>全ての方対象
<フォーマット>中強度の強度
<システム>カーティオ
<カテゴリー>1
<ギア>なし



Cristina "Tinoca" Senra

8月10日(日) 10:00~11:00

アフロラテン・スパイス

AfroLatin Spice!

~アフロ・リズムに乗って踊りましょう~

クリスティーナ・ティノカ・センラ

<プロフィール>国立コインブラ大スポーツ科学講師。ムントヒドロ代表。AEA'05グローバルワード受賞者。
<パーソナリティ>リズムの故郷アフリカと彼らの踊り方から新しいアクアダンスの発見があります。お楽しみに。

【継続教育点数】AEA1.0/ATRI0.5/WATSU0.5

スパイスの効いた手足の動き。エネルギッシュな体の使い方。リズムに乗ったラインダンスの数々。アフロラテンを水中で表現する面白さを紹介します。コリオの学習→自信→解放の仕方を学びましょう。

A33

<レベル>全ての方対象
<フォーマット>低強度の強度
<システム>トニング
<カテゴリー>8
<ギア>ヌードル



Kim Yeon Ju

8月10日(日) 11:00~12:00

アクアフィットネス・ブート・キャンプ

Aqua Fitness Boot Camp

~シェイプアップしましょう~

キム・リヨン・リュ

<プロフィール>韓国アクアエクササイズ協会(KAEA)ナショナルトレーナー。サムスン・スポーツセンター専任インストラクター。
<パーソナリティ>いつか日本のアクア総会でプレゼンを...と願っていました。これで夢が一つ実現します。頑張ります。

【継続教育点数】AEA1.0/ATRI0.5/WATSU0.5

新兵訓練をモチーフにしたことで世界的にブームになったインターバル&サーキット・トレーニングからヒントを得たアクアドリル・プログラムを紹介。精神的な集中力が決め手です。軍隊経験のない方も新兵になったつもりで頑張ってください。動きの中にはテコンドーでの手足の動きがあり、運動効果バツグンです。

講義+実技 ワークショップ(講義+実技)

B31

<レベル>初級者向け
<フォーマット>中強度の強度
<システム>カーティオ
<カテゴリー>1
<ギア>なし



Yumiko Okage

8月10日(日) 10:30~13:00

リニア&レイヤーをモノにする!!

~スムーズフローのコツ~

尾陰由美子

<プロフィール>㈱アウトスペース企画代表取締役。NPO法人いきいき、のびのび健康づくり協会会長。IAFC'05日本代表プレゼンター。AEA認定者。
<パーソナリティ>年女の私。小回りの利く、気の利く女を目指していますが、夢中(チュウ)になると注(チュウ)意散漫でかなり怪しい私...

【継続教育点数】AEA2.0/ATRI1.0/WATSU1.0

フリースタイルではなく、徹底的にリニアにこだわったアクアダンスのプログラム展開をご紹介します。レイヤリングの優先順位や単調になりがちなレッスンにアクセントをつける方法を学んで下さい。目からウロコです!!

B32

<レベル>初級者向け
<フォーマット>低中強度の強度
<システム>カーティオ
<カテゴリー>2
<ギア>リング



Kanako Sakagami

8月10日(日) 11:30~14:00

Feeling as Swimming

~泳ぐ・体操~

坂上加奈子

<プロフィール>フリー。HYDROナショナルトレーナー。AEA/ATRI/HYDRO/WATSU/AiChI認定者。
<パーソナリティ>近年、あまりの暑さに苦手な季節となった夏2008年!これまでにない「熱い夏」にしたい私です!よろしくお願ひします!

【継続教育点数】AEA2.0/ATRI1.0/WATSU1.0

泳ぐ動作で行われる様々な動きをアクアにとりこみ水泳の感覚を引出す事を目標にしたプログラムです。このプログラムの特徴的な流れや動きの組立て方、ちょっとした工夫で変化したお客様の動きなどをお話していきます。

B33

<レベル>中級者向け
<フォーマット>中強度の強度
<システム>カーティオ
<カテゴリー>1
<ギア>なし



Masakazu Okamoto

8月10日(日) 12:30~15:00

SHOW-UPアクア2008

~海と空と大地に感謝をこめて~

岡本正一

<プロフィール>SHOWカンパニー Be-up代表。株式会社ルネサンステクニカルアドバイザー。
<パーソナリティ>またあの素敵な夏がやってくるのですね!ああ嬉しい!!最近この仕事をやってて本当によかった、と心から思います。ありがたい...

