

# 2025年 アクアブルー・オヴティ 年間スケジュール

【塾・セミナー・ワークショップ・スペシャルレッスン】講座専用申込みフォームよりお申し込みください。

## TSUBOI塾 (年6回開催) 対面受講or動画購入 各講座定員：15名

講義+一般参加者と共にリアルレッスンに参加型の講座 ★録画データ付き

【愛知県】会場:上社スイミングスクール

■3月9日(日) 10:30~13:30 (スタジオ/プール) 講師 坪井啓子

■8月3日(日) 10:30~13:30 (スタジオ/プール) 講師 坪井啓子

【長野県】会場:スポーツシティ千曲 詳細が決まり次第お知らせ致します

■6月7日(土) 時間未定 (スタジオ/プール) 講師 坪井啓子

■12月6日(土) 時間未定 (スタジオ/プール) 講師 坪井啓子

【福岡県】会場:JSSちくご 詳細が決まり次第お知らせ致します

■5月18日(日) 時間未定 (スタジオ/プール) 講師 坪井啓子

■9月28日(日) 時間未定 (スタジオ/プール) 講師 坪井啓子

各参加費：18,500円 (ゼミナル会員14,800円) 税込 会場：上社スイミングスクール

## ブルーセミナー (年2回開催) 対面受講or動画購入 各講座定員：15名

講義+一般参加者と共にリアルレッスンに参加型の講座 ★録画データ付き

■第34回 4月13日(日) 11:00~13:30 (スタジオ/プール) 講師 石塚由美・角野玲奈

参加費：7,000円 (ゼミナル会員5,600円) 税込 会場：上社スイミングスクール

■第35回 11月9日(日) 11:00~13:30 (スタジオ/プール) 講師 未定

参加費：7,000円 (ゼミナル会員5,600円) 税込 会場：上社スイミングスクール

## カラダワークショップ (年3回開催) 対面受講 各講座定員：15名

スタジオで自身のカラダと向き合う講座

■3月9日(日) 14:00~16:00 講師 中川秀樹

■8月3日(日) 14:00~16:00 講師 山下駿

■11月9日(日) 14:00~16:00 講師 久保田喬子

各参加費：16,500円 (ゼミナル会員13,200円) 税込 会場：上社スイミングスクール

## マーチ&ストレッチスペシャル体験レッスン (年1回開催) 対面受講 レッスン定員：15名

日頃、受けられないプログラムの体験レッスン

■4月13日(日) 13:45~14:30 (プール) 講師 石塚由美

参加費：1,540円 (ゼミナル会員1,040円) 税込 会場：上社スイミングスクール

【養成・アップデート】養成専用申込みフォームよりお申し込みください。

## アクアエクササイズ ベーシック養成コース (8days) 対面受講 講座定員：4名

水中運動の世界 アクアダンスと筋肉トレーニングの基礎を学びます

★アクブルオリジナルの「ウォーミングアップ」動画と「筋トレ10」動画付き

■4月6日.20日/5月11日.18日/6月1日.15日/7月6日.13日 (全日曜日)

10:00~14:30 (スタジオ/プール) 講師 久保田喬子

参加費：192,500円 (ゼミナル会員154,000円) 税込 会場：上社スイミングスクール

## 軸アクア養成コース (3days) 対面受講

講座定員：4名

TSUBOI考案オリジナルプログラム ★録画データ付き ※次回からはアップデートに参加いただけます。

水中は様々な動作軸を調整するトレーニングにふさわしい環境であることを再確認できるコースです。

■5月11日・6月15日・7月13日 (全日曜日) 10:00~14:30 (スタジオ/プール) 講師 坪井啓子

参加費：77,000円 (ゼミナル会員61,600円) 税込 会場：上社スイミングスクール

## 軸アクア認定者アップデート (1day) 対面受講

講座定員：4名

認定者のみ受講可能 ★録画データ付き

■10月5日(日) 10:00~14:30 (スタジオ/プール) 講師 坪井啓子

参加費：23,000円 (ゼミナル会員18,400円) 会場：上社スイミングスクール

## マーチ&ストレッチ養成コース (1day) 対面受講

講座定員：4名

石塚由美考案オリジナルプログラム ★録画データ付き ※次回からはアップデートに参加いただけます。

マーチとストレッチを組み合わせる全身の筋肉を満遍なく動かす30分プログラムです。

■6月1日(日) 10:00~14:30 (スタジオ/プール) 講師 石塚由美

参加費：27,000円 (ゼミナル会員21,600円) 税込 会場：上社スイミングスクール

## マーチ&ストレッチ認定者アップデート (1day) 対面受講

講座定員：4名

認定者のみ受講可能 ★動画付き

■9月7日(日) 10:00~14:30 (スタジオ/プール) 講師 石塚由美

参加費：18,500円 (ゼミナル会員14,800円) 会場：上社スイミングスクール

※都合により、中止または日程変更、受講方法が変更する場合がございますので、ご了承下さい。  
各種詳細やお申込み開始は、順次HPまたはSNSでお知らせいたします。



アクブル公式LINE登録で  
講座の申込み開始情報が  
届きます。



各種講座専用  
申込みQRコード



養成・アップデート専用  
申込みQRコード



アクブルゼミナル会員  
申込みQRコード

## 名古屋アクブルゼミナル会員2025年登録！

年間パスポート 3,300円(税込)

指導者の皆様と共に学び、前へ進んでいきたいと思っています。時代が変わるように、私たちも変化を楽しみましょう。

【ゼミナル会員特典】 ※入会日から2025年12月末まで有効

①2025年全講座/養成 **受講料が毎回20%OFF** (一部除外あり)

②**定期動画配信サービス** (年6回) アクアエクササイズ関連動画

※動画視聴期限は配信月から2026年2月末まで視聴可能

③レギュラーレッスンまたは無料イベントに限り**年2回参加無料**

※株式会社ケーアンドイー (上社スイミングスクール・スポーツシティあいち・スポーツシティ旭)  
の弊社スタッフが担当するものに限りご利用いただけます。



## その他の講座やイベント情報

他社様主催でのご依頼を受けている講座やイベントは情報公開された後、お知らせ致します。