

湘南シャイズヨガスタジオ

## ヨガを学ぶ& ヨガ指導員養成コース生徒募集

今年からパワーアップした講座内容です。ヨガを深く学びたい方はまずは基礎科でご受講をおすすめします。インストラクターを目指す方は基礎科+インストラクター専科のコースにご参加ください。また、すでに他の学校でインストラクターの資格を取得されている方ももっと深く学びたいという方はインストラクター専科からご参加いただけます。

### 基礎科 < ヨガを学ぶ講座 >

ヨガの歴史・ヨガ的食事法・基本ポーズ・内臓強化法・呼吸法・瞑想法・解剖学・ラジャヨガ（心のヨガ）  
ヨガインストラクターを目指す方だけでなく、ヨガをもっと学びたい！という方もご参加いただけます。  
ヨガから学ぶ生き方、身体のこと、ヨガのポーズのことを勉強します。

講師：小原節子

受講日（土曜日 14:00~18:00） 8日間コース 全 32 時間

9月1日、8日、29日（土）

10月13日、20日、27日（土）

11月10日、17日（土）

※日程は変更する可能性もあります



学費 基礎科 < ヨガを学ぶ > 128,000 円（税込）※テキスト代別途 2,625 円

### 専科 < インストラクター養成講座 >

アジャストメントの仕方、レッスンプログラムの組み立て方、身体の硬い人のための補助具の使い方、指導のためのボイストレーニング、ティーチング、インストラクターとしての心得と今後の活動のために必要な知識を学びます。

当スタジオの基礎科を卒業された方以外、他の機関にてヨガインストラクター養成講座を既に卒業された方もご参加いただけます。指導のバリエーションやオーディションに受かる秘訣、ポーズについてのわからないこと、不安がある方にもおすすめです。

受講日 7日間コース 全 26 時間

11月24日（土）14:00-18:00 アジャストメント 小原

11月25日（日）14:00-18:00 レッスンプログラムの組み立て方①久保

12月1日（土）14:00-17:00 レッスンプログラムの組み立て方②久保

12月2日（日）14:30-18:30 身体の硬い方向けの補助具の使い方①直子

12月8日（土）14:00-18:00 ティーチング方法、ボイストレーニング

12月9日（日）14:00-17:00 身体の硬い方向けの補助具の使い方②直子

12月15日（土）14:00-18:00 インストラクターとしての心得と今後の活動の仕方。デモレッスン

※日程は変更する可能性もあります

※専科コースは期間中に行われる全ての試験に合格した場合と7割以上の出席者に修了証を授与します。  
不合格の場合は補講と再テスト（有料）となります。

講師：小原節子

林直子

久保明見

Chinami(ボイトレ)



学費

専科 < インストラクター養成 >

104,000 円（税込）

#### 基礎科&専科特典

基礎科、専科ともに、コースの期間中全スタジオのレッスンを1日1レッスンまで無料で受講できます（特別レッスンやWSを除く）。

専科卒業生は卒業後、優先的にスタジオオーディションに参加できます。スタジオで開催されるWSや特別講座等の割引特典があります。

場所 湘南シャイズヨガスタジオ名駅校 名古屋市中村区竹橋町5-9みのやビル2F

お振込先 三菱東京UFJ銀行 上前津支店 普通 1619344 名義人 小原節子

申し込み 電話またはメールまたはスタジオにて直接お申し込みください

電話 052-253-5515 メール info@shounan-shyz.com

申し込み締め切り 基礎科 2018年8月25日まで 専科 2018年11月17日まで

主宰 湘南シャイズヨガスタジオ HP → <http://shounan-shyz.com> TEL 052-253-5515 メール [info@shounan-shyz.com](mailto:info@shounan-shyz.com)