



水谷睦子さんによる「開水泳介助法」実技の様子



NAoMYさんによる「マタニティアquaラテンウォーキング」実技の様子



集合写真



長谷川正太郎さんによる「バッドラガッツ・リングメソッド」



松本桂江さんによる「ここからだか喜び運動レシビ」講義と実技の様子



窪孝枝さんによる「Floating Relaxation」



アクアセラピーが、メタボとロコモを予防する 第5回 アクアセラピーシンポジウム

- 8月6日(土)～8日(月)
@神奈川県・田園スイミングスクール
- アクアエクササイズ国内総会実行委員会

8月6日(土)～8日(月)の3日間、神奈川県・田園スイミングスクールにおいて第5回 アクアセラピーシンポジウムが開催されました。このシンポジウムは「アクアセラピーが、メタボとロコモを予防する」をテーマにアクアコンディショニング、アクアティックウォーキング&ヨガ、マタニティアqua、マタニティスイミングなどアクアセラピー&エクササイズの基礎から応用までを網羅したビッグイベントです。フィットネスとリハビリテーションの双方を中核としたアクアセラピーへの理解を深めるため、全国からアクアインストラクターが集結。受講しているインストラクターたちが、実際の指導の現場に活かすため、講師陣の話に熱心に耳を傾けメモをとっている様子が印象的でした。