

## ＜講座一覧＞

### ●定番講座！

ストレスや心身の歪みに気づく。バランスを整える。内観を繰り返し、変化に対応する力を高めていく！

◆	ヨガセラピスト養成”だいち”講座	ほぐしゆるめ、坐・呼吸法・瞑想、陰ヨガ、チャクラの話、リストラティブヨガ、太陽礼拝、解剖学、お客様のよくある課題別対処法、癒すとは～セラピストとして～、シークエンス
◆	ヨガセラピスト養成”かいか”講座	ジョイントアナトミー（JA）ヨガセラピスト養成講座 ＋セルフ整体ヨガセラピスト養成講座
◆	ヨガセラピスト養成”ことわり”講座	ヨーガ・スートラ、クラシカルヨガ講座

### ●ヨガ国際資格を取得！

全米ヨガアライアンス認定ヨガインストラクター養成講座（RYT200）	上記◆マーク3講座（ヨガセラピスト養成だいち講座＋かいか講座＋ことわり講座の一部） ＋アーユルヴェーダ基礎講座
------------------------------------	---

### ●単元別講座1 ご自身の健康のためにヨガを学び、習得する！（デモンストレーション実技試験はありません）

セルフヨガセラピー習得講座	ほぐしゆるめ、坐・呼吸法・瞑想、陰ヨガ、チャクラの話、リストラティブヨガ、太陽礼拝 （養成だいち講座への切替、全米ヨガアライアンス200時間換算可能）
”カラダ大改造” ヨガ基礎講座 ＋ジョイントアナトミーヨガ講座 ＋セルフ整体ヨガ講座	ほぐしゆるめ、坐、太陽礼拝、ジョイントアナトミーヨガ、セルフ整体ヨガ （養成だいち、かいか講座への切替、全米ヨガアライアンス200時間換算可能）
不妊治療とベビ待ちヨガセラピー講座	ほぐしゆるめ、坐、不妊治療とベビ待ちヨガ 座学＋実践編 or 実践編のみ （養成だいち講座への切替、全米ヨガアライアンス200時間換算可能）
リストラティブヨガ習得講座	デモンストレーション実技を加えることで、リストラティブヨガセラピスト講座へ切替可能。養成だいち講座への切替もでき、全米ヨガアライアンス200時間換算へ繋がります！
陰ヨガレクチャー講座	デモンストレーション実技を加えることで、陰ヨガセラピスト講座へ切替可能。養成だいち講座への切替もでき、全米ヨガアライアンス200時間換算へ繋がります！

\*講座の切替は別途料金が発生いたします（詳細は協会HPの各講座案内ページに記載）ご了承くださいませ。

### ●単元別講座2 大切な人のために。お一人おひとりの症状に寄り添えるよう、専門的に学ぶ！

アーユルヴェーダ・トリガーポイント療法セラピスト養成講座	全米ヨガアライアンス200時間換算可能
ジョイントアナトミーヨガセラピスト養成講座	全米ヨガアライアンス200時間必修講座
セルフ整体ヨガセラピスト養成講座	全米ヨガアライアンス200時間必修講座
不妊治療とベビ待ちヨガセラピスト養成講座	全米ヨガアライアンス500時間換算可能
マタニティヨガセラピスト養成講座	全米ヨガアライアンス500時間換算可能
手遊び歌付産後ママヨガセラピスト養成講座	全米ヨガアライアンス500時間換算可能
シニアヨガセラピスト養成講座	全米ヨガアライアンス500時間換算可能
陰ヨガセラピスト養成講座	全米ヨガアライアンス200時間必修講座 （上記、陰ヨガレクチャー講座＋デモンストレーション）
リストラティブヨガセラピスト養成講座	全米ヨガアライアンス200時間必修講座 （上記、リストラティブヨガ習得講座＋デモンストレーション）
ヨギー・ヨギーニの和食こしらえ人講座	全米ヨガアライアンス200時間／500時間換算可能