

# Winter Camp 2010 "ジュニアのためのスポーツエアロビック冬季合宿" =同時開催!!全国こどもチャレンジカップ第1回静岡県大会=

主催：一般社団法人日本こどもフィットネス協会 協力：清水ナショナルトレーニングセンター

ジュニアのためのスポーツエアロビック冬季合宿 チャレンジカップサーキットルーティン対策・演技練習

## ■日程・場所

2010年12月26日(日)・27日(月)・28日(火) ※合宿は27~28日

【清水ナショナルトレーニングセンター】〒424-0105 静岡県静岡市清水山切 1487-1

TEL:054-371-9000 (<http://j-step.sunnyday.jp>)

## ■内容

### ◆12月26日

- 10:00 現地集合
- 10:30-12:00 エアロビクスサーキットルーティン対策ワークショップ①(選手・コーチ参加可)
- 13:00-17:15 全国こどもチャレンジカップ第1回静岡県大会
- 17:15-18:15 ヒップホップサーキットルーティンワークショップ②(選手・コーチ参加可)
- 19:00-21:00 演技自主練習 ※演技練習を希望される方は演技で使用する音源(CD又はMD)を必ずお持ち下さい。

★スキルアップ&充実の3日間!

### ◆12月27日

- 9:45 集合・開講式・オリエンテーション
- 10:00-12:00 フィジカルウオームアップ/エアロビックベーシックステップ練習/エレメント練習③
- 13:00-15:00 年齢別・レベル別スキルアップ特別トレーニング④
- 15:00-17:00 サーキット予選通過テクニック⑤
- 19:00-21:00 演技練習

### ◆12月28日

- 9:00-12:00 エレメント練習と補強運動
- 13:00-15:00 最終演技練習
- 15:00 解散



※スケジュールは変更になる場合がございます。

## ■費用

【合宿費】 1泊2日(12月27日~28日) Jr・会員：¥18000 一般：¥20000

\*参加者様は12月27日の昼食は各自ご持参下さいませよう願ひ致します。

\*26日のワークショップ①②、大会の費用は合宿費に含まれておりません。別途お申込下さい。

★ワークショップのみ参加の場合：	ワークショップ①②各	Jr：¥2,100	会員：¥3,150	一般：¥4,200
	ワークショップ③④⑤各	Jr・会員：¥3,150	一般：¥4,200	

お楽しみタイムも  
ございます♪

【宿泊費】	4人部屋又は7人部屋・1泊3食つき	¥ 7,885
	3人部屋・1泊3食つき	¥ 9,385
	2人部屋・1泊3食つき	¥10,385

※27日の夕食、28日の朝食・昼食付き

追加コース	※26日宿泊希望者のみ	
	4人部屋又は7人部屋・2泊6食つき	¥ 15,770
	3人部屋・2泊6食つき	¥ 18,770
	2人部屋・2泊3食つき	¥ 20,770

※26日の夕食、27日の朝食・昼食・夕食  
28日の朝食・昼食付き

## ■講師



渡辺 みどり  
Winter Camp2010 コーディネーター

(社)日本こどもフィットネス協会会長  
全国こどもチャレンジカップ大会会長  
全国こどもチャレンジカップ静岡県大会審査

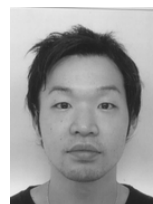
上田 浩之  
ワークショップ①担当講師  
全国こどもチャレンジカップ静岡県大会審査・リード

日本フープダンス協会会長  
02' ジャパンナショナルエアロビック  
チャンピオンシップシングル部門優勝  
02' スズキジャンパニックトリオ部門優勝



吉野 明広  
ワークショップ②担当講師  
全国こどもチャレンジカップ静岡県大会審査・リード

(社)日本こどもフィットネス協会公認インストラクター



廣瀬 亜須可  
Winter Camp2010 指導主任

(社)日本こどもフィットネス協会公認インストラクター  
07' スズキジャンパニック ベア優勝  
08' 年F I Gエアロビック世界選手権日本代表  
社団法人日本エアロビック競技C級審判員

## ■申込方法

協会ホームページより「Winter Camp 2010 参加申込書」をダウンロードして頂き、申込方法の詳細をご確認下さい。

お申込受付は、11月15日(月)~12月17日(金) ※定員になり次第締め切りとさせていただきます。また、参加人数によっては開催を中止とさせて頂く場合もございますので予めご了承下さい。

お問合せ：一般社団法人日本こどもフィットネス協会 TEL:03-5483-6224 FAX:03-5483-6235 e-mail:jkfa@kids-fitness.or.jp

申込用紙はホームページよりダウンロードして下さい。

<http://kids-fitness.or.jp/>