

## GPS올림픽대회 바디케어운동 종목 경기과제

|      |       |     |      |        |       |
|------|-------|-----|------|--------|-------|
| 직종명  | 생활스포츠 | 과제명 | 에어로빅 | 과제번호   | 10-10 |
| 경기시간 | 5분 이내 | 비번호 |      | 심사위원확인 | (인)   |

### 1. 요구사항

※ 에어로빅 경기 요구사항을 충실히 이행하여 정해진 시간 내 모든 작업을 마쳐야 한다.

- 1) 경기대상: 개인전 (1인) 또는 2인조(페어) / 팀전
- 2) 경기음원(USB 또는 지정 양식 파일)을 사전에 제출 및 점검 한다.
- 3) 바닥의 재질은 선수가 부상을 입지 않도록 하는 재질이어야 한다.
- 4) 선수들의 체온보호를 고려하여 적당한 실내 온도와 환기를 유지할 수 있어야 한다.
- 5) 심사평가를 위한 체점용지와 필기도구 검정색과 빨간색 볼펜 또는 사인펜, 그리고 책받침 등을 준비한다.
- 6) 선수의 신원을 확인할 수 있게 이름과 번호표를 좌측가슴에 부착할 수 있도록 한다.
- 7) 심사는 참가선수 5명당 1명의 심사위원을 배정하며, 참가자의 여건에 따라 최대 100명까지 동일 시간에 진행할 수 있도록 한다.  
참가당일 심사위원장과 대회장의 협의에 따라 참가인원과 심사위원은 변동될 수 있다.
- 8) 참가에 따른 제반규정은 참가 전 최소 20일전에 홍보 하여야 한다.
- 9) 참가선수가 규정을 준수하지 않을 경우 즉각 퇴장조치 할 수 있다.
- 10) 입상자의 시상은 당일 진행하며 상장, 메달, 부상 등을 수여 할 수 있다.
- 11) 대회 시작 전까지 입장하지 않은 선수는 자동 실격 처리되고 참가비 등은 반환되지 않는다.

### 2. 경기자 유의사항

- 1) 선수는 대회 주관 및 주최 측의 윤리규정과 참가규정을 준수하여야 한다.
- 2) 선수는 좌측가슴에 번호표를 부착 하여야 한다.
- 3) 선수 개인 매트와 소도구(자유동작 등)는 각자 준비하여야 한다.
- 4) 선수 복장은 에어로빅 운동복의 색상과 디자인은 자유이나 너무 노출되지 않도록 한다.
- 5) 시범동작에 제한을 주지 않는 범위 내에서 개인 악세사리 등도 허용한다.
- 6) 시합 시작 전 퍼포먼스(Master Reader)는 선수 전원 참가 하여야 한다.
- 7) 불참 시 시합은 자동 실격 처리되고 참가비 등은 반환되지 않는다.

## GPS올림픽대회 바디케어운동 종목 준비물

| 경기자 지참공구 목록 |                   |    | 과제명 |    | 바디케어운동                                      |  |
|-------------|-------------------|----|-----|----|---------------------------------------------|--|
| 일련<br>번호    | 지참공구명             | 규격 | 단위  | 수량 | 비고                                          |  |
| 1           | 밀착형 피트니스웨어        |    |     |    | 에어로빅 수트, 탑,<br>레깅스 또는<br>스포츠웨어              |  |
| 2           | 실내용 피트니스 운동화      |    |     |    |                                             |  |
| 3           | 개인 피트니스 매트        |    |     |    |                                             |  |
| 4           | 헤어 & 메이크업 용품      |    |     |    | 헤어 핀, 머리끈,<br>스프레이, 메이크업<br>제품              |  |
| 5           | 바디케어 소도구          |    |     |    | 폼롤러, 튜빙/루프<br>밴드, 소형 덤벨(아령),<br>짐볼, 릴리즈 볼 등 |  |
| 6           | 기타 필요한 도구 및 재료 일절 |    |     |    |                                             |  |