



## サマーフィットキャンプ 2011 1DAY まるごとキャンプ 実施報告

イベント名 サマーフィットキャンプ 2011 1DAY まるごとキャンプ  
主催 (社)日本こどもフィットネス協会  
開催日 2011 年 7 月 26 日(火)  
開催場所 横浜市スポーツ医科学センター小アリーナ 1  
総参加者数 289 名(参加者延べ 282 名、関係者 7 名)

Pray For  
Japan

1DAY パスポートを早期申込された方に協会オリジナルの  
チャリティ T シャツをプレゼントさせて頂きました！ ¥1575  
で販売中です！売上げの 5%が義援金となります。

### ワークショップ内容・講師・参加人数

- ①アクティビティスキルアップ【10:00～11:00】(社)日本こどもフィットネス協会会長 渡辺みどり/上田浩之《39 名》
- ②サーキット練習エアロビクスパート【11:00～12:30】日本フープダンス協会会長 上田浩之《47 名》
- ③ランチ&遊びタイム【12:30～13:30】《36 名》
- ④動きの基本を見直す【13:30～14:30】(社)日本こどもフィットネス協会アドバイザー 今井龍 《37 名》
- ⑤エレメントスキルアップ【14:30～15:45】07'スズキジャパンカップペア優勝 廣瀬亜須可/渡辺みどり《39 名》
- ⑥サーキットヒップホップパート攻略法【16:00～17:00】協会公認ヒップホップインストラクター 吉野明広《44 名》
- ⑦ヒップホップスペシャル【17:15～18:30】George from PRIME TIME《40 名》

約 50 名のジュニアと地方から足を運んでくださった協会会員の先生方の楽しそうな笑い声でサマーフィットキャンプ 2011 はスタート致しました。協会会長渡辺みどり先生と上田浩之先生による合言葉は「あっちむいてホイ！」の楽しいアクティビティからはじまり、上田先生によるサーキットのエアロビクスパートの練習。「チャレンジカップで入賞するぞ！」という意気込みが感じられるくらい一生懸命ルーティーンを学んでいたのが印象的でした。廣瀬先生によるマットなどを使用したエレメントの練習や、今井先生による大変ためになる体の動き、技術面、メンタル面強化のワークショップ、吉野先生によるヒップホップサーキットの練習もみんな後半の疲れも感じさせずにとっても頑張っていました。George 先生による「デッパツ進行！」は子ども達にも先生にも大人気！カッコいいパフォーマンスを見せて頂きました。ラストはビヨンセの新曲♪Run The World (Girls)で皆さん大満足でした！



1DAY を終えた先生方はもちろん最後までがんばったジュニアの皆様にも笑顔でお帰りいただけました。震災の影響もあり例年行なっている宿泊合宿キャンプは自粛させて頂きましたが、ジュニアのうまくなりたいという熱い思いをとても強く感じられた素晴らしい 1 日でした。2011 年度全国こどもチャレンジカップ大会は全国で開催しております。スキルアップをしたジュニアの皆さんのご参加心よりお待ちしております。2012 年夏の全国大会出場権獲得に向けて頑張ってくださいね！