

アスリートとふれあう

阿蘇スポーツDay

家族みんなで
体力づくり!

オリンピック
に教わる
ランニング
教室

オリンピック
メダリストに
教わる
体操教室

平成26年
11月9日(日)

場所 アゼリア21、
阿蘇小学校体育館

タイムスケジュール

各イベントに参加される方は、9:45までにアゼリア21駐車場に集合してください! トークショー後、各会場へ移動となります。

10:00 開会式

10:15 ゲストトークショー

11:00 各種スポーツイベント **参加費無料** 各教室の詳しい申込方法については、裏面をご覧ください!

11:00~12:00 ロンドン五輪
日本代表 新谷仁美さんに教わる! ランニング教室

スペシャルコーチ
新谷仁美
さん

2007年 東京マラソン1位
2011年 アジア選手権5000m2位
2012年 ロンドンオリンピック10000m9位
2013年 世界選手権10000m5位



定員 50名 **対象** 小学生~成人
★ 成人、親子の参加大歓迎です!

会場
阿蘇小学校

11:00~12:00 アテネ五輪
日本代表 中野大輔さんに教わる! チャレンジ体操教室

親子体操ブース

パパ・ママと一緒にたのしく運動
できるよ!!

会場
阿蘇小学校

対象 3歳以上の未就学児とその保護者

合計定員
30名!

キッズ体操ブース

道具を使った運動を
みんなでたのしもう!
フープやバランスボールを使った体操遊び、
マット・跳び箱などの器械運動

スペシャルコーチ
中野大輔さん

元体操日本代表
アテネ五輪
体操競技男子団体
金メダリスト



対象 4歳~小学生

11:00~13:00 泳力認定会 検定・認定料無料! ※認定級について、くわしくは裏面をご覧ください。



一般社団法人日本スイミングクラブ協会が定めた全国統一の泳力認定にもとづき、あなたの泳力を認定します!

定員 100名 **対象** 25m以上泳げる小学生~成人の方

会場
アゼリア21

各教室の詳しい申込方法については、裏面をご覧ください!

主催: アゼリア21 指定管理者 株式会社東京アスレティッククラブ

協力: 阿蘇市・阿蘇市教育委員会・阿蘇市商工会・阿蘇市体育協会・阿蘇郡市水泳協会・阿蘇市子ども会育成連絡協議会

泳力認定とは

泳力認定とは、一般社団法人日本スイミングクラブ協会が定めた全国統一の泳力認定にもとづき、あなたの泳力を認定するものです。当協会加盟のクラブ会員並びに日本に在住しているすべての水泳愛好者が認定を受けることができます。そして、取得頂いた認定級は、履歴書等に記載できる公式のものです。泳力認定会は、当協会加盟クラブ主管で実施され、当協会より認定を受けた泳力認定員によって検定が行われます。

● ジュニア（17歳以下）泳力認定基準

級	通称(カード名)	泳力認定の内容/種目
ジュニア6級	—	4泳法(クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ)の中の1泳法25M完泳
ジュニア5級	—	4泳法の中の(ジュニア6級受検合格泳法を除く)1泳法25M完泳
ジュニア4級	—	4泳法の中の(ジュニア6級・5級受検合格泳法を除く)2泳法25M完泳
ジュニア3級	—	4泳法50M完泳
ジュニア2級	—	個人メドレー100M完泳及びスカーリングのヘッドファースト・フットファースト各10M完泳
ジュニア1級	スイミングパスポート	個人メドレー200M完泳

● マスターズ（18歳以上）泳力認定基準

級	通称(カード名)	泳力認定の内容/種目
マスターズ6級	—	4泳法(クロール・背泳ぎ・平泳ぎ・バタフライ)の中の1泳法25M完泳
マスターズ5級	—	4泳法の中の(マスターズ6級受検合格泳法を除く)1泳法25M完泳
マスターズ4級	—	4泳法の中の(マスターズ6級・5級受検合格泳法を除く)2泳法25M完泳
マスターズ3級	—	4泳法の中の3泳法50M完泳及び横泳ぎ20M(15あおり以内)完泳
マスターズ2級	—	個人メドレー100M完泳及び立泳ぎ30秒
マスターズ1級	スイミングパスポート	自由形800M完泳

申込方法

電話・FAX・アゼリア21に直接来館の
いずれかでお申し込みください。
(FAX・直接来館の場合、下記をご利用ください。)

アゼリア21

〒869-2612 阿蘇市一の宮町宮地5812
TEL:0967(22)5311
FAX:0967(22)5312

<http://www.aso-azalea21.com/>

指定管理者：株式会社東京アスレチッククラブ

アクセスマップ



11月9日(日)阿蘇スポーツDay 参加申込書

※施設記入欄

参加を希望される教室

- ☐ ランニング教室
- ☐ 親子体操教室
- ☐ 小学生体操教室
- ☐ 全国公認泳力認定会

認定希望級 ☐ ジュニア ☐ マスターズ 級

名前

(親子教室の場合は保護者の名前とお子様の名前をご記入ください。)

年齢

住所

電話番号