【継続教育点数】AEA2.0/ATRI1.0/WATSU1.0

私達のDNAは日常わずか3%しかスイッチが入っていないといえます。残り97%のDNAのスイッチを入れる方法は「感動すること」笑って動いて、水しぶきを上げて、自然に感謝をして、潜在能力のスイッチをONにしましょう!!

特別講座

有料プログラム(定員25名)

SP3



Hiroko Ishii

8月10日(日) 12:30~16:30

ケアリングクラウン講習会

ケアリングクラウン

自分の心を元気にしよう。
バルーンを使ってあたたかさを感じよう。

石井裕子

<プロフィール>ケアリングクラウン トンちゃん座長。クリニクラウン養成トレーナー。
<パーソナリティ>赤い鼻の癡しの進化師。サーカスのピエロではありません。多くの人から学んだ体験をトンちゃんパイプで皆さんに放出したいと思ひます。

【継続教育点数】AEA4.0/ATRI2.0/WATSU2.0

クラウン性を使ってのコミュニケーションの取り方。自分の体の動きを知る。バルーンを使って子供の頃の自分を探してみる。(自由奔放。創造性。無心。) ※動ける服装でご参加ください。



第3日(8月10日・日曜日)

<カテゴリー>

- | | |
|------------------------------------|------------------------------|
| 1: ダンス・コリオグラフィー(ダンス系) | 6: スペシャル・ポビュレーション(肥満/高齢者/妊婦) |
| 2: ノンダンス・コリオグラフィー(スイム&ウォーキング系) | 7: スポーツ・トレーニング(スポーツ選手) |
| 3: サーキット&インターバル・トレーニング(コンディショニング系) | 8: シェープアップ・ビューティー(瘦身美容) |
| 4: ティープウォーター・フロート(深いプール) | 9: ボディー・バランス&コア(姿勢中庸) |
| 5: ファミリー&キッズ・ファンロジ(親子/子供) | 10: リラクゼーション |

講義+実技

ワークショップ(講義+実技)

C31

<レベル>初級者向け
<フォーマット>中強度の強度
<システム>トーン
グリカバリー
<カテゴリー>B/9
<ギア>リング



Chikayo Motoi

8月10日(日) 13:30~16:00
アクアバランスコーディネーション
~フローティングバランスの気づき~

元井千佳代

<プロフィール>リゾ鳴尾フィットネスクラブ エフィ アドバイザー。WATSUナショナルトレーナー。IAFC '08日本代表 プレゼンター。AEA/ATRI/HYDRO/WATSU/AiCh認定者。

<パーソナリティ>今の自分にできることを、積み重ねながら、あと10年、頑張れたら…うれしいです!

【継続教育点数】AEA2.0/ATRI1.0/WATSU1.0

水の中でこそ気づく、自分自身の身体バランスの変化があります。バランスリングを使って、色々なフローティングポジションをキープするまでの過程を楽しみながら、深層筋を意識し、集中力を高めるプログラムです。

C32

<レベル>中級者向け
<フォーマット>中強度の強度
<システム>カーテイトーニング
<カテゴリー>4
<ギア>グローブ・ヌードル



Hiromi Sueyoshi

8月10日(日) 14:30~17:00
浮き・UKIエクササイズ
=清く・正しく・美しく=

末吉裕美

<プロフィール>AEAナショナルトレーナー。コナミスポーツパーソナルトレーナー。IAFC '05日本代表 プレゼンター。AEA/HYDRO認定者。

<パーソナリティ>歳を重ねると母と同じ事をしたくなる。今年は糖床に挑戦!愛情をこめ育てていきます。日本に生まれてよかった。

【継続教育点数】AEA2.0/ATRI1.0/WATSU1.0

水ってすばらしい!水に浮かぶ開放感。音楽に乗りながら水面をすべる爽快感。今回はショートプログラム2本を紹介します。私の原点、水泳のコーチの末吉でプログラムを展開させます。ようこそ、水の世界へ!!

