

＜東京ボディビル・フィットネス連盟主催

競技ルール・ポージング講習会&メイク講習会＞

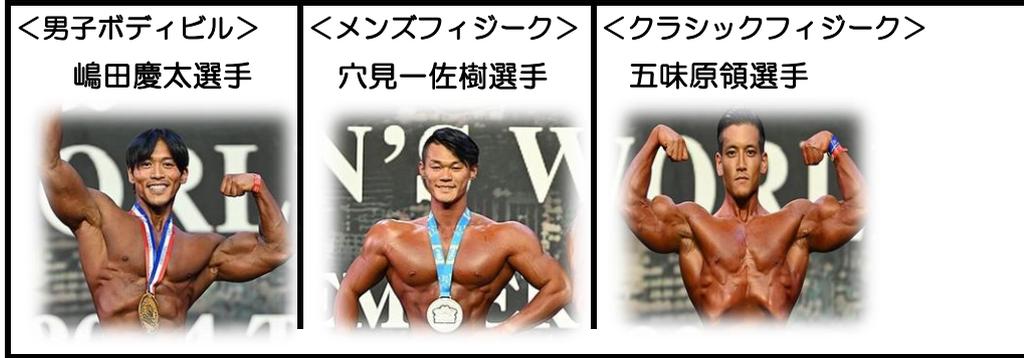
競技初心者から経験者まで、東京連盟所属トップ選手によるポージングを交えながらの講習会です。最新のルールを確認しましょう。また、東京ノービスで行われる「女子ビギナー / ビギナース フィットネス」の説明・ポージング練習も併せて行います。

【日にち】2025年4月6日（日）

*スケジュール

1部 *9:30~11:30 <男子カテゴリー>

受付開始*9:00~ 定員:200名



2部 *11:45~14:00 <女子カテゴリー>

受付開始11:15~ 定員:200名



3部 *14:15~16:00 ステージ映えメイク講習会

受付開始13:45~ 定員:200名

メイクアップ講師: Haruna

- 👄 フィットネス専門メイク
- 👄 ロシアステージメイク

【会場】北とぴあペガサスホール

【参加費】1部:3,000円 2部:3,000円 3部:無料 1部+2部:6000円



会場内では、コスチューム・公認サンダルブース出展・相談会実施

*出展業者:ダイアナ株式会社・リーナース・フィットビート・ボヘミカ等

【申込み方法】 参加費を下記の口座にお振込みの上、下記申し込みフォームよりお申込みください。

三菱UFJ銀行小岩支店(普) 口座番号:0036160東京ボディビル・フィットネス連盟 辻本俊子

【問い合わせ】 メールアドレスinfo@akabane-tc.net 東京ボディビル・フィットネス連盟事務局

*参加者名簿を東京連盟ホームページに随時アップいたします。

申し込み確認の事務局へのお問い合わせはご遠慮ください

*申込締め切り 2025年3月31日(月)