

ベーシックヨガ指導者養成講座

当協会では（社）日本親子体操協会ベーシックヨガインストラクター資格認定講座を開催致します。

レベル毎の修了証を付与致します。レベル1、2、3の講座を修了し、ベーシックヨガインストラクター認定試験に合格した者に資格認定証の付与を致します。資格認定証を付与された者は「（社）日本親子体操協会ベーシックヨガインストラクター」としてヨガの指導を実施することが認められます。（インストラクター登録費年間10,000円）

ベーシックヨガインストラクター資格認定講座



担当講師：古川まゆみ先生

津田塾大学英文科卒業。1985年沖ヨガ入門。龍村修先生、吉田つとむ先生に師事して、総合ヨガやアシュタンガーヨガを修得。インドやヨーロッパ、アメリカでも研修を重ねて、スポーツクラブ、公民館等でヨガとパワーヨガを担当。また、インストラクター養成講師として、200名以上のインストラクターを養成して、総合ヨガの普及に努めている。NPO法人沖ヨガ協会講師。

『ベーシックヨガ レベル1』

対象者：親子体操インストラクター、こども体操指導者、ヨガ指導者をを目指す者

受講費用：①登録インストラクター（親子体操インストラクター・こども体操指導者）

25,000円

②協会会員（2019年度賛助会員・会員登録者・その他資格養成講座の参加者）

30,000円

③新規登録者（会員登録費3,000円込み、以後協会会員価格での受講可）

41,000円

※別途テキスト代3,000円がかかります

講座時間：6時間

内容：講義 ヨガとは

アサナ（ヨガのポーズ）

ヨガとスポーツの違い

実技 座法

仰臥位のポーズ 8種類

座位のポーズ 3種類

『ベーシックヨガ レベル2』

対象者：ベーシックヨガ レベル1 修了者

受講費用：①登録インストラクター（親子体操インストラクター・こども体操指導者）

25,000円

②協会会員（2019年度賛助会員・会員登録者・その他資格養成講座の参加者）

30,000円

講座時間：6時間

内容：講義 呼吸

ヨガの食事法

ほぐしについて

実技 座位のポーズ 10種類

『ベーシックヨガ レベル3』

対象者：ベーシックヨガ レベル2 修了者

受講費用：①登録インストラクター（親子体操インストラクター・こども体操指導者）

25,000円

②協会会員（2019年度賛助会員・会員登録者・その他資格養成講座の参加者）

30,000円

講座時間：6時間

内容：講義 チャクラについて

症状別ヨガ・修正法

レッスン時の注意・組み立て方

実技 座位のポーズ 7種類

立位のポーズ 4種類

《ベーシックヨガ レベル1～3まで一括申し込み特典》

①登録インストラクター（親子体操インストラクター・こども体操指導者）

75,000円 → 65,000円

②協会会員（2019年度賛助会員・会員登録者・その他資格養成講座の参加者）

90,000円 → 85,000円

③新規登録者（会員登録費3,000円込み）

101,000円