

2018年11月～2019年 ★ヨガ専科★ <RYT500単位可能> 2018年12月2日 更新

横浜校 OR 石川町研修センター スケジュール

2019年6月8日～スタート！

シニアヨガ 21h		石川町 6月スタート 木曜 定員14名	
1	180分 シニアヨガとは 効果と目的	5月8日	水 10:00～14:30 (30分休憩)
2	180分 高齢者のストレッチに関する事例		
3	180分 身体変化に伴う呼吸 / 呼吸でのリズミ対応-呼吸について	5月15日	水 10:00～14:30 (30分休憩)
4	180分 家介後の呼吸実習 / 呼吸を安全にサポートの練習		
5	180分 家介後の呼吸と呼吸法 / コアトレーニングと呼吸法 / シニアへのストレッチ-経路の注意点	5月22日	水 10:00～14:30 (30分休憩)
6	180分 開業場所に応じた症例別のポーズ		
7	180分 個人別プログラムヨガポーズ-経験対策	5月29日	水 10:00～14:30 (前週 17:30～18:30)
8	180分 試験		

←石川町



【金額】¥101,000円(大前期2ヶ月前迄) / 通常: ¥122,800円(開講2ヶ月以降) ※スキルアップキャンペーンは別途

ヨガリフレクソロジー 18h		coming soon	
1	240分 リフレクソロジーとは 言葉の意味、効果 / 歴史 / 留め足を揉む必要があるのか? / 老衰物の説明		
2	240分 反射区とは-足裏から見る体のサイン / 施術禁忌事項-注意事項-足のトラブル説明-実技		
3	240分 効果別の経絡反射区について-プログラム構成		
4	240分 ロープレ練習 / 実技試験練習 / 実技試験		

←石川町



2019年1月18日スタート！

マタニティヨガ 21h		横浜校 1月スタート 乃乃 由美子 定員12名	
1	180分 妊娠とは (妊娠期間とその段階の変化)	1月18日	金 10:00～13:00
2	180分 妊娠中期や産後、赤ちゃんの成長、産後、産前・産後の変化 / マタニティヨガの重要性	1月25日	金 10:00～13:00
3	180分 妊娠中のトラブルについて(考えられる病)	2月1日	金 10:00～13:00
4	180分 クラス中の配慮事項、ロールプレイング	2月8日	金 10:00～13:00
5	180分 骨盤矯正と産後の骨盤について(産前産後、産後)	2月15日	金 10:00～13:00
6	180分 産後の女性をサポートするヨガ(精神面、肉体系)	2月22日	金 10:00～13:00
7	180分 マタニティのプログラム、ロールプレイング	2月29日	金 10:00～13:00
8	180分 試験	3月8日	金 10:00～13:00

←横浜校



【金額】¥101,000円(大前期2ヶ月前迄) / 通常: ¥122,800円(開講2ヶ月以降) ※スキルアップキャンペーンは別途

2019年3月11日～ / 2019年5月3日～ / 2019年8月19日～ スタート！

小顔フェイスシャルヨガ 9h		横浜校 3月スタート 音子 定員14名		横浜校 6月スタート 昌徳 C65 定員14名		横浜校 8月スタート 昌徳 C65 定員14名	
1	180分 小顔フェイスシャルとは / 顔の構造 / 顔の筋肉 / 顔の骨格 / 顔の歪み / 顔の歪み / 顔の歪み / 顔の歪み	3月11日	月 10:00～14:30 (30分休憩あり)	5月3日	金 10:00～14:30 (30分休憩あり)	8月13日	火 14:30～17:30
2	180分 小顔フェイスシャルとは / 顔の構造 / 顔の筋肉 / 顔の骨格 / 顔の歪み / 顔の歪み / 顔の歪み / 顔の歪み					8月14日	水 10:00～14:30 (30分休憩あり)
3	180分 レッスンプログラム / レッスン実技	5月18日	月 10:00～14:30	5月4日	土 10:00～14:30	8月19日	木 10:00～14:30
4	180分 試験	5月25日	月 10:00～14:30	5月5日	日 10:00～14:30		



←横浜校

【金額】¥53,000円(大前期2ヶ月前迄) / 通常: ¥74,800円(開講2ヶ月以降) ※スキルアップキャンペーンは別途

2019年9月8日～スタート！

ピラティス 40h		横浜校 9月スタート 内田 登 定員14名	
1	240分 ピラティスの歴史と基本 / 基本の評価 / 基本のエクササイズ / 基本のエクササイズ	9月8日	金 12:30～16:30
2	240分 コアコントロール / トレーニング / 呼吸 / コアコントロール / トレーニング / 呼吸 / コアコントロール / トレーニング / 呼吸	9月15日	金 12:30～16:30
3	240分 ピラティス / コアコントロール / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸	9月22日	金 12:30～16:30
4	240分 解剖学上肢 / エクササイズ / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸	9月27日	金 12:30～16:30
5	240分 解剖学上肢 / エクササイズ / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸	10月4日	金 12:30～16:30
6	240分 レッスン構成 / トレーニング / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸	10月11日	金 12:30～16:30
7	240分 トレーニング / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸	10月18日	金 12:30～16:30
8	240分 トレーニング / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸 / 呼吸	10月25日	金 12:30～16:30

【金額】¥167,000円(大前期2ヶ月前迄) / 通常: ¥188,800円(開講2ヶ月以降) ※スキルアップキャンペーンは別途



※開講2ヶ月前キャンペーン対象コースの開講2ヶ月前までにご予約・ご入金を完了された方、開日名を変更する、無断キャンセル料 ¥2,600円がかかります。LITA 専員の場合、上記金額の他に ¥10,000円(税込)が必要となります。

※在籍期間がない場合、別途入学金が必要となります。

【石川町スタジオ 開催場所】FJG横浜研修センター
〒231-0023 横浜市中区山下町273番
JPT元町ビル3階

※上記以外にも対象コースがございます 小顔デザイン/ヨガ・リフレクソロジー/アロマセラピー/ストレッチ/アロマ精油理論 など