

**受講費用** Ai Chi 認定者 ¥14,000(+ 税)  
 AEA/ATRI/WATSU 認定者  
 ¥16,000(+ 税)  
 HYDRO 認定者 ¥18,000(+ 税)

費用の中にはテキスト代が含まれています。

**申込方法 定員 20 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。定員になり次第締め切ります。先着順。

**2. 受講費用**

申し込んだ方には開講案内書を送付します。受講費用は開講案内書に従ってお振り込みください。

**3. 受講不可**

諸般の事情で受講出来なくなった方はお早めにご連絡ください。施設運営の都合上、1ヶ月前よりキャンセル料がかかります。詳しくは開講案内書をご参照ください。

**4. その他**

ご不明な事やご不安な点があれば、お気軽にご相談ください。



上

この講習会は Ai Chi 認定者の方向けですが、一般の方も大歓迎します。お問い合わせ下さい。

**ステップアップ・アイチ講習会日程表**

日程	時間	講座(内容) ♪ [プール]
1 日間	09:00	受付
	09:15 ~ 09:30	オリエンテーション
	09:45 ~ 10:30	【講義 1】アイチの広がり by 今野純
	10:30 ~ 11:15	【講義 2】アイチの応用 by 筒井美恵
	11:20 ~ 12:00	座位アイチ by 筒井美恵 & 遠藤久恵
	12:00 ~ 13:00	※ 昼食
	13:00 ~ 14:00	セルフチェック & 寝位アイチ by 筒井美恵
	14:00 ~ 15:15	グランドアイチの基本 by 筒井美恵
	15:30 ~ 17:00	アイチ・ニ by 藤田麻里 & 遠藤久恵 ♪
	17:00 ~ 17:30	アイチ・ゼン by 今野純 ♪
17:30 ~ 17:45	質疑応答	

※ 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 3点 [セラピー] ATRI/CECs 3点 [ワッツ] WATSU/CECs 3点



**アイチ養成コース教育トレーナー**

- 遠藤久恵
  - 筒井美恵
  - 藤田麻里
- 敬称略 / 順不同



**[会場] オンワード総合研究所**

〒224-0012 横浜市都筑区牛久保 3-9-3 TEL: 045-912-8812  
 ■ 東急田園都市線「鷺沼駅」よりタクシーで 5 分。■ 横浜市営地下鉄「中川駅」よりタクシーで 5 分。■ 東急田園都市線「たまプラーザ駅」より路線バスにて約 10 分「研究所前」下車徒歩 5 分。※ 駐車場使用可 (事前にご相談ください)



今年はコレ 1 回だけ!

ワンステップうへのハイドロへ

**2018 年度**  
**ステップアップ・アイチ講習会**  
**もっと知ろう アイチを**

第 8 回 : 7 月 8 日 (日)

第 9 回 : 2019 年 / 予定



主催: (株) アクア 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

## 最小の実行・最大の思考

### Act Minimum, Think Maximum

最大範囲で考え、最小単位で指導する。経験や知識を凝縮し、密度を引き上げ、精度を磨き、クライアントの立場に立ち、最も適切な内容に絞り込んだことを教える。指導内容はシンプルでミニマムに、しかし指導範囲のコンテンツは出来る限り多くする。このステップアップ講習会ではそれを実践するトレーニングです。現状に満足せず **"More than Better"** なアイチを創り出しましょう。



## より良いアクアセラピーへ



今よりもっと良くすること。つまり改善・改良とはく目的をより効率的に達成するための手段の選択・変更のことと言います。有名な標語の一つにムリ・ムダ・ムラがありますが、ムリとは手段よりも目的の方が大きい場合。ムダとは逆に目的よりも手段の方が大きい場合。ムラとは目的と手段とが混在している場合のことを言います。今よりもっと良くするためにはムリ・ムダ・ムラを最小化することなのですが、そのポイントは案外地味なこと<アタリマエのことをアタリマエにすること>なのです。アクアセラピーに置き換えるとアタリマエのことはどのようなことか。一言でいえば、分かり易い教え方と安全で効果的な動き方のことです。



