

参加費用 1名¥7,000 (一般者)
1名¥5,000 (認定者)

上記の認定者とは2年毎に米国申請が必要なADI&AEA/ATRI/WATSUの方のみです。AiChi/HYDRO認定者および各種ベーシック修了者は一般者となります。ADIとは“Aqua Dynamics Institute”のことです。

申込方法 定員50名

1. 申込書(別紙) 1名1枚

必要事項をご記入の上、郵送またはFAXにてお申し込みください。インターネット(ホームページ)からも申し込みできます。

2. 申込締切 先着順

原則として3日前。ただし、定員になり次第締め切ります。受付不可の場合のみご連絡します。ご連絡のない方は、当日、会場へお越しください。

3. 申込取消

申込後、諸般のご事情でキャンセルする方は早めにご連絡ください。

3. 当日キャンセル代 1名¥3,000

ご連絡がなく、ご欠席の方はキャンセル代をお支払いください。資料等は後日郵送します。

費用支払

当日、会場受付にてお支払いください。資料等をお渡しします。

参加の方へ

実技(プール)では、スイミング・キャップ(水泳帽子)が必要です。忘れずにご持参ください。

第208回アควアフォーラム21日程表

2017年9月23日(土)

時間	講座(内容)♪[プール] 敬称略	施設
11:30	受付開始(ロビー付近)	講義室
12:00~12:30	オリエンテーション	
12:30~14:00	私のアクアプログラムの考え方 (講義) 渡辺かおり(フリー) 梶村知子(フリー) 韓 順亜(フリー)	
14:00~14:30	着替え(男女ロッカー)	プール
14:30~17:00	私のアクアプログラムの実際♪ (実技) 渡辺かおり(アクアダンス)30分 梶村知子(アクアダンス)45分 韓 順亜(パワーダンス)45分	
17:30	終了	

※施設・講師等の都合で内容&時間に変更になる場合があります。

※継続教育点数:[アクア]AEA/CECs 4点 [セラビー]ATRI/CECs 4点 [ワッツ]WATSU/CECs 4点
[ビデオ]AEA/CECs 3点(3本) [マタニティー]MBA/MAQ 2点

|メ|タ|ボ|&|ロ|コ|モ|・|ア|ク|ア|



アクアセラピー特別講習会

2018 4/21-22

講師: ローリー・デノメ (A T R I トレーナー)

地下鉄真駒内駅より川沿方面バス『川沿5条2丁目』下車。

コープさっぽろソシア3階
 駐車場: 300台完備(有料)



会場: **スポーツアカデミーソシア**
〒札幌市南区川沿5条2丁目3
<http://spoaca.kaikou-g.co.jp/socia/>



The 208th AQUA FORUM 21 in Sapporo

第208回アクアフォーラム21

2017年9月23日(土)

スポーツアカデミーソシア
(札幌市南区)

第209回: 10月30日(月) オーク鶴ヶ島(川崎市)
第210回: 11月26日(日) リゾ鳴尾浜(西宮市)
第211回: 12月10日(日) 田園スイミングS(川崎市)



主催: (株) **アqua ダイナミクス 研究所** ADI
〒223-0053横浜市港北区綱島西2-13-7-301
TEL: 045-544-9098 FAX: 045-544-9390
URL <http://www.aqua-adi.co.jp/>
後援: **Aquatic Exercise Association** AEA

あなたの「明日」をゲットしよう

『アクアフォーラム21』は1986(昭和61)年5月に第1回をスタート。国内で最も古い歴史を持つ、指導者・管理者・経営者のアクアエクササイズ研究会です。定期的集い、互いにアイデアを分かち合い、実践的で有意義な水中運動プログラムの理論&実技を学ぶことが目的です。この研究会を通じて、国内外へ広く影響を与えた日本を代表するアクア指導者を多く輩出しました。それが何よりの喜びですが、始めから素晴らしい人は決していません。これからアクアを始めるルーキーの方、これまで長年経験を積んできたベテランの方、「アクアって一体なんだろう？」…「いまアクアでは何がどうなっているのか！」…などチョット興味のある方も大歓迎です。アクアはくミル>のと実際にくヤル>のとは大違いです。ぜひご参加ください。きっと貴方の“TOMORROW”がハッキリするはずです。

