

ファンケルスマイル

a 第19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

2018年3月18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
13:30 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ください ※**ご注意:手具使用不可**

| ① | ② | ③ | ④ |
|--|--|---|---|
| プッシュアップ(2回連続) (両腕か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 | 2 分程度 | 1,800 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 ※動きのDVDがあります。送料実費にてお送り致します。 | 障害者部門 | 10 分程度 | 1,500 円/人 |
| | 健常者部門 | | |

検 定

※その他の級はご相談ください。合格された方は、JAF 認定登録料が別途必要となります。

| | | | |
|-----------------|---------|--------|-----------|
| ジュニア・エアロビック検定 | 5 級~3 級 | 中学生以下 | 1,000 円/人 |
| | 2 級~1 級 | | 2,000 円/人 |
| 第 3 版エアロビック技能検定 | 5 級~4 級 | 年齢制限なし | 2,000 円/人 |
| | 3 級 | | 3,000 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「全国エアロビック映像コンクール・アダプテッド部門」作品と
全国アダプテッドエアロビック協議会主催「愛好者チーム」作品の放映をします。

- 【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
 (社福)横浜市リハビリテーション事業団
 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】全国アダプテッドエアロビック大会実行委員会
 【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
 (予定) 公益財団法人神奈川県体育協会
 神奈川県
 朝日新聞横浜総局 神奈川新聞社 毎日新聞社
 読売新聞社

- 【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ください。
 - 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。