

受講費用 1名¥14,500(+ 税)

AEA 認定者 1名 ¥12,000(+ 税)
 ATRI/WATSU 認定者 1名 ¥13,500(+ 税)

費用の中には①テキスト代、②修了証代、
 ③昼食代が含まれています。HYDRO/AiChi
 認定者は一般者です。

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. テキスト送付他
 ご入金を確認後、資料を送付します。一
 部の資料は当日配布します。
4. 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、キャンセル料がかかる場合があります。
 詳しくは開講案内書をご参照くださ
 い。
5. 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。



※ 継続教育点数: [アクア]AEA/CECs 5点 [セラピー]ATRI/CECs 5点 [ワツン]WATSU/CECs 5点

お得なお知らせ

この講習会を修了した方が ADI & AEA アクア
 フィットネス養成コースを受講 (1 年以内)
 すると、大変お得な割引があります。詳し
 くはお問い合わせください。

ベーシック・アクア講習会日程表

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
	09:30 ~ 09:45	講演: 水の四大特性
	10:00 ~ 11:00	実技 1 : カーディオ系プログラムの実際 ♪ □ウォーキング&ジョギング □スイムナスティックス □アクアダンス
	11:00 ~ 12:00	実技 2 : アクアの基本動作 ♪
	12:00 ~ 13:00	昼食
	13:00 ~ 14:30	講義 1 : アクアエクササイズの基本概念
	14:40 ~ 15:30	講義 2 : アクアエクササイズの指導原則
	15:40 ~ 16:45	実技 3 : インストラクションの実際 ♪
	17:00 ~ 17:30	修了式

※ 施設・講師等の都合で内容 & 時間が変更になる場合があります。



全米アクアエクササイズ協会 (AEA) とは...

アクアエクササイズ (水中運動) の指導者・研究者・愛
 好者の質的な向上と国際的なネットワーク構築を目的と
 して 1986 年に設立した非営利団体 (フロリダ州ノコミス
 市)。今日、米国・カナダを中心に世界 30 ヶ国が参画し、
 会員数 20,000 名、認定指導者数 10,000 名で構成する世
 界最大のアクアエクササイズの中核組織。日本での AEA
 活動は、1991 年よりアクアダイナミックス研究所が窓口
 となり日本人 AEA 認定指導者の養成 & 試験を実施してい
 る。

[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

<http://www.onward-kensyu.com/map.html>

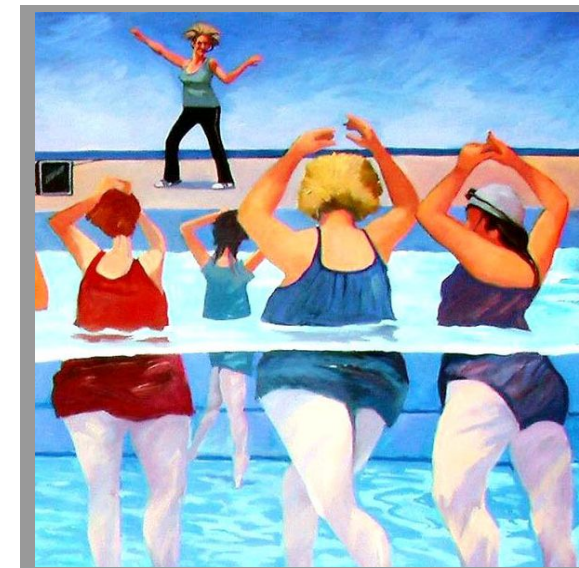


アクアの基本をしっかりと学ぶ

**2019 年度
 ベーシック・アクア講習会**

第 41 回: 4 月 14 日 (日)
 第 42 回: 9 月 29 日 (日)

第 43 回: 2020 年 4 月 / 予定



主催: (株) **アクア ダイナミックス** 研究所 ADI

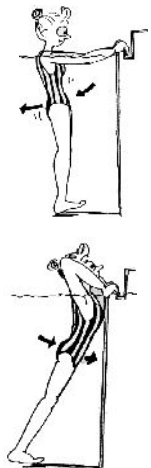
〒223-0053 横浜市港北区綱島西 2-13-7-301

TEL: 045-544-9098 FAX: 045-544-9390

URL <http://www.aqua-adi.co.jp/>

後援: **Aquatic Exercise Association AEA**

アクアの基本をマスターしよう



この一日講習会はアクアを指導するインストラクターの姿勢や動作など基本の中の基本を簡便にマスターすることが目的。アクアフィットネスには①循環器を中心としたカーディオ系、②筋コン中心のトーンニング系、③関節可動域を広めるリカバリー系、そして④リラクゼーションを中心としたボディワーク系の4つの系統から派生した9つのプログラム分野があります。これを安全に効果的に指導するには一定の指導テクニックが必要です。正しく指導できる優秀なインストラクターが共通にしていること。それを国際的に活躍しているAEA/Japan ナショナルトレーナーがお手伝いします。アクア指導の基本の基本を学び、AEA 認定者を目指し、本格的なインストラクターへの道を歩んでください。

