

開講期間	2019年5月6日～2019年5月30日※オプションクラスあり 【前期：2019年5月6日～5月16日】【後期：2019年5月21日～5月30日】 ※選択受講可能。別紙ご参照ください。
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	【TTCクラス】6:30～17:30（朝食休憩、昼食休憩、ティータイム休憩、フリータイムあり） 【オプションクラス】5月17日午前 アユールヴェーダベジ料理教室（受講料別途/割引有） ※日程により時間は変動することがあります。詳細は別紙スケジュールをご参照ください。 全日程合計25日間 / TTCクラス20日間 / 休日（フリー）6日間 / オプションクラス半日（自由参加）
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 アシスタントティーチャーを経て日本で TTC を開講。 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する。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 にてティーチャートレーニングを受講し、全米ヨガアライアンス認定インストラクターを取得。医療現場において、そのヨガ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 専任ティーチャーや、アユールヴェーダ（ヨガ食）、タイヨガマッサージ（アジャスト技術）など、特別講師による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	Yoga Retreat Village , kSaNa(沖縄・石垣島校) 〒907-0024 沖縄県石垣市新川 1585-4
定員	15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	570,000円税込（分割払い、割引あり） 【最大4万円引き】 ①早期申し込み割引（1万円引き）（ <u>早割期限 2019年3月6日</u> ）②kSaNa Yoga 会員特別割引（1万円引き） ③ゴールド会員チケット割引（1万円引き） ④kSaNa Yoga School 修了制紹介割引（1万円引き） 【受講料に含まれるもの】 受講費、テキスト代、ヨガアシュラム宿泊費（先着6名希望者）、ヨガのための島野菜&フルーツのサットバ朝食、ベジタリアンランチ、ベジタリアンディナー（ランチとディナーは、日替わりで南インド料理や沖縄島料理のベジタリアンメニューとなります。TTC 開講日のみ）、駐車場代（希望者のみ）、kSaNa Yoga School 沖縄石垣島ヨガリトリートセンター施設利用料（ジャクジー、シャワールーム、冷蔵庫）など 【受講料に含まれないもの】 渡航費、リトリートセンターまでの交通費、前期・後期入替期間宿泊代 ※前期後期の間の5月17日～19日は宿泊施設をご利用いただけません。別途宿泊施設をご準備ください。 ヨガロッジ差額代【2人部屋(洋室)1000円/泊、3人部屋(洋室)500円/泊、2人部屋(和室)500円/泊】 ※敷地内にある別棟ヨガロッジへお泊りの場合は、差額ベッド代が上記のとおり発生いたします。 ※無料宿泊（ヨガスタジオ2階/和室）6名、ヨガロッジ2人部屋(洋室)4名、ヨガロッジ3人部屋（洋室）3名、ヨガロッジ2人部屋（和室）2名となっております。 ※本申し込みをいただいた方から、宿泊タイプは先着にてお選びいただけます。お申し込み状況によっては、ご希望の宿泊タイプが埋まってしまいうことございますので、ご了承ください。
申込方法 & お問い合わせ	申込書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 5-27-15-2F kSaNaYoga School 早期申込締切：2019年3月6日 申込締切：2019年4月6日 随時説明会を行っております。上記へお問い合わせくださいませ。担当：吉見、戸張、酒井