C33

<レベル>初中級者向け
<フォーマット>中強度の強度
<システム>カーテイトーニング
<カテゴリー>1
<ギア>なし



Akie Hayama

8月10日(日) 15:30~18:00
Fundamental to move!!
~「動」のための基本~

葉山亜希恵

<プロフィール>株式会社アクアダイナミクス研究所スタッフ。AEA/HYDRO認定者。

<パーソナリティ>楽天的、マイペース、後ろは振り返らない。。。そんなB型の私。いい要素となりアクアライフを毎日エンジョイしています。

【継続教育点数】AEA2.0/ATRI1.0/WATSU1.0

身体を動かすには様々な方法があります。「基本」を柱にしたレッスンをご紹介します。身体の使い方、リニアによるプログラミング、レッスンの提供の方法…初心に戻り「基本」にちょっとしたスパイスを加えます。



実技(陸上)

ワークアウト(実技のみ)

D31

<レベル>全ての方向
<フォーマット>中強度の強度
<システム>カーテイトーニング
<カテゴリー>1
<ギア>チューブ&ボール



Julie See

8月10日(日) 17:00~18:00
ティーチング・プラットフォーム
Teaching Platforms
~「水」の教え方を「陸」で学ぶ~

ジュリー・シー

<プロフィール>アクア・エクササイズ・アソシエーション(AEA) 会長。トレーナーチーム・プロミス副社長。AEA機関誌「アクアレーター」編集長。

<パーソナリティ>意外に思うかもしれませんが、アクアの教え方は「陸上」で訓練するのが一番。どんな訓練が必要なのか。それが、わかればOKです。

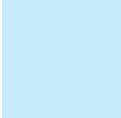
【継続教育点数】AEA1.0/ATRI0.5/WATSU0.5

プールサイドに立ち、指導するアクアインストラクターは、カーディオ&トーニングの高い体力レベルが必要です。特に脚力が大切。安定した動きがポイントです。どうすればプールサイドから上手に教えられるのか。その秘訣を学ぶのが目的です。※動ける服装とシューズをご持参ください。

実技(プール)

ワークアウト・プール(実技のみ)

D32



8月10日(日) 18:00~19:00

ワールド・スプラッシュ
~世界のアクアを体験しよう~

【継続教育点数】AEA1.0/ATRI0.5/WATSU0.5

世界のトップリーダーと国内トップ講師による夢の競演!言葉の壁を越えた、ワールドワイドな実技リレーです。二度と見れないエンターティナーの世界をお楽しみに…。



講義(講堂)

レクチャー・講堂(講義のみ)

E3



Takako Asai

8月10日(日) 9:00~10:15

女性インストラクターがより長く現役に活躍出来るコンディショニング方法

浅井貴子

<プロフィール>フリー。助産師。メディカルアロマセラピスト。AEA/ATRI/HYDRO/WATSU/AiCh認定者。

<パーソナリティ>助産師の仕事しながら週10本のアクアのレッスン。AQUA, AROMA, AI (愛)の3つのAで、日々助けてられています。

【継続教育点数】AEA1.0/ATRI0.5/WATSU0.5

女性は妊娠、出産、子育て、更年期と現役を見直さなければならないライフイベントがあります。各時期に合わせた仕事の調整方法やレッスン後の身体をケアするアロママッサージの方法などをご紹介します。※ブレンドオイルはお持ち帰り頂けます。

申し込み方法

1 電話申し込みの前に

- 希望する講座を選び、申し込み書に○印をつけてください。
- * 各群（A～E）より1講座ずつ選択してください。
 - ・別群であれば他講座と時間が重複しても可。
- * 有料プログラム（SP1～3）については、A群もしくはD群より1講座ずつ、計2講座までプラス選択できます。※料金表参照
- * AEA/ATRI/WATSU継続教育点
 - A～E群：AEA/講義1.0実技1.0・ATRI/講義0.5実技0.5・WATSU/講義0.5実技0.5
 - SP1～3群：AEA/4.0・ATRI/2.0・WATSU/2.0
- * 講座に関するお問い合わせ先：045-544-9098

2 電話で申し込みをします。

- 申し込み書と黒ペンをご用意ください。
- * 受付の指示に従い、申し込み内容を確認していきます。
- * すべての講座は、定員になり次第締め切りとなります。

TEL：045-544-9084(専用)

受付期間：6月2日(月)～7月25日(金)

受付時間：10:00～17:00(月～金曜日)※祝日を除く

3 申し込み書をお送りください。

- 「申込書」に必要事項をご記入の上、1週間以内にFAXまたは郵送にてお送りください。(1人1枚)
- * AEA/ATRI/WATSU/HYDRO/ADI認定指導者・各種ベーシック講習会修了者の方は参加費の割引があります。※料金表参照
- * 電話で申し込みした以外のクラスを申込書に書き加えないでください。

郵送先：〒223-0053 横浜市港北区綱島西2-13-7-301

アクアダイナミックス研究所内

アクアエクササイズ国内総会実行委員会

FAX送付先：045-544-9390

4 参加費をお振り込みください。

- 郵便局に備え付けの「振込取扱票」通信欄に「受付番号」「氏名」を必ず明記してお振り込みください。
- 郵便局の受領証をもって領収書に代えさせていただきます。ご了承ください。