全米アクアエクササイズ協会(AEA) 会長
ジュリー・シー Julie See

AEA 認定インストラクター

AEAとは“Aquatic Exercise Association”の略。アクア指導者・研究者・愛好者の質的向上を目的に設立(1986年)した世界最大のアクア組織(加盟30ヶ国)です。日本ではアクアダイナミクス研究所(ADI)がAEA 唯一の窓口です。



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。アクアダイナミクス研究所所長。

アクアの基本とは



水中での様々な動きをプールサイドからリードするインストラクターにはアクアならではの独特の姿勢の維持や表現の方法があります。世界中の優れたアクア界のトップリーダーたちが実践の中で培ってきた指導テクニックです。その代表的なものが①ピボット・スタンド(The Pivot Stand)、②ヘッド・フラット(The Head Flat)、③ウォーター・ムーブ(The Water Move)、④リム・クッション(The Limbs Cushions)、⑤ポイント・クリアランス(The Point Clearance)の5つ。それに加えて『スプラッシュの原則』と言われる指導をする上での6つの考え方です。今では世界中のアクア指導者が共通にしているワールド・スタンダードですが、これら全てのルーツが全米アクアエクササイズ協会(AEA)です。これらのアクアの基本や原則は簡単そうに見えて、実際に行ってみるとなかなか難しい。しかし、とても大切なことばかりです。本気でアクアを教えるのなら是非ともマスターしておかねばならない5つの基本と6つの原則。そのエキスを学ぶ一日講習会です。



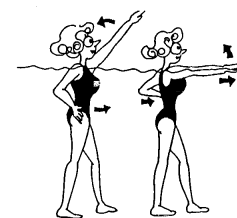
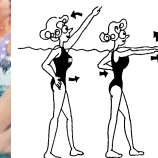
ジュリー・シー

Julie See

AEA(全米アクアエクササイズ協会)会長。パーソナル・ボディートレーナーズ社副社長。
「アクアエアロビクス」他著書多数。1991年/1994年/1996年/1998年/2000年/2002年/2009年来日。

The SPLASH Principle

- Synchronize** 動作対称
- Prepare** 事前準備
- Listen** 事後反省
- Always Safety** 安全優先
- Smooth** 動作継続
- Have Fun** 指導継続



AEA ナショナル・トレーナー
AEA/Japan Training Specialist
日本でのAEA(全米アクアエクササイズ協会)アクア養成コースを通じて、アクアの基本と応用を指導。日本人AEA認定者を代表して国際的なプレゼンターを歴任するアクアリーダーの方々です。



2019 年度ベーシック・アクア講習会申込書

□第41回(4月14日)

□第42回(9月29日)

氏名(フリガナ)			生年月日	19 年 月 日生	□女 □男
現住所	〒		Tel: Cell:		E mail:
勤務先	〒		Tel: Fax:		
受講費用	<input type="checkbox"/> 一般者(¥14,500+ 税) <input type="checkbox"/> AEA 認定者(¥12,000+ 税) <input type="checkbox"/> ATRI/WATSU 認定者(¥13,500+ 税) <input type="checkbox"/> ベーシック・アクア修了者リフレッシュ(¥8,500+ 税)				
連絡&送付先	<input type="checkbox"/> 自宅 <input type="checkbox"/> 勤務先		振込人名義		

(株) アクア ダイナミックス 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

この講習会を修了した方が ADI&AEA アクアフィットネス養成コースを受講(1 年以内)すると割引があります。詳しくはお問い合わせください。



アクアダイナミックス研究所

<http://www.aqua-adi.co.jp/>

- インフォメーション ■ライセンス
- ワークショップ ■継続教育 ■国内総会
- 海外研修 ■商品販売 ■お問い合わせ
- 法人向けサービス ■会社案内

最新ニュースをメルマガ配信中！
ご登録はトップページから…



ベーシック講習会

¥14,500(+税)

2019年

■ 09 : 30 ~ 17 : 30

※昼食付き

■ オンワード総合研究所(横浜市)

第40回 AEA ベーシック・アクア ■ 4月14日(日)

第41回 AEA ベーシック・アクア ■ 9月29日(日)



アクアフィットネスの指導プログラムの基本。4つの基本コンセプトをマスター。 【ATRI-Bと同時併行開催】

第30回 ATRI ベーシック・セラピー ■ 4月14日(日)

第31回 ATRI ベーシック・セラピー ■ 9月29日(日)



アクアセラピーの指導プログラムの基本。アクアセラピーの10大メリットを学ぶ。



お申し込みはインターネットでもOK !

www.aqua-adi.co.jp/