- Reduce pain & stress
- Increase balance & mobility
- Improve body awareness

## ATRI 認定国際アイチ・インストラクター



米国アクアセラピー&リハビリ研究所 (ATRI) が認定する国際アイチ指導者 (Ai Chi International Practitioner) として登録できます。ぜひ国際ライセンスをゲットしましょう。

### アイチ(Ai Chi)とは



アイチはワッツでのメリディアンラインと体中心長軸上にあるチャクラを簡便に引き伸ばすことを主な目的に1993年、日本で誕生した水中体操のことです。1995年に米国へ紹介後、世界中へ普及。2000年から米国アクアセラピー&リハビリ研究所(ATRI)が中心となり国際標準プロトコール・プログラムを定め、認定制度を実施中です。アイチの語源は“Love & Energy”(愛&気)。手足の動きや体全身のバランスの取り方などが陸上での気功(タイチ)に似ていることから、「水中気功」との印象を与えたことに起因しています。今日、アイチでの関節可動域や神経筋バランスとの良好な関連性が指摘されています。そして、アイチとワッツとを組み合わせることで小集団でのワッツ指導(グループワッツ)が実施可能となり、普及向上に弾みがついています。



今野 純  
Jun Konno  
アイチ考案者。'92AEA 普及功労賞/'93-'99AEA 産業貢献賞。  
'96ATRI ツナミアワード受賞者。  
AEA(全米アクアエクササイズ協会)/ATRI(米国アクアセラピー&リハビリ研究所)顧問。アクアダYNAMIX研究所所長。



ルース・ソーバ  
Ruth Sovo  
ATRI(米国アクアセラピー&リハビリ研究所)アイチ国際認定委員長。AEA(全米アクアエクササイズ協会)創立者。ATRI 会長。  
1990年9月/94-96年7月/99年7月来日。



Ai Chi DVD  
アイチ三部作(アイチ/アイチニ/アイチゼン)が出来上がりました。アイチ認定講習会の海外向けテキストです。国内でもAAi Chi認定者に販売します。詳しくはお問い合わせください。



2018年度 ADI & AiChi 認定アイチスペシャリスト

ステップアップ・アイチ講習会申込書

□第8回:(7月8日/日)



AiChi 認定者

氏名(フリガナ)		認定者	<input type="checkbox"/> ATRI <input type="checkbox"/> AEA <input type="checkbox"/> WATSU <input type="checkbox"/> HYDRO <input type="checkbox"/> AiChi <input type="checkbox"/> その他 <input type="checkbox"/> 女 <input type="checkbox"/> 男
現住所	〒	Tel: Cell: E mail:	
勤務先	〒	Tel: Fax:	
受講費用	<input type="checkbox"/> AiChi 認定者(¥14,000+ 税) <input type="checkbox"/> AEA/WATSU/TRI 認定者(¥16,000+ 税) <input type="checkbox"/> HYDRO 認定者(¥18,000+ 税)		
連絡&送付先	<input type="checkbox"/> 自宅 <input type="checkbox"/> 勤務先	振込人名義	

(株) アップ 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 FAX:045-544-9390

## もっと知ろう アイチ 立体・座体・寝位

■講師 | 筒井美恵 | 藤田麻里 | 遠藤久恵 |

ATRU/AiChi アイチ養成教育トレーナーの皆さん



アイチ考案者今野純によるアイチ・ゼンのデモ(国内初)あります。アイチ・ゼンの実技教材DVDを販売します。



# ステップアップ（全日）講習会 **¥14,000(+税)**



■ 09:30 ~ 17:30

※昼食付き

■ オンワード総合研究所(横浜市)

## もっと知ろう アイチ

第8回 Ai Chi アイチ講習会

■ 2018年7月8日(日)

グラウンド・アイチ  
立体 座体 寝体



## もっと知ろう ワッツ

第5回 WATSU ワッツ講習会

■ 2018年11月25日(日)

2つのワッツ・アラウンド  
3つのワッツ・ベーシック



お申し込みはインターネットでもOK!  
**[www.aqua-adi.co.jp/](http://www.aqua-adi.co.jp/)**