

☆JAF National Camp2010 耳より情報☆

◆2010年のエアロビック技能検定員、ジュニア・エアロビック技能検定員の新規養成講習会（移行講習会含む）および、資格更新研修会では、採点シミュレーション用のDVD（検定会映像と基準点）を教材として配布します。

※ジュニア・エアロビック技能検定員はジュニア検定のためのDVDとなります。自宅でも手軽に、エアロビック検定やジュニア・エアロビック検定の採点練習が出来ます。実際の検定会前の目合わせにも最適です！

締切は、1月15日（金）です。

お申込みお待ちしております！

エアロビック技能検定員中央研修会	2月23日（火）
ジュニア・エアロビック検定委員中央研修会	2月23日（火）
エアロビック技能検定員移行講習会	2月24日（水）～25日（木）
エアロビック技能検定員新規養成講習会	2月24日（水）～26日（金）
ジュニア・エアロビック技能検定員新規養成講習会	2月26日（金）

◆テクニカル・アドバイザー中央研修会 プログラムA

2月23日：火曜日は器械体操の専門コーチによるA・B・Cグループのエレメントのドリル練習や強くしなやかな身体の軸を作る体カトレーニングの研修を丁寧にじっくりと行います。基礎的な身体づくりや動きづくりに必要な練習、指導法を学ぶ絶好の機会です。また、『スポーツ・エアロビック 2010』におけるフライト・ルーティンのポイントやステップコンビネーションのスキルアップを図る指導法もお伝えします。

競技エアロビックのコーチとしての指導力をさらに深めましょう！

- ① 9：30～10：00 2010年度競技会概要（新年度の競技最新情報）
- ② 10：00～12：00 器械体操に学ぶ体カトレーニングと技の指導法A
- ③ 13：00～15：30 器械体操に学ぶ体カトレーニングと技の指導法B

④ 15 : 45 ~ 17 : 15 スポーツエアロビック 2010 / フライト・ルーティン
の指導法

講師 : ②③ 行本浩人 (ゆきもと ひろと)

日本体操協会 / 男子体操競技委員会 コーチ育成部 副部長
徳洲会体操クラブ コーチ

④ 吉田知子 (よしだともこ)

指導専門委員 / 2003 年 ペア部門 チャンピオン

◆ テクニカル・アドバイザー中央研修会 プログラム B

2月24日:水曜日は新体操で実践されている股関節の柔軟性を高めるトレーニング方法やしなやかな脚の使い方、器械体操の身体の軸を作るトレーニング方法やフロア・エレメントの指導方法を研修します。歴史ある体操の基礎を活用し、競技エアロビック選手の技能を高める“指導力”を養成します。また、『スポーツ・エアロビック 2010』におけるフライト・ルーティンのポイントやステップコンビネーションのスキルアップを図る指導法もお伝えします。

進化する競技エアロビックに遅れないよう合理的、効率的な練習・指導方法を身につけましょう!

① 9 : 30 ~ 10 : 00 2010 年度競技会概要 (新年度の競技最新情報)

② 10 : 00 ~ 12 : 00 新体操に学ぶ体カトレーニングと技の指導法

③ 13 : 00 ~ 15 : 30 器械体操に学ぶ体カトレーニングと技の指導法

④ 15 : 45 ~ 17 : 15 スポーツエアロビック 2010 フライト・ルーティン
の指導法

講師 : ② 小野田桂子 (おのだけいこ)

新体操委員会 / コーチ育成部 部長

③ 竹村英明 (たけむら ひであき)

日本体操協会 / 常務理事、男子体操競技委員会 委員長
東京学館高校 教諭

④ 菅野牧子 (かんのまきこ)

公認エアロビック 上級 コーチ