

GPS올림픽대회 ECT다이어트 종목 경기과제

직종명	에너지테라피	과제명	ECT다이어트	과제번호	8-1
경기시간	40분	비번호		심사위원확인	(인)

1. 요구사항

※ 요구사항의 조건들을 충실히 이행하며 작업하되 정해진 시간 내 모든 작업을 마쳐야 한다.

- 1) 모델의 관리 대상 범위는 전신관리(등 및 팔 관리,복부, 다리 중 택일) 부위이다.
- 2) 모델은 상호교대로 한다.
- 3) ECT다이어트 경기종목은 기본적인 내용 (다이어트 전반에 관한 내용과 인체, 골격, 근육, 신경, 림프, 체지방)의 숙지상태, 에너지테라피기를 이용한 다이어트 메뉴얼 테크닉과 기본 동작을 고루 적용 실시 하여야 하며, 기본적인 내용 (테크닉, 숙련도, 속도, 강약, 자세 등) 외에 케어 등이 고려 되어야 한다.
- 4) 다이어트관리를 위한 ECT다이어트 전문 제품을 이용한다.
- 5)경기진행순서는
 - ①선수는 ECT다이어트에 대하여 정확하게 숙지 하고 ECT다이어트 도구를 이용하여 순서대로 케어 한다.
 - ②선수는 ECT다이어트의 기본인 림프의 흐름과 운동점에 대하여 정확하게 숙지하고 ECT다이어트 도구를 이용하여 순서대로 케어하여 림프의 흐름을 원활히 하여 근육을 이완 운동 시키며 셀룰라이트 및 체지방을 감소시킨다.
 - ③선택종목에 해당하는 관리부위를 택하여 케어하고 충실히 마무리 한다.
- 6) 전체 시간에 적합하도록 각 부분의 작업시간을 조절하여 충실한 작업이 되도록 한다.

2. 경기자 유의사항

- 1) 심사장에 의한 작업지시가 있을시 이에 따른다.
- 2) ECT다이어트 경기의 각 동작에 대한 제한은 없으나, 최소 약정된 관리 시간을 유지하여야 한다.
- 3) 각 과제별 테크닉에 지시사항을 위반 했을 경우 감점 될 수 있다.
(전 과제공통사항)

GPS올림픽대회 ECT다이어트 종목 준비물

경기자 지참공구 목록		과제명		ECT다이어트	
일련 번호	지참공구명	규격	단위	수량	비고
1	실내화		개	1	앞뒤 막힌 흰색
2	복장	선수용			흰색 티 & 흰 바지
3	소독제		개	각1	손소독제 & 은나노수
4	쿠션베개		개	1	
5	대 타올		개	1	흰색
6	중 타올		개	2	흰색
7	소 타올		개	2	흰색
8	반바지 & 반팔 티	모델용	개	1	곤색 & 검정(고무줄)바지
					흰색 반팔 티
9	케어 오일 및 크림		개	자유	에너지크림, 에너지오일
10	ECT다이어트 전문 SET		개	1	ex)힐링센, 테라, 루나
11	비닐봉지(지퍼백)	1회용봉지	개	1	
12	필기도구(볼펜)		개	1	검정색
13	클렌징티슈&물티슈		개	각1	
14	쟁반		개	1	개인기량 준비