



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 長野キャラバン

開催日：2010年9月12日(日)

開催場所：すわっこランド

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

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】	
I-1	<b>『MIZUNO アクア★プラス®』</b> <i>New プログラム</i> MIZUNO アクアベーシックに新しいスキルをプラスした新プログラムの提案です。 ①S.W.E.A.T. (強度・難度変換テクニック) + (プラス) ②ON BEAT & OFF BEAT と、参加者の幅広い嗜好・ニーズに対応できる指導者、上質な指導者になる為のスキルを磨きませんか？ 現在、ミットプログラムだけの指導者・ダンスプログラムだけの指導者、全てのアクア指導者にプラスできるテクニックを完全習得!! 即戦力間違いなしです！	秋野典子・長林みどり 鹿島美貴・阿部紗織	講/実 2.0	¥7,350 【¥6,600】
I-2	<b>『MIZUNO アクア★FUSION®』</b> <i>New プログラム</i> FUSIONとは異なる要素を融合すること。ヨガ・太極拳・スポーツ・ダンスなどの陸上人気プログラムを水中クラスに変換し、更に心肺機能・筋持久力・柔軟性・機能性を向上させる新プログラムです。 今回長野キャラバンでは4人の講師による、それぞれの得意分野を活かしたスペシャルな『アクア★FUSION®』を体験出来ます！乞うご期待！	秋野典子・長林みどり 鹿島美貴・阿部紗織	講/実 1.2	¥5,000 【¥4,500】

※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。

## 【会場】

- すわっこランド ● (長野県諏訪市大字豊田 732 番地)  
 <JR 中央本線「上諏訪」駅下車、バス・タクシーで 15 分>



◀当日の連絡先: TEL090-8329-1630▶

●お申込・お問合せ  
 〒541-8538 大阪市中央区北浜4-1-23  
 ミズノ株式会社アクアフィットネス事務局

TEL: 06-6223-7319・FAX: 06-6223-7346  
 (営業日: 月・木・金/10:00~17:00)

★メールでのお申込みは★  
[mizunoaqua@mizuno.co.jp](mailto:mizunoaqua@mizuno.co.jp)

<http://www.mizuno.co.jp/mizunoaqua/>