



主催：ミズノ株式会社アクアフィットネス事務局

# MIZUNO アクア 札幌1DAY

開催日：2019年11月10日（日）

セミナー会場：スポーツクラブ ルネサンス札幌平岸（北海道札幌市豊平区平岸2条11丁目3-7）

担当講師：内藤 聖子（MIZUNO アクアアドバイザー）、梶原 陽子（MIZUNO アクアリーダー）

持ち物：水着・アクアミット・スイムキャップ・アクアシューズ・タオル・筆記用具・陸でのウェア・室内用シューズ

※スタジオ講義の場合、バインダーをお持ちであれば筆記しやすいのでご持参下さい。

クラス No.	タイトル・内容	講師	
		ポイント	参加費(税込) 【認定者割引】
<b>H-8</b>	<b>『MIZUNO アクア B.B.B.®～高齢者編～』</b> ★必須3時間セミナー このセミナーでは「バランス改善や脳パワーを増大し、転倒リスクを軽減。骨を保護し、敏捷性のスキル向上」を目的とする研究立証されたエクササイズをご紹介します。 バランス・脳・骨のトピックスは、高齢者にとって興味深く、かつ必要なトレーニングです。	内藤 聖子	
11:30 ～ 14:45 (180分)		スタジオ講義 プール実技 3.0P 付加ポイント +1.5P	¥7,700
<b>H-9</b>	<b>『2019 Select MIZUNO アクアベーシック ～ループスプラッシュ～』</b> ★必須3時間セミナー このセミナーでは、ループチューブを用いたトレーニングの効果や活用法を紹介します！また安全で効果的、そして楽しく！！水中トレーニングだからこそ出来るバリエーションを考察し、習得しましょう。 すべての水中エクササイズ指導者の皆さまに役立つ内容です。	内藤 聖子 梶原 陽子	
15:45 ～ 18:45 (180分)		スタジオ講義 プール実技 3.0P 付加ポイント +1.5P	¥7,700

※ 最少催行人数に達しない場合は、クラス中止となりますので、悪しからずご了承下さい。

※ 「必須セミナー」は、認定者割引はありません。認定者の方は付加ポイントが加算されます。



会場：スポーツクラブ ルネサンス札幌平岸  
北海道札幌市豊平区平岸2条11-3-7

<アクセス> 南北線「平岸駅」「南平岸駅」徒歩5分

★当日の連絡先★ 090-8902-1657

お申し込みは『講習会スケジュール・申込み案内』からが便利です！

<https://www.mizuno.jp/mizunoaqua/schedule/>

メールで申込みをクリック

● ミズノ(株)アクアフィットネス事務局 ●

〒541-8538 大阪市中央区北浜4-1-23 TEL：06-6223-7319/FAX：06-6223-7346

[月・木・金/9:30～18:00、土日祝は休み]

<HPアドレス> <https://www.mizuno.co.jp/mizunoaqua/> <E-Mail> [mizunoaqua@mizuno.co.jp](mailto:mizunoaqua@mizuno.co.jp)

\* 携帯メールからのお申し込みも可能です。但し「mizunoaqua@mizuno.co.jp」からの受信ができるように設定をお願いします。