

# 2019年 ヨガインストラクター養成【1級】講義 (RYT200後半)

/回	内容	2018/12/9更新			
		【定員8名】	【定員18名】	【定員18名】	【定員8名】
240分	ヨガの哲学① 「ヤマ・ニヤマの理解と実践方法」	2019/1/9 (水) 10:00~14:00 佐藤美子	2019/5/19 (日) 12:00~16:00 佐藤美子	2019/7/23 (火) 10:00~14:00 佐藤美子	2019/8/31 (土) 9:00~13:00 佐藤美子
240分	ヨガの哲学② 「アーサナ・ブラーナヤマ・プラッチャハラの理解と実践」	2019/1/16 (水) 10:00~14:00 佐藤美子	2019/6/2 (日) 12:00~16:00 佐藤美子	2019/7/30 (火) 10:00~14:00 佐藤美子	2019/9/7 (土) 9:00~13:00 佐藤美子
240分	ヨガの哲学③ 「ダーラナ・ディヤナ・サマディの理解」	2019/1/23 (水) 10:00~14:00 佐藤美子	2019/6/16 (日) 12:00~16:00 佐藤美子	2019/8/20 (火) 10:00~14:00 佐藤美子	2019/9/21 (土) 9:00~13:00 佐藤美子
240分	ヨガの哲学④ 「YOGAとは? (まとめ)」	2019/1/30 (水) 10:00~14:00 佐藤美子	2019/7/7 (日) 12:00~16:00 佐藤美子	2019/8/27 (火) 10:00~14:00 佐藤美子	2019/9/28 (土) 9:00~13:00 佐藤美子
240分	機能解剖学「機能解剖学とは」	2019/2/6 (水) 10:00~14:00 大坪 恵	2019/7/21 (日) 12:00~16:00 佐藤美子	2019/9/10 (火) 10:00~14:00 佐藤美子	2019/10/5 (土) 9:00~13:00 佐藤美子
240分	機能解剖学「下肢①」	2019/2/13 (水) 10:00~14:00 大坪 恵	2019/7/28 (日) 12:00~16:00 佐藤美子	2019/9/17 (火) 10:00~14:00 佐藤美子	2019/10/12 (土) 9:00~13:00 佐藤美子
240分	機能解剖学「下肢②」	2019/2/20 (水) 10:00~14:00 大坪 恵	2019/8/4 (日) 12:00~16:00 佐藤美子	2019/9/24 (火) 10:00~14:00 佐藤美子	2019/10/19 (土) 9:00~13:00 佐藤美子
240分	機能解剖学「上肢・運動」	2019/2/27 (水) 10:00~14:00 大坪 恵	2019/8/18 (日) 12:00~16:00 佐藤美子	2019/10/1 (火) 10:00~14:00 佐藤美子	2019/10/26 (土) 9:00~13:00 佐藤美子
※アーサナ&アジャストは機能解剖学を受講した方のみ受講していただけます。					
240分	アーサナ読解&アジャストメント 「立位①」	2019/3/6 (水) 10:00~14:00 守口 恵美	2019/8/25 (日) 12:00~16:00 佐藤美子	2019/10/15 (火) 10:00~14:00 佐藤美子	2019/11/2 (土) 9:00~13:00 佐藤美子
240分	アーサナ読解&アジャストメント 「立位②」	2019/3/13 (水) 10:00~14:00 守口 恵美	2019/9/1 (日) 12:00~16:00 佐藤美子	2019/10/22 (火) 10:00~14:00 佐藤美子	2019/11/9 (土) 9:00~13:00 佐藤美子
240分	アーサナ読解&アジャストメント 「立位③」	2019/3/20 (水) 10:00~14:00 守口 恵美	2019/9/8 (日) 12:00~16:00 佐藤美子	2019/10/29 (火) 10:00~14:00 佐藤美子	2019/11/16 (土) 9:00~13:00 佐藤美子
240分	アーサナ読解&アジャストメント 「立位④」	2019/3/27 (水) 10:00~14:00 守口 恵美	2019/9/22 (日) 12:00~16:00 佐藤美子	2019/11/12 (火) 10:00~14:00 佐藤美子	2019/11/30 (土) 9:00~13:00 佐藤美子
240分	アーサナ読解&アジャストメント 「座位①」	2019/4/3 (水) 10:00~14:00 守口 恵美	2019/9/29 (日) 12:00~16:00 佐藤美子	2019/11/19 (火) 10:00~14:00 佐藤美子	2019/12/7 (土) 9:00~13:00 佐藤美子
