

ファンケルスマイル

a 第16回 全国アダプテッドエアロビック大会

障害者スポーツ文化センター 横浜ラポール『メインアリーナ』

詳細は HP へ

<http://kaf.kir.jp/>

神奈川県エアロビック連盟



2015年3月1日(日)

スケジュール (予定)	
9:30	受付
10:30	開会 競技と発表
12:00	みんなでエアロビック フライト
13:15	表彰式
14:00	検定会
16:30	閉会

アダプテッドエアロビック

1 チーム / 3人以上 (表彰あり)	A	障害者のみ	年齢 制限なし	2 分以内	1,800 円 / 人
	B	健常者のみ			
	C	障害者と健常者			

《アダプテッドエアロビック基本ルール》 ①②③④から2つを選び、チーム全員で行って下さい ※**ご注意**:手具使用不可

①	②	③	④
プッシュアップ(2回連続) (両腕が片腕での曲げ伸ばし) 	ボディクラブ、ハンドクラブ、タ プなどの音を出す動作 (2回連続) 	キックまたはニーアップ (2回連続) 	ジャンピングジャックまたは スロージャックやステップ バック(片足開閉) (2回連続) 

フリーパフォーマンス

人数・年齢制限なし、内容は自由(表彰はありません)	2 分以内	1,800 円 / 人
	4 分以内	2,500 円 / 人

みんなでエアロビック

みんなで楽しく動きましょう!! ※体育館シューズをご持参ください	30 分程度	参加費無料
----------------------------------	--------	-------

フライト

年齢制限なし 「レッツアダプテッドエアロビック! らくらく編」の動きです(表彰あり) ※動きのDVDがあります。送料実費にてお送り致しますのでご連絡ください。	10 分間	1,500 円 / 人
---	-------	-------------

検 定

ジュニア・エアロビック検定 ※その他の級はご相談ください	5 級~3 級	中学生以下	1,000 円 / 人
	2 級~1 級		2,000 円 / 人

トピックス

公益社団法人 日本エアロビック連盟主催「ビデオコンクール」 アダプテッドチーム作品他の放映をします

- 【主 催】神奈川県エアロビック連盟
 【共 催】公益社団法人日本エアロビック連盟
 障害者スポーツ文化センター横浜ラポール
 全国アダプテッドエアロビック協議会
 【主 管】アダプテッドエアロビック実行委員会
 【特別協賛】株式会社ファンケルスマイル、株式会社ファンケル
 【協 賛】北海道下川町
 【後 援】公益財団法人日本障がい者スポーツ協会
 公益財団法人神奈川県体育協会
 神奈川県 / 神奈川県教育委員会
 朝日新聞横浜総局 / 神奈川新聞社

- 【お願いとご注意】
- 参加者の肖像権は主催者に帰属致します。
 - 健康に不安のある方は事前に健康診断を受けてください。
 - 参加者の怪我については主催者が応急処置を致しますが、その後の責任は負いかねます。
 - 貴重品は各自管理でお願い致します。紛失、盗難については一切責任を負いかねます。
 - メインアリーナでは食事は出来ません。屋食スペース、またはレストランをご利用下さい。
 - お振込み頂いた参加費は返金致しません。
 - 個人情報適切に管理し、当連盟からのお知らせ以外には使用致しません。