

平成23年度遠野市健康づくり総合大学とすぽ大学祭

「心も体もホット！ スポーツの集い」

フィットネスダンスで元気になろう！ フィットネスダンスフェスティバル in 遠野

平成24年1月28日(土) 10時 ~ 12時30分 (受付9時~)

会場: 遠野市民センター体育館 〒028-0524 岩手県遠野市新町1-10
TEL/0198-62-4413(スポーツ健康課)

◇ プログラム ◇ 参加料: 200円 定員: 200人 持ち物: 上履き・タオル

10:00~ 開会

10:10~ 準備体操「元気楽しく体操」遠野市元気楽しく体操普及員連絡会楽しくメイツかつぱの会
「大船渡市民体操」大船渡市運動普及員ほほえみの会

★第1部★

10:30~ フィットネスダンス発表

◇オープニング

ADI(講師6名)による2010フィットネスダンス全国大会優秀賞 **踊るポンポコリ**
全国スポレク祭エアロビック大会岩手県代表「負けねぞお! 岩手復興隊」最優

◇各地区フィットネスダンス発表

釜石市「キッズ・ジュニアDA★DA」
釜石市「釜石働く婦人の家健康クラブ2団体」
大槌町「さわやかウォーキングの会」
住田町「住田町ヘルスサポートの皆さん」
遠野市「上郷友遊クラブ」
遠野市健康づくり総合大学わくわく若返り教室受講生



◇社団法人日本フィットネス協会 高順姫先生による「みんなでフィットネス」
懐かしの曲に合わせて・・・**愛燦燦 素敵にランデブー お祭りマンボ**
アシスタント: 藤野恵美・阿部直美・泉澤敦子・中田幸恵・富田夕子・菊池千代

◇藤野恵美先生による「みんなでフィットネスダンス」

2009フィットネスダンス全国大会優秀賞「お座敷体操」 **きよしのズンドコ**
被災地で話題になっている「ありがとう体操」 **ありがとう**

◇武道ホール キッズ・親子で体験: 運動コーナー(10:50~12:20)

講師: 馬場明子・遠山明美・太田友美先生



★第2部★

主催: 遠野市 共催: フィットネスダンスフェスティバルin遠野実行委員会



申し込み(問い合わせ)

遠野市民センタースポーツ健康課 TEL0198-62-4413(内線275) FAX0198-62-2789

フィットネスダンスフェスティバル実行委員会代表 藤野恵美 TEL0191-56-2655

申し込み用紙

FAX 0191-56-2655(藤野恵美) 受付時間7:00~21:00

氏名		電話番号	
住所			
ADI番号	No.	JAF A会員	No.