“普段着”のアクアを学ぼう

どの世界にも「一隅を照らす普通のヒト」が必ずいます。アクアフォーラム21では“普段着”のアクア指導をプレゼンターへお願ひしています。特別な“外出着”では実用性に欠けるからです。貴方の回りにもきっと普段着でも素晴らしい普通のヒトがいるに違いありません。自薦他薦は問いません。ぜひご連絡ください。

第208回のプレゼンターのプロフィール(敬称略)



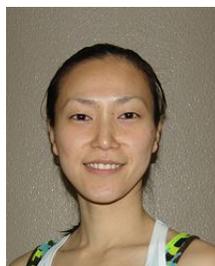
渡辺かおり (わたなべ・かおり)

■北海道 ■フリー
スポーツアカデミー・公営プール他で週11本。道内屈指のダイナミックなアクア指導が評判です。勉強熱心。アクア指導歴10年。スイミング指導歴15年。水泳スポーツ指導員。ADI & AEA/ ATRI/HYDRO/Ai Chi 認定指導者。



梶村知子 (かじむら・ともこ)

■大阪府 ■フリー
関西から全国制覇した大手フィットネスクラブに勤務後、フリーへ。アクア&スイミングにダンス系の動きを加えた独創性が魅力。指導分野を広げるガッツのある関西人。アクア指導歴17年。スイミング指導歴19年。ダンス指導歴6年。ADI & AEA/ ATRI 認定指導者。



韓 順亜 (はん・すな)

■神奈川県 ■フリー
首都圏大手クラブに勤務後、フリーへ。ダイナミックなリードで好評を博す。アクア指導歴12年。エアロ指導歴12年。スイミング指導歴3年。ヨガ指導歴11年。健康運動実践指導者。ADI & AEA/WATSU/HYDRO/AiChi 認定指導者。



In Aqua Sana Est

第196回アクアフォーラム21のご報告

- 2015年11月1日(日)
- リゾ鳴尾浜(兵庫県西宮市)
- 秋山尚子 | 岡 光美 | ★TAM★ |
(講座順 / 敬称略)

詳しくは、こちらへ ↓↓↓
<http://www.aqua-adi.co.jp/workshop/25531.html>



2018~'19年度アクア総会 (第13回)へ向けてGO!

アクアフォーラム21での参加者からのアンケート集計の結果は2年に一度の「アクアフィットネスコンファレンス」(国内総会)講師講座の選考基準の一つです。忘れずにご記入の上、ご提出ください。



「思考」は現実化する

成功の報酬。それは心の富と豊かな生き方の獲得に他なりません。妥協を許さない「質」の高いアクアプログラムを目指しましょう。積極的な思考と行動は必ず成功へとドライブします。アクアの指導は一生の財産です。



第196回AF21講師

水泳での手足の動きが見事だった秋山尚子さん。これまたシンクロの動きを活かした岡光美さん。そして、全国にファンがいるメンズアクアのリーダー★TAM★さん。次のジャパン・アクア界を背負う三人。ご活躍を期待します。



- 渡辺かおり **Kaori Watanabe**
- フリー
- ADI&AEA/ATRI/AiChi 認定者

講師から一言

人生豊かに変えてくれたアクアに感謝します。

老化を減速～元気に年を重ねる～

2015年8月の総務省統計局の報告では日本の高齢化率は26.6%に、国民4人に1人が65歳以上となる計算になります。これに伴いお客様の年齢層も高くなっている現状で、今私がレッスンに取り入れている「一生歩けるために。」必要な事をお話させていただきます。皆さまと明るく元気に年を重ねていきたいです。

- レベル：ビギナー（初級者）
- フォーマット：ミディアム（中強度）
- システム：カーディオ（循環器系）
- カテゴリー：ダンス・コリオ（ダンス系）
- ギア：なし



In Aqua Sana Est ～健康は水の中にある～



- 梶村知子 **Tomoko Kajimura**
- フリー
- ADI&AEA/AiChi 認定者

講師から一言

日々「健康寿命伸ばそう」を合言葉に全力投球で1レッスン1レッスン楽しんでいきます。

Splash Aqua Dance

Splash(スプラッシュ)と聞けば「水しぶき」と言うイメージですが、「ザブザブ進む」という意味もあり、今回は『しっかりと水を踏みしめながら動く』と言う事に着目し、実際の現場でのレッスンありのまま行います。踏み込みながら動くためにはアームの動きも重要。簡単なコンビネーションを組みながら楽しく体を動かしていきます。

