



湘南シャイズヨガスタジオ名駅校 ママ＆ベビーヨガ、産後ヨガ指導員養成講座



ママ＆ベビーヨガ、産後ヨガ指導員養成講座は、子育てを共に楽しみ、喜び、ベビーとの生活に奮闘するママたちをサポートすることができる指導者を目的とし、母と子のかけがえのない時間をより豊かにできるように努めます。ベビーヨガは子どもの月齢に合わせた無理のないポーズで、楽しい親子のふれあいをメインとしたクラスでヨガが初心者の方でも気軽に参加できます。たくさんふれあうことで、ベビーの心、身体、脳の発達にとってもいいと言われています。そしてベビーとの生活だけではなく、出産後の女性のココロとカラダの変化についても学び、ママたちに寄り添い、ママのココロとカラダを楽にしていける指導員を目指していきます。そしてより多くのママたちが笑顔で過ごすことのできる、ママたちそれぞれが自信を持って「自分らしい育児」を楽しめる環境を共に広めていきましょう！ママの笑顔は家族の元気♡

カリキュラム

- | | | |
|-----------------|--------------------|--------------|
| ・産後に大切なこと | ・ベビーヨガ目的と効果 | ・バーストラウマについて |
| ・産後の体について | ・ベビーヨガ環境と注意点 | ・揺さぶらこ症候群 |
| ・産後の女性をサポートするヨガ | ・乳幼児の発達心理 | ・乳幼児応急処置 |
| ・母乳育児について | ・赤ちゃんの月齢に合わせたベビーヨガ | ・クラスの作り方と進め方 |
| ・呼吸法と瞑想法 | ・ふれあいマッサージ | ・プロとして |

* 講師メッセージ *

久米香織です！

名古屋から南知多の古民家に家族で移住し、自然豊かな環境で半自給自足生活をはじめ、のんびり子育てをしながら自宅やビーチ、保育園や地域子育てサロンでヨガを教えています。湘南シャイズヨガではママ＆ベビーヨガ、マタニティヨガ、一般のクラスを担当。

ヨガはもちろん、赤ちゃんが大大大好きでママ＆ベビーヨガのお仕事ができることに幸せを感じています。赤ちゃんが大好きで関連するお仕事がしたい方、出産育児経験を活かして、教室やサロンを開業したい方、助産師、看護師、保育士などの専門職の方のスキルアップに最適な資格です。ママたちをサポートできる指導者が増えることを願っています。

* 2019年度日程 *

(全20時間+テスト、懇談会)

- 1月7日(月) 13:00~15:30
21日(月) 13:00~15:30
28日(月) 13:00~15:30
2月4日(月) 13:00~15:30
18日(月) 13:00~15:30
25日(月) 13:00~15:30
3月4日(月) 13:00~15:30
9日(土) 13:00~テスト、懇親会

* 費用 *

通常 63,000円

早割 58,000円

(12月7日までのお申し込み)

テキスト代を含みます。

* 受講対象者 *

全ての方。

ベビー連れご参加OK。



* お申し込み方法 *

電話 052-253-5515

メールにて

宛先 info@shounan-shyz.com

件名 ママ＆ベビーヨガ、産後ヨガ指導員養成講座

本文 ①お名前

②生年月日

③お電話番号

④メールアドレス(できるだけパソコンアドレスで)

* お振込み先 *

三菱東京UFJ銀行 上前津支店

普通 1619344 名義人 オハラセツコ