

2018年／第13期 inStyle全米ヨガアライアンス認定RYT200インストラクター養成講座

土曜日コース

豊洲スタジオ／13:30-17:30

2017年・12期	3C	
2017年8月26日	呼吸法Ⅰ	13:30-17:30
2017年9月2日	瞑想Ⅰ	13:30-17:30
2017年9月9日	呼吸法Ⅱ	13:30-17:30
2017年9月23日	浄化法	13:30-17:30
2017年9月30日	マントラ	13:30-17:30
2017年10月14日	ヨガ哲学Ⅰ	13:30-17:30
2017年10月21日	アーユルヴェーダⅠ	13:30-17:30
2017年10月28日	ヨガ料理	13:30-17:30
2017年11月11日	瞑想Ⅱ & ヨガ哲学Ⅱ (前半)	13:30-17:30
2017年11月18日	瞑想Ⅱ & ヨガ哲学Ⅱ (後半)	13:30-17:30
2017年12月2日	アーユルヴェーダⅡ	13:30-17:30
2017年12月9日	指導演習A	17:30-21:30
2017年12月16日	指導演習B	17:30-21:30

2018年・13期	4A	
2018年1月13日	アサナ (A-1)	13:15-17:15
2018年1月20日	アサナ (A-2)	13:15-17:15
2018年1月27日	ヨガと筋脈 (A)	13:15-17:15
2018年2月3日	アサナ (A-3)	13:15-17:15
2018年2月17日	ヨガと筋脈 (B)	13:15-17:15
2018年2月24日	バンダ	13:15-17:15
2018年3月3日	アサナ (A-4)	13:15-17:15
2018年3月10日	アサナ (A-5)	13:15-17:15
2018年3月17日	アサナ (A-6)	13:15-17:15
2018年3月24日	アサナ (A-7)	13:15-17:15
2018年3月31日	アサナ (A-8)	13:15-17:15
2018年4月7日	アサナ (A-9)	13:15-17:15
2018年4月14日	アサナ (A-10)	13:15-17:15

※初めての方の初日は、システムの説明や手続きをさせていただきますので30分早くお越しください。

※リトライ受講制度：理解できなかった講義は1ブロック2講義まで再度受講いただけます。

※振替制度：都合によりお休みされた場合は、今期と翌期の期間中でしたら、講義の振替を可能としています。気軽に相談ください

日曜日コース

千葉スタジオ／16:30-20:30

2017年・12期	3A	
2017年8月27日	アサナ (A-1)	16:30-20:30
2017年9月3日	アサナ (A-2)	16:30-20:30
2017年9月10日	アサナ (A-3)	16:30-20:30
2017年9月24日	アサナ (A-4)	16:30-20:30
2017年10月1日	アサナ (A-5)	16:30-20:30
2017年10月15日	バンダ	16:30-20:30
2017年10月22日	アサナ (A-6)	16:30-20:30
2017年10月29日	アサナ (A-7)	16:30-20:30
2017年11月12日	アサナ (A-8)	16:30-20:30
2017年11月19日	アサナ (A-9)	16:30-20:30
2017年12月3日	ヨガと筋脈 (A)	16:30-20:30
2017年12月10日	ヨガと筋脈 (B)	16:30-20:30
2017年12月17日	アサナ (A-10)	16:30-20:30

2018年・13期	4B	
2018年1月14日	イントロダクション・説明 (B-1)	16:30-20:30
2018年1月21日	アサナ (B-2)	16:30-20:30
2018年1月28日	アサナ (B-3)	16:30-20:30
2018年2月4日	アサナ (B-4)	16:30-20:30
2018年2月18日	アサナ (B-5)	16:30-20:30
2018年2月25日	ヨガとリラクゼーション	16:30-20:30
2018年3月4日	流派：リストラティブ/イシュタヨガ	16:30-20:30
2018年3月11日	アサナ (B-6)	16:30-20:30
2018年3月18日	ヨガと筋脈	16:30-20:30
2018年3月25日	アサナ (B-7)	16:30-20:30
2018年4月1日	アサナ (B-8)	16:30-20:30
2018年4月8日	アサナ (B-9)	16:30-20:30
2018年4月15日	アサナ (B-10)	16:30-20:30

5C

2018年4月22日	呼吸法	16:30-20:30
2018年5月13日	瞑想	16:30-20:30
2018年5月20日	浄化法	16:30-20:30
2018年5月27日	アーユルヴェーダⅠ	16:30-20:30
2018年6月3日	アーユルヴェーダⅡ+ヨガ料理	16:30-20:30
2018年6月10日	ヨガ哲学Ⅰ	16:30-20:30
2018年6月17日	ヨガ哲学Ⅱ	16:30-20:30
2018年6月24日	ヨガ哲学Ⅲ	16:30-20:30
2018年7月1日	ヨガ哲学Ⅳ	16:30-20:30
2018年7月8日	バンダ&チャクラ	16:30-20:30
2018年7月22日	シンキングボール/マントラ	16:30-20:30
2018年7月29日	ヨガと怪我	16:30-20:30
2018年8月5日	指導演習	16:30-20:30

