

関東エアロビック協議会主催

参加費
無料

スローエアロビック®

1dayセミナーinさいたま



日程

2025年 **9月28日(日)** 13:00~(受付12:45)

会場

さいたま市高鼻コミュニティーセンター
地下1階大会議室

〒330-0803 埼玉県さいたま市大宮区高鼻町2-292-1
TEL 048-644-3360



内容

13:00~13:10 開会の言葉 講師紹介など

13:10~13:55

1部

初心者向け(ビギナー層)クラスの指導法および、参加者の継続を促すクラス運営の工夫について解説。講師 稲村恵美子(SAM)

14:05~14:50

2部

対象者別プログラム。

スローエアロビックの動きをさらに洗練させ、上級者や継続者に向けた効果的なアプローチ方法を紹介。講師 進藤朋子(SAM)

15:00~15:45

3部

イベントづくりのヒントを満載。「動き」づくりや「音楽」選びを紹介。講師 三戸まさみ(SAM)

申込
先

右のQRコードからお申し込みください



申込
期間

2025年9月1日(月)~9月25日(木)



主 催: 関東エアロビック協議会

主 管: 関東エアロビック協議会スローエアロビック部会 (スローエアロビックマスター)

共 催: 埼玉県エアロビック連盟

後 援: スポーツ庁、公益社団法人日本エアロビック連盟

特別協賛

