



袋井市は、エアロビックで日本一健康文化都市をめざします

「袋井に行く!」を青春の励みに、「袋井へ行った!」を青春の思い出に!

第8回 JOCジュニアオリンピックカップ 全国エアロビック選手権大会 in袋井2013



2013年

1月20日(日)

静岡エコパアリーナ

(静岡県袋井市愛野2300-1)

入場
無料

スケジュール予定

※競技の進行上、スケジュールを変更する場合があります。

- 8:30 開場
- 9:30 開会式
ウエルカムデモンストレーション
- 10:00 競技開始
- 12:25 デモンストレーション
- 17:10 結果発表及び表彰式
- 17:45 終了(予定)

先着 **300名**様に
ご来場
プレゼント!

※このチラシをお持ちになって会場の案内所までお越しください。
チラシを持ってこられた方に1個プレゼント致します。
一人でチラシを複数持参していただいた場合もプレゼントは1個です。

主催 袋井市、(社)日本エアロビック連盟
主管 全国エアロビック選手権大会実行委員会

後援 総務省、文部科学省、(公財)日本オリンピック委員会、(公財)日本体育協会、(財)日本体操協会、袋井市教育委員会、一般社団法人袋井市スポーツ協会、静岡県、静岡県教育委員会、NHK静岡放送局、静岡新聞社、静岡放送、中日新聞東海本社、静岡第一テレビ、テレビ静岡、静岡朝日テレビ、K-MIX

協賛 スズキ(株)、凸版印刷(株)、ハウス食品(株)、(株)ウェザーコーポレーション、ベンゼネラル(株)



●JR東海道本線「愛野駅」より徒歩約15分
愛野駅方面からの歩行者入口付近には「エスカレーター」と「エレベーター」があります。

SUZUKI **TOPPAN**

ハウス食品

GESTS

AVIA

この事業は、(財)地域活性化センターのスポーツ拠点づくり推進事業の支援を受けて実施しています。

●当日の荷物の盗難、紛失についての責任は負いかねます。●写真及びビデオ撮影には当日受付にて申請が必要です。
●カメラでのフラッシュ撮影は競技に支障を来す場合がありますのでご遠慮下さい。●参加者の肖像権は主催者に帰属します。

ご宿泊の紹介

ご希望の方は、下記へ直接お問い合わせください。
袋井市ホテル旅館組合
TEL.0538-43-1215(代) FAX.0538-43-0055

〈大会に関するお問い合わせ〉 袋井市健康推進部スポーツ推進課 TEL.0538-44-3129 / (社)日本エアロビック連盟 TEL.03-5796-7521

エアロビック (AEROBIC) とは...



エアロビックは、健康体づくりとして発展したエアロビックダンスやエクササイズの動きやステップを組み合わせて、音楽のビートに乗せて演技する「表現スポーツ」です。演技の技術、難度、芸術的な表現力などの得点で順位を競います。

1983年(昭和58年)、アメリカのカリフォルニア州マウント・ビューで初めての競技会が行われ、その後、日本をはじめ、世界中に広がりました。

現在では、日本で開催されるスズキワールドカップを筆頭に世界選手権大会、ユニバーシアード競技大会など、国際規模の大会が盛んに開催されています。これらの国際大会では、毎年、日本の16歳以下のユース代表が、優秀な成績を収めています。

プログラム(予定)

8:30	開場
9:30	開会式 ウェルカムデモンストレーション
10:00	シングル・トリオ部門 U-10シングル/AG1トリオ/AG2トリオ
12:25	デモンストレーション
13:00	シングル・トリオ部門 AG2男女シングル/U-10トリオ
15:10	シングル・グループ・チーム部門 AG1男女シングル/AG1グループ/AG2グループ/チーム
17:00	“みんなでエアロビック” 第5回全国ビデオコンクール グランプリ映像紹介
17:10	結果発表及び表彰式
17:45	終了

AG2男女シングル、AG1男女シングル、AG2トリオ、AG1トリオ、AG2グループ、AG1グループ各部門の優勝者(組)には2013年4月6日と7日に大田区総合体育館(東京都)で開催される「スズキワールドカップ2013世界エアロビック選手権大会」に日本代表(内定)として出場する権利が与えられます。

- AG2男女シングル及びAG2トリオ部門の優勝者(組)には、文部科学省より文部科学大臣賞状が贈られます。
- AG2男女シングル部門の優勝者には、JOC(公益財団法人日本オリンピック委員会)よりJOCカップが贈られます。
- 「スズキワールドカップ2013」で上記各部門のエントリー数が4名(組)に満たない場合は競技を行いません。

年齢区分	シングル部門・トリオ部門・グループ部門	
	AG2	14~16才
	AG1	11~13才
	U-10	~10才
	チーム部門	~16才

2012年12月31日現在

競技ルール

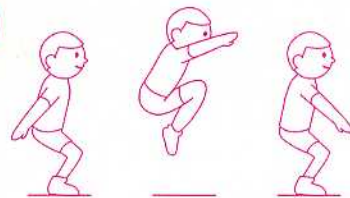
●シングル・トリオ・グループ部門

各部門とも、7m四方から10m四方のエリアで演技を行い、演技の技術、難度、芸術的な表現力などの得点で順位を競います。下図の必ず実施しなければならない必修エレメントやエアロビックの動作を組み合わせ、1分15秒から30秒前後の演技として構成します。

必修エレメント例

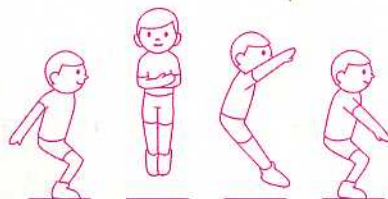
U-10:タックジャンプ

垂直にジャンプして両膝を胸に引き寄せる。腕のポジションは自由。



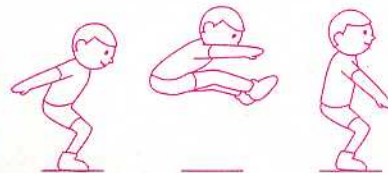
AG1:エアーターン

垂直にジャンプして身体をまっすぐ伸ばしたまま1回転する。腕のポジションは自由。



AG2:ストラドルジャンプ

垂直にジャンプして両足を90°開脚してフロアと平行以上になるまで引き上げる。腕のポジションは自由。



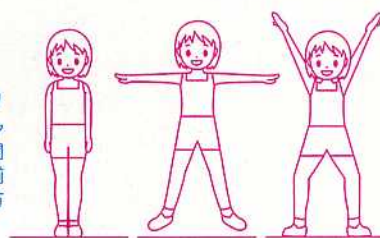
●チーム部門

チーム部門は4~15名で編成し、演技中に必修動作として下図の「ジャンピングジャック」「キック」「プッシュアップ」を4回連続して実施しなければならない等のルールがあります。フォーメーションの変化やチームならではの調和等が採点されます。

必修動作

1.ジャンピングジャック

両足を揃えた状態から、ジャンプして左右対称に足を開き、またジャンプして足を揃える。両膝はつま先と同じ方向に曲げる。



2.キック

両足を揃えた状態から、軸足で弾み、もう片足を前方(矢状面)に伸ばしながらキックする。



3.プッシュアップ

腕立て伏せの状態から、肘を曲げながら上体を下ろし、肘を伸ばしながら上体を上げる。(膝付き可)