240分	アーサナ読解&アジャストメント 「座位②」	2019/4/10 (水) 10:00~14:00 守口 恵美	2019/10/6 (日) 12:00~16:00 佐藤美子	2019/11/26 (火) 10:00~14:00 佐藤美子	2019/12/14 (土) 9:00~13:00 佐藤美子
240分	アーサナ読解&アジャストメント 「座位③」	2019/4/17 (水) 10:00~14:00 守口 恵美	2019/10/20 (日) 12:00~16:00 佐藤美子	2019/12/10 (火) 10:00~14:00 佐藤美子	2019/12/21 (土) 9:00~13:00 佐藤美子
240分	アーサナ読解&アジャストメント 「座位④」	2019/4/24 (水) 10:00~14:00 守口 恵美	2019/10/27 (日) 12:00~16:00 佐藤美子	2019/12/17 (火) 10:00~14:00 佐藤美子	2019/12/28 (土) 9:00~13:00 佐藤美子
240分	アーサナ読解&アジャストメント 「座位⑤」	2019/5/1 (水) 10:00~14:00 守口 恵美	2019/11/10 (日) 12:00~16:00 佐藤美子	2019/12/24 (火) 10:00~14:00 佐藤美子	2020/1/11 (土) 9:00~13:00 佐藤美子
240分	アーサナ読解&アジャストメント 「逆転①」	2019/5/8 (水) 10:00~14:00 守口 恵美	2019/11/17 (日) 12:00~16:00 佐藤美子	2020/1/14 (火) 10:00~14:00 佐藤美子	2020/1/18 (土) 9:00~13:00 佐藤美子
240分	アーサナ読解&アジャストメント 総復習	2019/5/15 (水) 10:00~14:00 守口 恵美	2019/12/1 (日) 12:00~16:00 佐藤美子	2020/1/21 (火) 10:00~14:00 佐藤美子	2020/1/25 (土) 9:00~13:00 佐藤美子
240分	骨盤調整プログラミング	2019/5/22 (水) 10:00~14:00 守口 恵美	2019/12/8 (日) 12:00~16:00 佐藤美子	2020/1/28 (火) 10:00~14:00 佐藤美子	2020/2/1 (土) 9:00~13:00 佐藤美子
240分	ロープレ1 (骨盤調整)	2019/5/29 (水) 10:00~14:00 守口 恵美	2019/12/15 (日) 12:00~16:00 佐藤美子	2020/2/1 (火) 10:00~14:00 佐藤美子	2020/2/8 (土) 9:00~13:00 佐藤美子
240分	ロープレ2 (パワー)	2019/6/5 (水) 10:00~14:00 守口 恵美	2019/12/29 (日) 12:00~16:00 佐藤美子	2020/2/25 (火) 10:00~14:00 佐藤美子	2020/2/15 (土) 9:00~13:00 佐藤美子
240分	ロープレ3 (リラクゼーション)	2019/6/12 (水) 10:00~14:00 守口 恵美	2020/1/19 (日) 12:00~16:00 佐藤美子	2020/3/10 (火) 10:00~14:00 佐藤美子	2020/2/22 (土) 9:00~13:00 佐藤美子
240分	IHTA 実技試験対策	2019/6/19 (水) 10:00~14:00 守口 恵美	2020/1/26 (日) 12:00~16:00 佐藤美子	2020/3/17 (火) 10:00~14:00 佐藤美子	2020/2/29 (土) 9:00~13:00 佐藤美子
240分	IHTAヨガ1級 認定試験 実技	2019/6/26 (水) 10:00~14:00 守口 恵美	2020/2/2 (日) 12:00~16:00 佐藤美子	2020/3/24 (火) 10:00~14:00 佐藤美子	2020/3/7 (土) 9:00~13:00 佐藤美子
※卒業式は単位に含まれませんので自由参加となります。対象者は予約なしでお越しください。					
240分	ヨガ1級 卒業式 (自由参加)	2019/7/3 (水) 10:00~12:00 佐藤美子	2020/2/16 (日) 12:00~14:00 佐藤美子	2020/3/31 (火) 10:00~14:00 佐藤美子	2020/3/14 (土) 9:00~11:00 佐藤美子

※受講期間(1年間)内に全ての講義を受講していただきます。

※やむを得ず講義を欠席する場合は [sendai@ymc-rise.co.jp](mailto:sendai@ymc-rise.co.jp) まで欠席の連絡を必ずお願いいたします。

※講義は定員がございます。欠席することになった講義を何日の講義に振り替えるのかを上記メールにて必ずご連絡ください。