

アスリエ コンベンション 2009

8月2日(日)
10:00~19:00



スペシャルゲスト バラージュ
Balàzs

ステップアップそしてキャリアアップへの最前線
アスリエではフィットネス・インストラクターのスキルアップと自己啓発のために、選びぬかれた海外の、そして国内のトップ指導者によるアスリエコンベンションを開催いたします。

NIKE ヨーロッパ・マスタートレーナー/1995~96年ハンガリー・ロックンロール・ダンス・チャンピオン/ダンスエアロビクス&ステップエクササイズ コリオグラファー
フィットネスインストラクター養成団体「FITLINE EDUCATION」(ハンガリー) 代表
その容姿と指導テクニックで多くの人を魅了し、フィットネス界の貴公子として活躍中。ヨーロッパとアジア18ヶ国以上にわたるコンベンションのプレゼンターを務める。

SW-1 Good vibration 10:00~11:30
~グッド・バイブレーション~
正しいリズム、クラスのやる気を引き出す為のホールディングパターンや音楽の使い方を完璧に学べます。バラージュのエネルギーで満たされた空間でこれまで経験した事のない真のカーディオ・ダンスを味わって!
ADI 0.5pt

SW-3 Steppology 13:15~14:45
~ステップロジー~
独特なコリオグラフィを積み上げるダンステイストなステップに魅了されるはず。我を忘れてフロアに身を任せて! オリエンテーションでは最新のステップトレーナー世代が使うキャッチフレーズをご紹介します。
ADI 0.5pt

SL-6 Dance evolution 17:30~18:30
~ダンスエボリューション~
カーディオ・ダンスクラスの最新手法を探索します。音楽と動き、カーディオとダンス、力強さと柔らかさ・・・これらの共生とは? コリオグラフィの完璧なバランスとは? 幸せ、楽しさ、エネルギーの伝達方法を実感できます。
ADI 0.5pt

STEP UP TO DANCE ADI 0.5pt **W-2** 11:45~13:00

竹ヶ原 佳苗 アスリエエアロビクススーパーバイザー
リトモス マスタートレーナー
足さばきだけではなく、上肢も使った身体に気持ち良いステップはいかがですか? ダンスステップはアームも活用しているので身体が伸びます。思い切り身体を使いスタイリッシュなダンスステップを楽しみませんか?
ADI 0.5pt

ボル・ド・ブラ L-8 11:45~12:45

有田 麻里子 アスリエレッスンチェッカー
ポル・ド・ブラアシスタントマスター
下村 こゆき アスリエレッスンチェッカー
ポル・ド・ブラアシスタントマスター
別名「立って行うピラティス」と呼ばれるボル・ド・ブラ。バレエとダンスをベースにした新感覚のダンス系姿勢改善プログラムです。どなたでもいつからでも始められます。洗練された音楽に身を任せ、想像力を膨らませながら動きます。

アクアダンスムーブメント AQW-12 10:00~11:15

魅せるコツ ADI 0.5pt
尾陰 由美子 (有)アクトスペース企画代表取締役
大塚製薬フィットネスプロスタッフ
トップ契約インストラクター
アクアダンスにおけるデキ指導は、何と云っても動作の見せ方が重要! 楽に動けるコツ、かっこよく魅せるコツ、水をイメージした説得力のあるムーブメントをモノにする尾陰メソッドをご紹介します。お楽しみに・・・

Reggaeton~レゲトン~ L-4 15:00~16:00

竹ヶ原 佳苗 アスリエエアロビクススーパーバイザー
リトモス マスタートレーナー
今一番熱いラテンリズムはレゲトン! レゲトンが大好きな方もレゲトン? という方もぜひご参加下さい。その魅力は踊って見なければわかりません。
Are you ready shake your body?
ADI 0.5pt

マットピラティスアプローチ 3Ways W-9 13:00~14:30

ADI 0.5pt
佐藤 史一 / 高田 香代子 / 森畑 一美
ピークピラティスティーチャートレーナー
テーマは「小道具を使用し、動きの気づきを得る」、「多彩なプログレッションで得る最適コネクションと気づき」、「全身エクセントリック! 伸びる方向を明確に感じる」アプローチの違いにより生じる多様性に感動下さい。

Let's Enjoy! リニアアークア AQW-13 11:30~12:45

ADI 0.5pt
茂木 伸江 JAJA/AQT
いきいきのびのび健康づくり協会 理事
全てリニアアークアを満喫します。単語になりがち! ?なプログラムもかもしませんが、様々なアレンジを加えバラエティ溢れるプログラムに変身! 一味も二味も違うアレンジが見つかるはず! にご参加お待ちしております。

FK-STYLE AERO L-5 16:15~17:15

木原 啓貴 アスリエエアロビクスアドバイザー
STRONG 株式会社 LABODY ライダー
藤野 慎士 アスリエエアロビクスアドバイザー
AFLAC CUP2005 シングル部門 優勝
二人のアドバイザーが作り出すダンスエアロを、エネルギーにお届けします。パワフルでダイナミックな二人がタッグを組み、ダンスホールを盛り上げます!
LET'S MOVE TOGETHER!!