- レベル：インター（中級者向け）
- フォーマット：ミディアム（中強度向け）
- システム：カーディオ（循環器系）
- カテゴリー：ダンスコリオ（ダンス系）
- ギア：なし



第199回アクアフォーラム21（'16年4月 / 三鷹）



- 韓 順亜 **Suna Han**
- フリー
- ADI&AEA/WATSU/AiChi 認定者

講師から一言

初めての北海道。新たな出会いに今からワクワクしています。

パワーアクア

スタンディング（立位）からニュートラル（肩まで入る）ポジションへあらゆる変化要素を取り入れ、カーディオ×トレーニングを2～3ブロック組み立てていきます。ミットを着用する事で抵抗感をUP、ニュートラルポジションではサポートとして使用。心肺持久力向上を目指します。

- レベル：インター（中級者）
- フォーマット：ミディアム（中強度）
- システム：カーディオ（循環器系）
- カテゴリー：サーキット&インターバル（コンディショニング系）
- ギア：あり（アクアグローブ）



第194回アクアフォーラム21（'15年6月 / 溝口）



第208回アクアフォーラム21 申込書

FAX:045-544-9390

‘17年9月23日(土) スポーツアカデミーソシア(札幌市南区)

参加

不参加 (次回要項送付)

氏名(フリガナ)		職業/性別	<input type="checkbox"/> 指導者 <input type="checkbox"/> 管理者 <input type="checkbox"/> 経営者 <input type="checkbox"/> その他 <input type="checkbox"/> 女 <input type="checkbox"/> 男
現住所	〒	Tel:	Cel:
		Email:	
本社(会社名)	〒	Tel:	Fax:
		Website:	
事業所(クラブ名)	〒	Tel:	Fax:
		Website:	
受講費用(税込)	<input type="checkbox"/> 一般者(¥7,000) <input type="checkbox"/> ADI & AEA/ATRI/WATSU 認定者(¥5,000)		指導経験 <input type="checkbox"/> 無 <input type="checkbox"/> 有(約 年)
連絡&送付先	<input type="checkbox"/> 自宅 <input type="checkbox"/> 本社(会社) <input type="checkbox"/> 事業所(クラブ)		領収書宛

(株) アクア ダイナミクス 研究所

〒223-0053 横浜市港北区綱島西2-13-7-301

TEL:045-544-9098

www.aqua-adi.co.jp

-----キ・リ・ト・リ-----



第208回アクアフォーラム21(‘17年9月23日)

FAX:045-544-9390

実技ビデオ教材 申込書

締切日/‘17年11月末日

氏名(フリガナ)		認定者	※AEA認定者以外の方は購入できません。	
送付先	〒	Tel:	Cel:	
		Email:		
品番/素材	教材&講師名(敬称略)	<input type="checkbox"/> DVD <input type="checkbox"/> BD(ブルーレイ)	金額	ビデオ救済(記入不要)
<input type="checkbox"/> 208-A	A: 渡辺かおり [アクアダンス] 税込3,240円			<input type="checkbox"/> ビデオ送付
<input type="checkbox"/> 208-B	B: 梶村知子 [アクアダンス] 税込3,240円			<input type="checkbox"/> レポート受理
<input type="checkbox"/> 208-C	C: 韓 順亜 [パワーダンス] 税込3,240円			<input type="checkbox"/> AEA/CECs 発行
※消費税(8%)が加算されています。送料別途加算。		合計		※レポート提出がない場合、継続教育点数は取得できません。

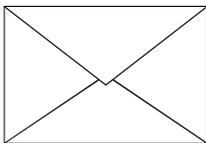
(株) アクア ダイナミクス 研究所

〒223-0053 横浜市港北区綱島西2-13-7-301

TEL:045-544-9098

www.aqua-adi.co.jp

-----キ・リ・ト・リ-----



FAX:045-544-9390

アクアギアその他、当日、お持ちする商品について

商品販売はありません。が、ご興味のある商品がありましたら、当日、お持ちいたします。ご記入ください。

《ご興味のある商品をお知らせください》

《AD研送付のDMラベル記載内容》

■住所(〒)

■氏名(法人名)

※DMがご不要の方もご記入ください。

■DM番号(5桁)

(株) アクア ダイナミクス 研究所

〒223-0053 横浜市港北区綱島西2-13-7-301

TEL:045-544-9098

www.aqua-adi.co.jp