

## AQWI、AQBI 養成講習会要項

平成20年度より(社)日本フィットネス協会の養成認定校となり、第一期生が卒業しました。知識ある指導者を育成することにより、那覇市民、沖縄県民の健康づくりに少しでもお役に立てればと思い、今年度もAQWI(アクアウォーキングインストラクター)&AQBI(アクアビクスインストラクター)養成講習会を下記のとおり行います。

### 記

#### 1) 養成内容

**AQWI** : AQWIは音楽を使わず、参加者自身のペースを尊重し、水中ウォーキングのさまざまな動きのバリエーションを提供でき、参加者への安全配慮やコミュニケーション能力が求められます。

**AQBI** : アクアダンスと水中レジスタンストレーニングを提供・指導します。

アクアダンス指導では、音楽に合わせた楽しいエクササイズを提供でき、運動強度を考慮してプログラムを展開できる能力が必要です。

水中レジスタンストレーニング指導では、アクアエクササイズにおける強度変換要素を理解し、音楽を使わないで参加者自身のペースを尊重した指導能力が求められます。また、参加者および自分自身の安全配慮やコミュニケーション能力も必要です。

#### 2) 対象者

インストラクターに興味のある方、インストラクターを目指している方(初心者)  
現在運動指導に携わっていて資格取得をお考えの方

#### 3) 講習の日時と場所

**理論** : 9月25日~11月13日(金曜日19~21時 全6回12時間)  
但し10月2日と23日を除く

**実技** : **AQWI**

8月15日、10月10日、24日、11月7日、14日(土曜日19~21時)

**AQBI**

初心者

8月15日~11月14日(土曜日19~21時)、11月1日(日曜日19~21時)  
但し10月10日、24日、31日、11月7日を除く

経験者

8月15日~11月14日(土曜日19時~21時)、11月1日(日曜日19~21時)  
但し8月22日と29日、10月10日、24日、31日、11月7日を除く

試験日 : 11月16日(月) 筆記 : 15時~18時

実技 : 19時~21時

場 所：那覇市民体育館（会議室、卓球室） 那覇市首里石嶺プールにて

4) 講師

理 論：屋良 宣条 JAF A / AQ I、健康運動指導士

実 技：屋良 宣条 JAF A / AQ I、健康運動指導士

：高良 順子 JAF A / ADD、ADE、AQ I、健康運動指導士

5) 受講料

AQWI：36,000（会員） 39,000円（非会員）

AQBI：56,000円（会員） 60,000円（非会員）・・・初心者

50,000円（会員） 54,000円（非会員）・・・経験者

AQWIとAQBIの両方を受講される場合は割引があります。

試験料：AQWI実技・筆記 各2,000円

AQBI実技・筆記 各2,000円

教材費：別途徴収

6) その他

資格取得は希望者のみ

AQWI、AQBIの両資格に合格し、それぞれに登録することでAQI（アクアエクササイズインストラクター）が取得できます。AQIはアクアエクササイズ全般の指導能力を証明する資格で、上位資格であるAQTを受験するための必須取得資格です。

7) 申し込み方法

別紙申込用紙に必要事項を記入し、FAXまたはメール

8) 主催、共催、後援

主 催：那覇市フィットネスダンス協会

共 催：NPO 法人那覇市体育協会

# アクアインストラクター養成講習会申込書

申込日 H 年 月 日

ふりがな 氏名	印 生年月日 _____
住所	〒 _____ _____
	連絡先 _____ (FAX) 携帯: _____ Eメール: _____
受講希望	AQWIのみ ・ AQBIのみ ・ 両方 いずれかを で囲んでください。
取得資格	
志望動機	
指導歴	( 有・無 )
運動歴	
支払方法	一括振込 ・ 分割振込 (内訳 _____ )

JAJA アクアインストラクター養成講習会申込みます。

申込先・問合せ先 TEL 090 - 8917 - 2893 (屋良)  
FAX 098 - 968 - 8239 (屋良)  
メール [nahafitnessdance@yahoo.co.jp](mailto:nahafitnessdance@yahoo.co.jp)

受講料を下記へ振り込みして下さい。

振込先 琉球銀行 石嶺支店 (普) 377717  
那覇市フィットネスダンス協会 喜屋武正雄