【郵便口座番号】00240-7-60413

【加入者名】アクアエクササイズ国内総会

5 案内書をご送付致します。

- ご入金確認後に事前案内書をお送りします。
- ご入金後、7月25日(金)までに案内書が届かない場合は、必ずご連絡ください。

6 キャンセルについて

- キャンセルの場合は、必ずご連絡をお願いします。
- キャンセル規定

開講30日前からキャンセル料がかかります。

7月9日～7月24日・・・参加費の20%

7月25日～8月4日・・・参加費の40%

8月5日～当日・・・参加費の100%

お申し込みの方への特典1

2008～09年度アクアフィットネスコンファレンス(第8回)
ガイドブック進呈

参加をお申し込みの方全員に、当日会場受付にて全講座の概要書(非売品/A4判約150頁)を進呈いたします。

お申し込みの方への特典2 当日ハイライトビデオ限定販売

参加をお申し込みの方には、海外講師のプール実技ハイライトビデオ/DVDを特別価格にて限定販売します。詳しくはご入金後にご案内致します。一般販売は致しません。

お申し込みの方への特典3 アクア用具の限定販売

参加をお申し込みの方には、国内総会のプレゼンターが使用するアクア用具を特別価格にて限定販売します。詳しくはご入金後にご案内致します。一般販売は致しません。



参加料金表

1 A～E群講座

参加区分	一般参加費	指定参加費 ※注1	
		認定者 A	認定者 B
1 日間	16,800円	14,700円	15,750円
2 日間	32,550円	29,400円	31,500円
3 日間	46,200円	42,000円	44,100円

2 有料プログラム (ピラティスSP2/ケアクラウンSP3)

参加区分	一般参加費	指定参加費 ※注1	
		認定者 A	認定者 B
有料 P のみ	8,400円	7,350円	7,770円
SP講座+1講座 ※注2	11,550円	10,500円	10,920円
SP講座+2講座 ※注2	14,700円	13,650円	14,070円

3 CPR講習会SP1 (メディックファーストエイド・ケアプラスとAEDコース)

参加区分	更新者 ※注3	新規
CPR 講習会のみ	18,900円	21,000円
CPR講習会+1講座 ※注2	22,050円	24,150円
CPR講習会+2講座 ※注2	25,200円	27,300円

※上記はすべて税込み金額です。

※注1：認定者A・・・AEA/ATRI認定者。

認定者B・・・ADI/WATSU/HYDRO認定者・ベーシックAiChi・アクア・ボディワーク・アクアテック講習会修了者。
(ADIとは“Aqua Dynamics Institute”のことです)

※注2：プラス1・2講座とは、AもしくはD群講座が対象。

※注3：更新者・・・MFA受講経験者。

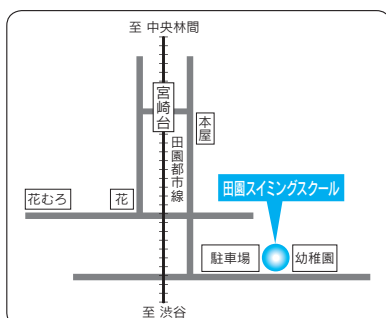
ご注意ください

- クラスは定員になり次第締め切ります。
- 受講講座の明記がないクラスには参加できません。
- クラス内容や講師に変更が生じた場合は参加費をご返金いたします。
- 天災・火災・不慮の災害・公共体の勧告・命令など不可抗力の事由で開催できなかった場合は参加費をご返金いたします。

会場

田園スイミングスクール

神奈川県川崎市宮前区宮崎2-3-5 TEL. 044-854-3771



- 東急田園都市線
宮崎台駅 徒歩3分



2008～2009年度アクアフィットネスコンファレンス(第8回)に関するお問い合わせやご質問は下記へ

〒223-0053 横浜市港北区綱島西2-13-7-301

アクアダイナミクス研究所内
アクアエクササイズ国内総会実行委員会
TEL.045-544-9084(専用)
FAX.045-544-9390



クラスのお申し込み、アクアフィットネスコンファレンスに関するご質問等は
下記へお問い合わせください。



〒223-0053 横浜市港北区綱島西2-13-7-301
アクアダYNAMIX研究所内
アクアエクササイズ国内総会実行委員会
TEL.045-544-9084(専用)

www.aqua-adi.co.jp/national