

グラヴィティヨガ インストラクターコース<土日開催>

大阪 15 期 2017 年 秋

	日付		カリキュラム内容 時間	クラス受講実習
大阪	10/21	土	10:00~18:00	18:15~90分
			概論/調気法(呼吸法)/グラヴィティヨガ実技①~④⑨	グラヴィティヨガ①
	10/22	日	9:30~17:30	17:45~90分
			グラヴィティヨガアサナ実技⑤~⑬ 他	グラヴィティヨガ②
大阪	11/18	土	10:00~18:00	18:15~90分
			解剖学講習(歪みのメカニズム 他)	グラヴィティヨガ③
	11/19	日	9:30~17:30	17:45~90分
			解剖学講習(アジャストメント 他)	グラヴィティヨガ④
大阪	12/16	土	10:00~18:00	18:15~90分
			グラヴィティヨガ実技⑯~⑳㉔㉕シャバーサナ誘導/プログラムの組立	グラヴィティヨガ⑤
	12/17	日	9:30~16:30	
			プレゼンテーション(発声・滑舌の基礎)/心理学	
	2/18	日	10:00~13:00	
			プレゼンテーション(話し方・プロフィール撮影他)	
大阪	3/10	土	10:00~17:00	17:15~90分
			筆記試験/模擬クラス(レッスン発表会)&フィードバック	総復習
	3/11	日	10:00~17:00/17:30~	—
			実技試験/修了式・説明会(懇親会)	—
			ティーチングシュミレーション(スタジオリンタル希望の方は要予約)	5H以上

1. アーサナ(ポーズや動き)に慣れる為に、講習がはじまる迄にクラスを受講されるか、遠方の方はレッスンDVDや動画サポートで流れを把握されることで講習の理解度が深まります。
2. 講習内容や時間は、場合により変更がある旨ご了承ください。
3. 講習後、5レッスン受講して下さい。グラヴィティヨガ①~⑤
4. 最終日に懇親会を予定しています。ぜひご参加下さい
5. 人数により解剖学講習の日程が変更される場合があります。
6. 最少募集人数に満たない場合はスケジュールが変更になる場合がありますのでご了承ください。
7. ※総合コースに含まれるヨーガ哲学、ハタヨガ、下肢の解剖、講習後のレッスンなど個別受講も可能です。