

スポーツクラブ等関係各位
高等学校御中

2012年 5月25日
(社) 日本ボディビル連盟
女子委員会
フィットネス委員会
ジュニア委員会
〔公印省略〕

オールジャパン ボディ・フィットネス選手権開催による
出場者募集および出場講習会開催のお知らせ

拝啓 時下ますますご清祥の段、お慶び申し上げます。

平素は当連盟の諸活動に対し、格別のご高配を賜り厚く御礼申し上げます。

昨今、日本あるいは世界では、競技人口の底辺層拡大のため、ボディビルとは別に「健康美大会」や「ボディフィットネス」という、スポーツで鍛えた女性らしい均整の取れた筋肉美を競うカテゴリの大会が行われています。喜ばしいことに、ボディビルとは異なる華やかさや美しさが人気を呼び年々出場者が増加方向にあります。ただ、身体を作るのにはある度の経験が必要で、若年層にとってはまだまだ敷居が高く、高齢化しているのが現状です。そこで、今年度からジュニアの部（21歳以下のクラス）の設定が決定しました。

若い選手が出場しやすい環境を整えることで、この競技に興味をもって頂きトレーニング人口の増加につなげて行きたいと考えております。

ジュニアの部初年度にあたり、一人でも多くの女子選手を発掘したく、選手向けに事前説明会も開催します。スポーツクラブの指導者や女子選手の方、また、出場の如何を問わず興味のある方のご来場をお待ち申し上げます。

記

◆ 大会 ◆

- 【大会名】 第6回オールジャパン ボディ・フィットネス選手権大会
- 【開催日】 2012年 8月12日（日）
- 【会場】 仙台市若林区文化センター

◆ 事前説明会 ◆

- 【開催日】 2012年6月30日（土）13:30～15:00
- 【会場】 仙台市若林区中央市民センター 第一会議室
- ★費用は無料です。内容は添付資料をご覧ください。
- ★申込先；(社) 日本ボディビル連盟事務局 (03-5820-4321)
- ★問い合わせ先；専門委員会 藤原 (090-7076-5264) 五十嵐 (090-3003-9175)

オールジャパン ボディ・フィットネス選手権

出場選手講習会実施内容

1. 主催者あいさつ
2. 本日のスケジュール説明
3. 大会当日の流れ
 - ・集合時間
 - ・受付方法
 - ・受付終了後の注意事項（食事・ウェア・貴重品管理など）
 - ・競技進行の流れ
 - ・表彰式の流れ
 - ・解散
 - ・禁止事項
4. 大会出場にあたっての注意事項
5. 入場のしかた（挨拶・歩き方・立ち姿など）
6. ポーズについて（リラックス・健康美の規定）
7. 個別練習
8. 髪型・メイク・コスチュームの着こなし
9. 質疑応答
10. 解散

所要時間：約90分

講師：(社)日本ボディビル連盟 専門委員会