



## 2025 年度 ADI/ATRI 認定

### 第 56 期 AiChi 養成コース日程表

	時間	講座(内容)	場所
9月14日 (日曜)	10:15~10:45	始業式(オリエンテーション&自己紹介)	講義室
	10:45~12:00	アイチの概論1※アイチとは・テスト傾向と対策	講義室
	12:0~12:30	アイチの基本 1※動作の解説	講義室
	12:30~14:00	アイチの基本 2(陸上編) ※姿勢&動作	講義室
	14:00~15:00	昼食	
	15:00~15:30	アイチの実際 1 ※デモレッスン	プール
	15:30~16:45	アイチの基本動作 1(水中編) ※動作習得	プール
	16:45~18:15	アイチの基本動作 2(陸上編) ※動作習得・指導法・陸上ポイント	プール
	18:30~19:15	アイチの指導法 1 ※陸上姿勢	講義室
9月15日 (月曜)	10:00~11:00	アイチの指導法 2(水中指導) ※水中指導	プール
	11:00~12:00	アイチの指導法 3(陸上指導 1) ※陸上指導	プール
	12:00~13:00	昼食	
	13:00~13:45	アイチの概論 2 ※指導法と留意点	講義室
	13:45~14:15	認定試験(筆記)	講義室
	14:15~15:00	アイチの指導法 4 ※まとめ&フォローアップ	講義室
	15:15~15:45	フォローアップ	プール
	15:45~16:30	アイチの実技試験	プール
	16:45~17:15	アイチの実際 2 ※デモレッスン	プール
	17:30~18:00	終業式(認定証)	講義室