

■大阪 22期 ヨガインストラクター総合コース 日程表

通学講習 ※教室で実際に受講				出欠確認
/(土)		15:00~15:40	オリエンテーション【Zoom】	
GY	6/3 (土)	〔 10:00~、12:30~ レッスン受講 〕	15:00~18:00	
	グラヴィティヨガアサナ実技・解剖学			
	6/4 (日)	10:00~13:00	14:00~18:00	
	グラヴィティヨガアサナ実技・解剖学	グラヴィティヨガアサナ実技・解剖学		
	6/24 (土)	〔 10:00~、12:30~ レッスン受講 〕	15:00~18:00	
	グラヴィティヨガアサナ実技・解剖学			
6/25 (日)	10:00~13:00	14:00~18:00		
グラヴィティヨガアサナ実技・解剖学	グラヴィティヨガアサナ実技・解剖学			
ハタ	7/8 (土)	〔 10:00~、12:30~ レッスン受講 〕	15:00~18:00	
	グラヴィティヨガアサナ実技・解剖学			
	7/9 (日)	10:00~13:00	14:00~18:00	
グラヴィティヨガアサナ実技・解剖学	グラヴィティヨガアサナ実技・解剖学			
ハタ	7/15 (土)	〔 10:00~、12:30~ レッスン受講 〕	15:00~18:00	
	●ハタヨガ実技・解剖学			
	7/16 (日)	10:00~13:00	14:00~18:00	
●ハタヨガ実技・解剖学	●ハタヨガ実技・解剖学			
7/17 (月祝)	10:00~13:00~	15:00~18:00		
●ハタヨガ実技・解剖学	●ハタヨガ実技・解剖学			
	8/5 (土)	〔 10:00~、12:30~ レッスン受講 〕	15:00~18:00	
	哲学・プレゼン・調気法(呼吸法2)・瞑想			
	8/6 (日)	10:00~13:00	14:00~18:00	
	哲学・プレゼン・調気法(呼吸法2)・瞑想	哲学・プレゼン・調気法(呼吸法2)・瞑想		
8/26 (土)	〔 10:00~、12:30~ レッスン受講 〕	15:00~18:00		
模擬レッスン				
8/27 (日)	10:00~13:00	14:00~18:00		
筆記試験	実技試験			

在宅講習 (eラーニング)		
※ビデオ動画で好きな時間に受講		
グラヴィティヨガ 実技①-1、②-1・2・3、③-1・2	約3時間17分	
グラヴィティヨガ アナトミー④-1・2・3・4・5	約3時間38分	
グラヴィティヨガ 実技③-3、プレゼンテーション⑥	約32分	
ハタヨガ 実技⑤-1・2	約1時間	
ハタヨガ アナトミー⑦	約40分	
ハタヨガ 実技⑤-3・4	約30分	

- 土曜日の午前中、またはお昼のレッスン（オンラインも可）にご参加いただけます。
- ご希望の方は土曜日午後に補講を設定致します。
- 最終日に懇親会を予定しております。
- 講習内容や時間、また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。 2023/発行