

| | |
|------------------------|---|
| 開講期間 | 2015年9月30日～2015年12月23日 【前期:2015年9月30日～11月15日】【後期:2015年11月20日～12月23日】 ※前期または後期を、2015年11月開講合宿コース(沖縄石垣島)と選択受講可能です。 |
| カリキュラム | アーサナプラクティス/アーサナリサーチ 呼吸法プラクティス(基礎)/瞑想プラクティス(基礎)/チャネライゼーション(基礎) ヨガ哲学(サーンキヤ哲学/チャクラ・ナディ/クンダリーニ/ヨガセラピー基礎 他) ティーチングプラクティス/解剖学/生理学 他 基本の約50アーサナを丁寧に学び習得していきます。各アーサナのアライメントや効果恩恵、モディフィケーション、アジャストなどを、講義や体験を通じて深く学んでいきます。呼吸法(基礎)、瞑想(基礎)の練習も行います。チャクラ、ナディの詳しい講義で、ヨガへの理解を深めます。ヨガの礎であるサーンキヤ哲学や、ヨガスートラなど、ヨガ哲学の講義も充実しています。医療福祉専門職者の特別講師から解剖学・生理学を学び、身につけることができます。アーサナ指導とヨガ哲学を伝えることのできるインストラクターを養成します。 |
| スケジュール | 【レギュラークラス】金曜日 18:00～20:00 日曜日 14:45～19:00 (※後期に一部、土曜日 13:30～18:30のクラスが含まれます) 【終日集中クラス】 9:00～19:00 9月30日～10月3日/11月29日～11月30日 ※日程により時間の変動することがあります。詳細はご参照ください。 |
| 取得資格 | RYT200(Registered Yoga Teacher 200)全米ヨガアライアンス認定 200時間ヨガ指導者資格 |
| 講師 | Director Teacher: Chihiro 全米ヨガアライアンス認定インストラクター(RYT200,RYT500) 全米ヨガアライアンス認定上級指導者インストラクター(E-RYT200,E-RYT500) インターナショナルヨガフェデレーション認定インストラクター(IYF200,IYF500) インド中央政府認定ヨガ教師 / 精神保健福祉士(国家資格) kSaNa Yoga School 主宰 Swami Santhiprasada に師事し、Siva Raja Yogaを取得、インドでのTTCアシスタントティチャーを経て日本でTTCを開講する。 Teacher(解剖学講師): Tomoko 理学療法士[国家資格] / 全米ヨガアライアンス認定インストラクター(RYT-200) 医療機関にて理学療法士として勤務。自身の身体のメンテナンスのためにヨガをはじめ、リハビリテーションの仕事へのヨガの可能性を感じ、kSaNa Yoga Schoolにてティチャートレーニングを受講、医療現場においてそのメソッドを活かしている。 Teacher(生理学講師): Junko 看護師[国家資格] / 精神科認定看護師[財団法人 日本精神科看護技術協会] 都内にある精神科病院にて看護師として勤務する。医療機関の現場から、心身の健康をホリスティックにとらえ、ヨガにも関心をもつ。ヨガを学び、精神科リハビリテーションでのグループワークにおいて、実践する。 ※その他 アシスタントティチャーや特別講師など、豊富な講師陣がサポートします。ホームページをご参照願います。 |
| 開催場所 | kSaNa Yoga School 自由が丘校/たまプラーザ校 |
| 定員 | 20名(最少遂行人数6名) |
| 参加要件 | ヨガ歴1年以上 ※上記条件に満たない方も、お気軽にご相談ください。 |
| 受講料 | 486,000円税込(分割払いあり 前期:243,000円、後期:243,000円 いずれも税込) ※早期申し込み割引(1万円引き)あり(早割期限 2015年8月8日) ※会員特別割引との併用OK ※kSaNa Yoga 会員特別割引(1万円引き)あり ※早割との併用OK ※デポジット(10万円)のお振り込みと参加同意書のご提出にて、お申し込み完了となります。 |
| 申込方法 | エントリーシートに必要事項をご記入の上、FAX、郵送、メールにてお申し込みください。 Fax 045-309-7293 Mail reserve@ksana-yoga.com 〒158-0083 東京都世田谷区奥沢 2-19-6-2F kSaNaYoga School 申込締切:2015年8月30日 |
| 無料説明相談会 & お問い合わせ | たまプラーザ・自由が丘にて随時開催。日程はHPをご参照ください。※要事前予約 kSaNa Yoga School たまプラーザスタジオ Tel 045-309-7293(受付時間: 9:00～21:00) |