

2022年JBBFビギナー選手養成プログラムのご案内

～超初心者の為の座学&実技ワークショップ～

JBBF 競技に初めて出場予定、かつ2022.5.29『京都府オープン大会 MIYAKO FITNESS』に出場予定選手対象の全5回ワークショップ。京BBFがあなたの競技デビューをサポートします。(※エントリー予定のカテゴリーが初めてであれば参加可)

記

日時： Vol.1 = 2022年1月16日(日) 10:15~12:00
Vol.2 = 2022年2月13日(日) 10:15~12:00
Vol.3 = 2022年3月13日(日) 10:15~12:00
Vol.4 = 2022年4月17日(日) 10:15~12:00
Vol.5 = 2022年5月8日(日) 10:15~12:00
(10:00より受付開始、終了は予定時間)

場所： 京都府相楽郡精華町狛田1丁目5-11 JR下狛駅・近鉄狛田駅より徒歩3分
トレーニングジム D'gra (ディグラ) ※駐車場あり

主催： 京都府ボディビル・フィットネス連盟

内容： JBBFのアンチドーピングとは(JOC加盟団体)
JBBF競技に必要な準備とは(登録、講習会、コスチューム等)
JBBF競技ルールと競技進行について
基本的なポージングとクォーターターン、ステーキング全般
(座学内容は毎回違います。ポージング実技練習あり。体のラインがわかるウェアを持参ください)

座学講師： 京都府ボディビル・フィットネス連盟 太田美貴子

ポージング指導： 丹羽裕子 鎌田善弘 末松純一 太田美貴子 他

費用： ¥2000/1回 (※講習会当日現金にて)

定員： 約10名(先着申し込み順に受付、定員になり次第締め切り予定、できるだけ5回参加できる方)

申し込み方法： 京BBFサイトお申込みフォームにて受付(お申し込み開始日は後日公式サイトにて発表)

お問い合わせ： 京都府ボディビル・フィットネス連盟事務局

電話：075-645-8897(10時~18時)

担当： 太田美貴子 携帯：080-5323-6722

※ 参加申し込みは全国から受け付けております。(2022.5.29開催 京都府 OPEN 大会出場予定選手)

※ 講習会の内容についてはJBBFクラシックフィジーク・メンズフィジーク・ボディフィットネス・ビキニフィットネス・フィットモデルが対象となります。

以上