6A

2018年8月19日	イントロダクション・説明 (A-1)	16:30-20:30
2018年8月26日	解剖学Ⅰ	16:30-20:30
2018年9月2日	解剖学Ⅱ	16:30-20:30
2018年9月30日	アサナ (A-2)	16:30-20:30
2018年10月14日	アサナ (A-3)	16:30-20:30
2018年10月21日	アサナ (A-4)	16:30-20:30
2018年10月28日	アサナ (A-5)	16:30-20:30
2018年11月11日	流派 (アシュタンガ/ビクラムヨガ)	16:30-20:30
2018年11月18日	アサナ (A-6)	16:30-20:30
2018年11月25日	流派 (シヴァナンダ/アイアンガー)	16:30-20:30
2018年12月2日	アサナ (A-7)	16:30-20:30
2018年12月9日	アサナ (A-8)	16:30-20:30
2018年12月16日	アサナ (A-9) (A-10)	16:30-20:30

月曜日コース

津田沼スタジオ／10:00-14:00

2017年・12期	3B	
2017年8月28日	アサナ (B-1)	10:00-14:00
2017年9月4日	アサナ (B-2)	10:00-14:00
2017年9月11日	チャクラ	10:00-14:00
2017年9月25日	アサナ (B-3)	10:00-14:00
2017年10月2日	アサナ (B-4)	10:00-14:00
2017年10月16日	アサナ (B-5)	10:00-14:00
2017年10月23日	アサナ (B-6)	10:00-14:00
2017年10月30日	ヨガとリラクゼーションA	10:00-14:00
2017年11月13日	ヨガとリラクゼーションB	10:00-14:00
2017年11月20日	アサナ (B-7)	10:00-14:00
2017年12月4日	アサナ (B-8)	10:00-14:00
2017年12月11日	アサナ (B-9)	10:00-14:00
2017年12月18日	アサナ (B-10)	10:00-14:00

2018年・13期	4C	
2018年1月15日	呼吸法	10:00-14:00
2018年1月22日	アーユルヴェーダⅠ	10:00-14:00
2018年1月29日	瞑想	10:00-14:00
2018年2月5日	浄化法	10:00-14:00
2018年2月19日	アーユルヴェーダⅡ+ヨガ料理	10:00-14:00
2018年2月26日	ヨガ哲学Ⅰ	10:00-14:00
2018年3月5日	ヨガ哲学Ⅱ	10:00-14:00
2018年3月12日	ヨガ哲学Ⅲ	10:00-14:00
2018年3月19日	ヨガ哲学Ⅳ	10:00-14:00
2018年3月26日	バンダ&チャクラ	10:00-14:00
2018年4月2日	シンキングボール/マントラ	10:00-14:00
2018年4月9日	ヨガと怪我	10:00-14:00
2018年4月16日	指導演習	10:00-14:00

5A

2018年4月23日	イントロダクション・説明 (A-1)	10:00-14:00
2018年5月14日	解剖学Ⅰ	10:00-14:00
2018年5月21日	解剖学Ⅱ	10:00-14:00
2018年5月28日	アサナ (A-2)	10:00-14:00
2018年6月4日	アサナ (A-3)	10:00-14:00
2018年6月11日	アサナ (A-4)	10:00-14:00
2018年6月18日	アサナ (A-5)	10:00-14:00
2018年6月25日	流派 (アシュタンガ/ビクラムヨガ)	10:00-14:00
2018年7月2日	アサナ (A-6)	10:00-14:00
2018年7月9日	流派 (シヴァナンダ/アイアンガー)	10:00-14:00
2018年7月23日	アサナ (A-7)	10:00-14:00
2018年7月30日	アサナ (A-8)	10:00-14:00
2018年8月6日	アサナ (A-9) (A-10)	10:00-14:00

6B

2018年8月20日	イントロダクション・説明 (B-1)	10:00-14:00
2018年8月27日	アサナ (B-2)	10:00-14:00
2018年9月3日	アサナ (B-3)	10:00-14:00
2018年10月1日	アサナ (B-4)	10:00-14:00
2018年10月15日	アサナ (B-5)	10:00-14:00
2018年10月22日	ヨガとリラクゼーション	10:00-14:00
2018年10月29日	流派：リストラティブ/イシュタヨガ	10:00-14:00
2018年11月12日	アサナ (B-6)	10:00-14:00
2018年11月19日	ヨガと筋脈	10:00-14:00
2018年11月26日	アサナ (B-7)	10:00-14:00
2018年12月3日	アサナ (B-8)	10:00-14:00
2018年12月10日	アサナ (B-9)	10:00-14:00
2018年12月17日	アサナ (B-10)	10:00-14:00

2017年10月6日(金)現在