



陰ヨガ指導者養成講座

アドバンス

Junostyle

ベーシック修了生のための アドバンス陰ヨガ指導者養成講座

自分自身のアドバンスプラクティスから、シークエンススキル、アジャストメント方法、質のよいクラスづくりなど、指導者指導者として磨いておきたいスキルを勉強する2日間の講座です。各セッションごとに受講が可能ですので、ご自分の勉強のペースに合わせて学ぶことができます。

▶今回のアドバンス講座概要

[Session1] アドバンスプラクティス:

「ポーズをより深く感じるためのセルフアジャストを取り入れたプラクティス」

より深く陰ヨガを感じるための上級者向けのプラクティス。自身のプラクティスの質を向上させるための陰ヨガです。2.5時間かけて自分の体と向き合い、ポーズをよりいいものに修正していきます。体の部位へ意識の仕方でもポーズが変わります。

[Session2] 指導者のためのアドバンス養成講座:

「生徒さんの体を変えるアジャストメントスキル」

陰ヨガ先生の役割は、生徒さんの体を開かせ、変えていくこと。体が変わってくるとヨガがとても楽しくなります。リピーターを増やすためのスキルのひとつでもあるでしょう。多くの指導者が知るべき陰ヨガのアジャストメントを学ぶアドバンス養成講座です。

[Session3] アドバンスプラクティス:

「グラウンディングからの飛躍～陽への入り口」

陰が極まると陽が始まるというのは陰陽エネルギーの法則です。陰ヨガの役割と意味をより深く追求していくプラクティスです。陰ヨガ上級者でないと感じるのが難しい、陽を意識した深い陰ヨガプラクティスを行います。

[Session4] 指導者のためのアドバンス養成講座:

「質の良いクラスづくりのためのシークエンススキル」

シークエンスは、気持ちのよい陰ヨガクラスを行うためにとても重要なポイントです。ポーズの理解はもちろんのこと、体の中を流れるエネルギーのフローを捉えることも大切です。質のよい陰ヨガクラスをつくるための必要な知識やスキルを身につけるアドバンス養成講座です。

▶開催概要

TOKYO /東京/

[会場]

YogaKula

神奈川県川崎市川崎区小川町12-5-201

TEL: 044-201-9546

▶ <http://yogakula.jp>

[Session1] 7月25日(月) 10:30-13:00

[Session2] 7月25日(月) 14:00-17:00

[Session3] 7月26日(火) 10:30-13:00

[Session4] 7月26日(火) 14:00-17:00

KYOTO /京都/

[会場]

YogaStudioTAMISA

(京都三条寺町スタジオ)

京都市中京区寺町三条上る天性寺前532

北原ビル2F TEL: 075-212-0776

▶ <https://tamisa-yoga.com>

[Session1] 8月12日(金) 10:00-12:30

[Session2] 8月12日(金) 14:00-17:00

[Session3] 8月13日(土) 10:00-12:30

[Session4] 8月13日(土) 14:00-17:00

NAGOYA /名古屋/

[会場]

自然の薬箱

名古屋市千種区今池1-2-7 健康文化会館

TEL: 052-734-3004

▶ <http://five-r.co.jp/>

[Session1] 9月30日(金) 10:30-13:00

[Session2] 9月30日(金) 14:00-17:00

[Session3] 10月1日(土) 10:30-13:00

[Session4] 10月1日(土) 14:00-17:00

[受講資格] Junostyle陰ヨガ指導者養成講座〈ベーシック〉修了生で、課題提出後、修了証を受取した方
※2016年開催ベーシック修了予定者は、お申込みは可能です。ただし、講座当日課題の提出が確認されない場合は、参加資格は無効です。

[定員] 各会場 20名

[持ち物] 動きやすい格好のお着替え、タオル、
ヨガマット(※レンタルマット:320円/1日)

[参加費] ・アドバンスプラクティス〈Session1及び3〉:
各5,400円(税込)
・指導者のためのアドバンス養成講座〈Session2及び4〉:
各8,100円(税込)
※各セッションごとに受講が可能です。

(受講例) ・プラクティスを深めたいなら、アドバンスプラクティスを受講(Session1または3)

・ティーチングスキルを学びたいなら、指導者のためのアドバンス養成講座を受講(Session2または4)

・どちらも深く学びたいなら、2日間続けて受講(Session1~4)

[申込み] お名前、ご連絡先、希望日時とセッション、
ベーシック修了年月を明記の上、メールにて
お申込みください。

▶ info@junostyle.jp

[講師] 渡辺 純子(Junostyleディレクター・陰ヨガ講師)



Blog >>
<http://junostyle.jp/ownerblog/>