

2025 JBBF ポーシング講習・実践セミナーのご案内

～正しい規定ポーズの学びと試合形式での実践ステージ演習～

日時 2025年3月30日(日) 12:30 受付
① 13:00～16:45 ポーシング講習・実践ステージ演習
② 17:00～18:20 記念撮影・交流会

場所 京都テルサ東館 2F セミナー室

お申込フォーム↓

主催 京都府ボディビル・フィットネス連盟

参加料 ①のみ¥4,000 ①+② ¥5,000 ※②のみの参加不可

対象 JBBF 全カテゴリー競技者(大会参加予定者) ※全国から参加可能

募集人数 総数 約80名

内容 ●正しい規定ポーズとありがちなエラーの検証
●ステージを想定した実践練習/IFBB 国際審査員によるポーズ添削付き(希望者向け)
●ポーズモデル選手との記念撮影・交流会(約80分)

講師 関西ボディビル・フィットネス連盟会長 中尾尚志 IFBB 国際審査員

ポーズモデル ボディビル/嶋田慶太選手 女子フィジーク/阪森香理選手 クラシックフィジーク/田村龍行選手
ボディフィットネス/板谷成美選手 メンズフィジーク/伊吹主税選手 ビキニフィットネス/安井友梨
選手 フィットモデル/本田有希子選手 他

持参物 ※可能な限り、ご自身のカテゴリーの競技コスチュームをご持参ください。又は体のラインがわかるウェア
でご参加ください。(フィットモデルの方はドレスもしくは巻きスカートをご準備ください。男性の方は下
着での参加はご遠慮ください) パンプアップ練習用チューブ、飲料水などもご準備ください。
※交流タイム参加希望の方で食事制限中の方はご自身用の軽食をご持参ください。

申込方法 QRコード、もしくは京都府連盟ホームページ掲載のお申し込みフォームからお申し込み下さい。
送信完了後、ご登録のアドレスにお申し込み内容のコピーが送信されます。(こちらから、受付完了
のメールは送信いたしませんのでご了承下さい) お申込み後 3日以内に下記口座に参加料をお
振込み下さい。他のお申込みと区別する為にお名前の後ろに 330 という数字を入力して下さい。
お申込み名とお振込名義は同じにして下さい。
※当日の集金は行いません。お振込みをもってお申し込みの完了と致します。

振込先 京都銀行 七条支店 京都府ボディビル・フィットネス連盟 会計鎌田善弘 口座番号：普通 3732618

締切 2025年3月21日(金)

問合せ先 TrainingGym D'gra (ディグラ) 内 京都府ボディビル・フィットネス連盟事務局
0774-26-8856 10:00～22:00 日曜定休 ☒ kyotobodybuildingfitness@yahoo.co.jp