

第4回 中国ブロックエアロビック選手権大会

～全国フライト選手権大会予選※～

令和元年8月3日(土) 岡山県 ふれあい公園総合体育館サブアリーナ



※2020年1月18日開催第10回全国ユースフライトエアロビック選手権大会及び2月22日開催第15回全国フライトエアロビック選手権大会

プログラム

- 9:30 開場
- 10:20 開会・挨拶
- 10:30 ジュニア規定演技部門(17名)
- 11:15 休憩(15分)
- 11:30 ユースフライト部門(15分×2セット)
- 12:05 休憩(10分)
- 12:15 シニア・マスターズフライト部門(20分×2セット)
- 13:00 休憩(40分)
- 13:40 ジュニアトリオ部門(4チーム)
- 13:50 休憩(10分)
- 14:00 フライトフリースタイル部門(40分)
- 14:40 **★スローエアロビック体験レッスン★**
公式競技デモンストレーション
- 15:00 結果発表・表彰式
- 15:30 終了(予定)

※当日の進行により時間が前後する場合があります

受付時間 10:00～

★スローエアロビックとは？★

どなたでも簡単にできる軽運動です
体をほぐしながら気持ちよく体を動かすことで
認知症予防にも効果があると言われています

【演技部門の音源について】

音源はCDをご用意の上、ケースに参加部門・チーム名を明記し当日受付にて提出して下さい。
音楽用CDを使用されていない場合やCDに汚れや傷がある場合再生出来ない場合がありますので予備をお持ち下さい。

【交通アクセス・駐車場について】

体育館すぐ横には駐車できません。 下のメイン駐車場やサブ駐車場、多目的広場をご利用ください



- | | | |
|-------------|-------------|--------------|
| 1 古代の泉 | 2 水辺ピクニック広場 | 3 総合体育館 |
| 4 屋内プール | 5 桃園 | 6 休憩所 |
| 7 多目的広場 | 8 せせらぎ | 9 ちびっこ広場 |
| 10 冒険の森 | 11 クラブハウス | 12 フィットネスコート |
| 13 メイン駐車場 | 14 サブ駐車場1 | 15 サブ駐車場2 |
| 16 体育館北側駐車場 | | |

山陽ふれあい公園【アクセスマップ】

トップ>山陽ふれあい公園>アクセスマップ

- 山陽ふれあい公園トップ
- 山陽ふれあい公園からのお知らせ
- 施設概要
 - 総合体育館の施設
 - 屋内温水プールの施設
 - 屋外有料施設
 - 公園施設と設備
- 屋内温水プール、トレーニングルーム予定表
- ご利用料金
- 施設予約会員
- アクセスマップ
- 施設案内図



交通

- ・山陽自動車道 山陽ICより車で約10分
 - ・JR山陽本線・岡山駅より宇野バスで約40分
 - ・JR山陽本線・瀬戸駅より宇野バスで約20分
- 駐車場あり

[このページのトップへ](#)