

湘南シャイズヨガスタジオ 2024年新春

## ヨガ指導員養成コース生徒募集

ヨガを学びたい方、ヨガを多くの人に伝えていきたい方が本気で学ぶ場です。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。

ヨガは全ての人に必要だと思います。赤ちゃん～子供～若者～中高年～シニアの方々まで。その基礎となるヨガ講座です。身体が硬くても関係ありません。身体が硬い講師は身体が硬い生徒の気持ちがわかる講師になれます。若さなんて関係ありません。若くない講師は若くない生徒の気持ちがわかる講師になれます。それぞれの個性に合ったヨガの講師を目指しましょう。

養成講座担当講師プロフィール  
湘南シャイズヨガスタジオ代表  
ヨガ指導歴 19年

松下ヨガ学院（現スマイルヨガ）にてヨガを学び、一生の仕事にする！と心に強く思い、ひたすら走り続けてきました。80歳まで現役ヨガ講師として輝く人生を送るつもりです。ヨガは心と身体の平和活動と思っています。ヨガなくして人生を最高のものにはできない。みんなに伝えたい！そんな仲間を作っていきたいです。



講師：小原節子

<インストラクター養成講座> 受講日 12日間コース 全48時間  
ヨガの歴史、ヨガ哲学、ヨガの基本ポーズ、内臓強化法、骨盤修正法、補助の仕方、解剖学、呼吸法レッスン、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、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。

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。

日程と開催場所 2024年日曜日コース

- |                            |                            |
|----------------------------|----------------------------|
| ① 1月 7日(日)13:00-17:00 上前津校 | ⑦ 3月10日(日)13:00-17:00 上前津校 |
| ② 1月21日(日)13:00-17:00 上前津校 | ⑧ 3月17日(日)13:00-17:00 上前津校 |
| ③ 2月 4日(日)13:00-17:00 上前津校 | ⑨ 3月31日(日)13:00-17:00 上前津校 |
| ④ 2月11日(日)13:00-17:00 上前津校 | ⑩ 4月 7日(日)13:00-17:00 上前津校 |
| ⑤ 2月18日(日)13:00-17:00 上前津校 | ⑪ 4月14日(日)13:00-17:00 上前津校 |
| ⑥ 3月 3日(日)13:00-17:00 上前津校 | ⑫ 4月21日(日)13:00-17:00 上前津校 |

### 学費

12月6日までのお支払い 早割り 195,000円(税込) + テキスト代別途  
12月7日～1月6日 216,000円(税込) + テキスト代別途

※最低遂行人数2名

**特典**  
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)。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 上前津校 名古屋市中区上前津 1-12-28 1F  
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

**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)

**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](mailto:info@shounan-shyz.com)  
申し込み締め切り 早割 2023年12月6日まで 最終締切 2024年1月6日まで

**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