

# TSUBOI塾

去年まで開催してきたアクブルワークショップをバージョンアップさせました。  
「塾」として、養成コースとは一味違う現場で培ってきたスキルやノウハウを  
各講師が全力でお伝えします。  
自分自身のために、同志と共にスキルを習得していきましょう。



3月10日(日)	坪井啓子	「軸トレ」と「軸アクア」
6月2日(日)	蟹江真二	魅力的なキャッチコピーに騙されるな! ～指導者に必要なサプリメントの正しい取り方～
	坪井啓子	水中運動と脂肪燃焼
9月8日(日)	中川秀樹	重力下でのコネクションの高め方 ～ナーブズストレングス～
	坪井啓子	軸アクアVol.2 四肢と胸椎
10月27日(日)	西口雄生	アクア指導者に必要な軸トレ ～パーソナルトレーナーの見解～
	坪井啓子	冬季のアクアトレーニング

- 時間 15:00～19:30(スタジオ&プール)
  - 受講料 一般価格 13,500円(税込)  
会員パスポート価格 10,800円(税込)
  - 定員 15名(定員になり次第受付を終了致します)
  - 持ち物 筆記用具、運動のできる服装、水着、スイミングキャップ(つばのあるキャップ不可)
  - 会場 上社スイミングスクール  
<http://ws.formzu.net/fgen/s55855879>
  - 申し込み先 ※申込み確認後、担当武田より連絡致します  
株式会社 明治  
有限会社 アクアブルーオヴティ
  - 協賛
  - 主催
- お問い合わせは aqua\_blue\_of\_ta@yahoo.co.jp 武田宛にご連絡下さい。



(TSUBOI塾申込みQRコード)