エレガンスストレッチ ADI 0.5pt **W-10** 14:45~16:00

笹原 進一 (有)ウェルネスアーツ 代表取締役
ウェルネスアーツ 山田スタジオ 代表
大好評頂いている、エレガントな動きが特徴のストレッチプログラムの最新バージョンです。今回は、機能的でありながら、優美でしなやかなバレエの腕の動かし方にポイントをおいて、レクチャーいたします。

お客様をワドキさせる AQW-14 13:30~14:45

プログラム展開法! ADI 0.5pt
寺本 強 (株)ティップネスマスタートレーナー
JAJA/AQT
基本動作にアレンジ(変化要素)を加え、様々な動きに変化させていきます。お客様をワクワク! ドキドキ! させるバリエーションの考え方や掛け方のポイントをお伝えしていきます。皆様のご参加をお待ちしています。

ダンスエアロ~THE・MOVIE~ L-7 10:30~11:30

魚原 大 FIC代表/健康運動指導士
~映画~をテーマに3ブロックのダンスエアロを行います。「ロミオとジュリエット」「マスク・オブ・ソロ」「ハムナストラ」などの映画をヒントにコリオを作成しました。一緒に楽しくダンスしましょう。

Floor ballet~フロアバレエ~ L-11 16:15~17:30

花村 愛子 ダンスカンパニー・カレイドスコブ所属
エトワールバレエ主宰
バレエの基本の動きを、マットを使いフロアで行います。気持ち良く全身の筋肉を使い、柔軟性を高めながら、股関節の可動域を広げ、美しくしなやかな身体へと導きます。ぜひ日々の身体作りに役立てて下さい。

アイテム満載、アークサマーフェスティバル! AQL-15 15:00~16:00

寺本 強 (株)ティップネスマスタートレーナー
JAJA/AQT
茂木 伸江 いきいきのびのび健康づくり協会 理事
JAJA/AQT
小久保 恵 (株)文教センター 総務課 企画アークアセクション
JAJA/AQT
アクアダンスはもちろん、ヌードルを使ったものや、ジャンルの違うアイテムを、3人のインストラクターが楽しくご紹介致します。あっと言う間の60分を、どうぞお見逃しなく!!

0.5pt: ADI / JAJA / AQA の教育単位 0.5pt が取得できます

	10	11	12	13	14	15	16	17	18
アリーナ	SW-1 ADI 0.5pt 10:00~11:30	W-2 ADI 0.5pt 11:45~13:00	SW-3 ADI 0.5pt 13:15~14:45	L-4 ADI 0.5pt 15:00~16:00	L-5 ADI 0.5pt 16:15~17:15	SL-6 ADI 0.5pt 17:30~18:30			
1F スタジオ	L-7 ADI 0.5pt 10:30~11:30	L-8 ADI 0.5pt 11:45~12:45	W-9 ADI 0.5pt 13:00~14:30	W-10 ADI 0.5pt 14:45~16:00	L-11 ADI 0.5pt 16:15~17:30				
プール	AQW-12 ADI 0.5pt 10:00~11:15	AQW-13 ADI 0.5pt 11:30~12:45	AQW-14 ADI 0.5pt 13:30~14:45	AQL-15 ADI 0.5pt 15:00~16:00					

- 主催/ 文教センター(アスリエ本社)商品開発部
- 飲料協賛/ 明治乳業
- 販売協力/ (株)ウェザーコーポレーション、(株)スタイルバイク、(株)クラブビジネスジャパン、(株)おとやトレーディング、ソフトバンク BB (株)、(株)ピラティスアライアンス

ATHLIE SUPER WATER
TEL03-5521-5931
http://www.athlie-ea.jp/

会場案内
スポーツバ アスリエと野
埼玉県さいたま市浦和区上木崎 2-3-6
TEL:048-833-8282
■東京駅より京浜東北線にて 45 分
■池袋駅より埼京線有羽駅にて
乗り換え、京浜東北線にて 33 分
京浜東北線と野駅より徒歩 2 分

参加料金
SW-W-9/¥4,500、W/¥4,300、SL/¥3,800、L/¥3,500
お申込方法
①お電話にてお申込下さい。
希望クラス、氏名、ご住所、電話番号をお知らせ下さい。
・お申込期間: 7月1日(水)~7月27日(月)
・お申込先: (株)文教センター(アスリエ本社)
03(5521)5931 10:00~17:00 土日祝休
*領収書がご入用の方は、お申込時にお伝えください。
②お申込から1週間以内に指定口座にご入金下さい。
・お申込時にお伝えする受付番号をつけてご入金ください。
(例)お振込み氏名 77 サトウリエコ
・お振込先: みずほ銀行恵比寿支店
普通預金 No.1091023
口座名 カ)ブンキョウセンター
*振込み手数料はお客様のご負担となります。
*ご入金後の返金はいたしませんので、あらかじめご了承ください。
③入金確認後、受講票を郵送いたします。
コンベンション5日前までに(株)文教センターより郵送が
ない場合はお問合せください。
*当日は受講票をお持ちの上、ご来場ください。
*領収書受領のご要望をいただいた方は、当日受付にて
お渡しいたします。