



JKFA コンベンション 2013in 関西 実施報告

イベント名	JKFA コンベンション 2013in 関西
主催	一般社団法人日本こどもフィットネス協会
開催日	2013 年 8 月 25 日(日)
開催場所	大阪リゾート&スポーツ専門学校
参加者数	52 名
ワークショップ内容・講師・参加人数	
①親子ではじめる☆ニコニコ KIDBICS【10:00～11:00】	協会公認教育ディレクター 赤坂由合香・稲垣笑子《7 名》
②Dance & フィットネスアクティビティ 【11:05～12:05】	協会公認教育ディレクター 和田みゆき 協会公認コースディレクター 桑田令子・達川実佐江《9 名》
③チャレンジカップ☆HIPHOP サーキット必勝法【12:45～13:45】	協会公認インストラクター 落合祐司《38 名》
④キッズコンディショニング～コアトレーニング & ストレッチ～【14:00～15:00】	日本体育協会公認アスレチックトレーナー げん気整骨院院長 藤野 純也《13 名》
⑤HIPHOP☆～オッチーWorld～ 【15:15～16:45】	協会公認インストラクター 落合祐司《24 名》

【関西から元気と笑顔を発信しよう!!】を合言葉にはじまりました関西コンベンションも第3回目を迎えました。第1回、2回は兵庫県尼崎市ベイコム総合体育館、3回目の今回は鏡がある大阪リゾート&スポーツ専門学校4号館スタジオでの開催。

講座①赤坂先生・稲垣先生それぞれのカラーで「30分のミニ親子クラス」キッドビックスの原点である親子クラスのスキップ&コミュニケーションの大切さを、受講者の皆様と笑顔いっぱい温かい雰囲気の中で再確認しました。

講座②桑田先生 HIPHOPの基礎リズムから簡単カッコイイ振付。達川先生のラダーを取り入れたテンションUP振付アクティビティ、しめは和田先生のシンプルなフットワーク&アームワーク。でも一緒に行うのは・・・集中力・巧緻性が養われる楽しく効果的なプログラム。豪華3本立て!!

午後からはジュニアも参加し・・・

講座③関西でも大人気☆落合先生もジュニアも真剣な眼差しでPOINTを習得。何よりも前向きな気持ちと毎日の積みかさねが大切だという落合先生からの熱いメッセージが印象的でした。

講座④藤野先生より「なぜ基礎が大切なのか？」筋肉の収縮や関節の動き、スキルアップポイントなどの理論的レクチャーを交え参加者全員で実演。普段のストレッチやトレーニングがより効果的に。またスキルアップ動作の為のポイントもとてもわかりやすく、もっと時間をかけて勉強したい!との声多し!

講座⑤待ってました～!2年ぶりとなる関西でのオッチーワールド。今きている様々なジャンルのリズムをふんだんに入れ込んだクールなダンスナンバー!スタジオがクラブショーになり大盛況!!

開催日は関西地方、局地的な豪雨地域もあり、悪天候の中、また関西を中心に九州や北陸など遠方からのご参加本当にありがとうございました。～2013 後半も関西から元気と笑顔を発信します～

