

【YMCメディカルトレーナーズスクール】

2022年「オンライン講座」スケジュール

緑色の講座	単体受講【YMC修了書発行】	主にその分野の 専門知識を学びたい方 にオススメの講座です
<p>【試験】なし 【証明証】受講の講義をすべて修了後「修了証」が発行されます ※RYT300等バックで購入の方の修了書発行は別途料金が発生します 【目的】知識の幅を広げる、見解を深める、ホリスティックな学びの一環としてぜひ！！ RYT300をバック購入以外で専科取得希望の方はRYT300を受講時間数に単位加算となります。 RYT300をバック購入受講の方も追加単体お申込み購入可能です。(ご自分の購入コース内容をご確認ください)</p>		

オレンジ色の講座	【IHTA協会認定資格講座】	主にその分野の 専門知識を活かして指導をしていきたい方 にオススメの講座です
<p>【試験】あり(実技試験・WEB試験有)→(マタニティ・産後ケアトレ・小顔・ストレッチアドバンス) (筆記試験無)→(シニア) 【目的】基礎を学習後、更に深めることや、現場にでてから気づく必要な技術や応用力の学習としてぜひ！！ 【証明証】試験に合格すると「インストラクター認定証」の資格が発行されます。 RYT300をバック購入以外で専科取得希望の方はRYT300を受講時間数に単位加算となります。 RYT300をバック購入受講の方も追加単体お申込み購入可能です。(ご自分の購入コース内容をご確認ください) RYT300をバック購入されている方の試験料は別途必要になりますので、スタッフまでご確認ください。</p>		

アーユルヴェーダ基礎 10時間 (修了書付き)		木曜コース 15:00~19:00 大塚 真苗	GWコース 10:00~14:00 大塚 真苗
1	240分	アーユルヴェーダとは・ドーシャとは	4月14日 5月3日
2	240分	ライフスタイル・病気の段階	4月21日 5月4日
3	120分	アーユルヴェーダとヨガの実践とは	4月28日 15:00~17:00 5月4日 15:00~17:00
参加条件: RYT200 学習中 or 修了の方			
【受講料/教材費】50,000円 【受講期間】3か月(単体申込の場合) ※IHTAを退会している場合は再入会が必要です(上記金額に別途15,000円)			

プレピラティス講座 16時間 (修了書付き)		金曜コース 10:00~14:00 水野 とも	土曜コース 10:00~14:00 水野 とも
1	240分	ピラティス概要と プレピラティスの目的と効果	3月4日 6月4日
2	240分	解剖学/姿勢評価 エクササイズ前の基本姿勢	3月11日 6月11日
3	240分	ピラティスエクササイズに 必要なプレ動作	3月18日 6月18日
4	240分	プレピラティスのまとめ 実践学習	3月25日 6月25日
参加条件: どなたでもOK			
【受講料/教材費】58,000円 【受講期間】3ヶ月(単体申込の場合) ※IHTAを退会している場合は再入会が必要です(上記金額に別途15,000円)			

ヨガと生理学 16時間 (修了書付き)		水曜コース 15:00~19:00 大塚 真苗	土曜コース 10:00~14:00 日程により時間変更 大塚 真苗
1	240分	"運動生理学とは~導入~ 骨と筋肉の関係"	5月11日 7月2日 15:00~19:00
2	240分	筋収縮とエネルギー 代謝	5月18日 7月16日
3	240分	運動と呼吸 代謝	5月25日 7月23日
4	240分	肥満のメカニズムと ヨガ	6月1日 7月30日
参加条件: プログラミング(レッスン)作成が出来て 太陽礼拝を勉強された方			
【受講料/教材費】58,000円 【受講期間】1か月(単体申込の場合) ※IHTAを退会している場合は再入会が必要です(上記金額に別途15,000円)			

マタニティヨガインストラクター 養成講座 16時間+実技試験		火曜コース 15:00~19:00 宮田 奈緒	土曜コース 14:30~18:30 佐藤 美子
1	240分	マタニティヨガの目的と効果	3月1日 7月9日
2	240分	妊娠期の体の変化/アーサナ解説	3月15日 7月16日
3	240分	産後概要/プログラミング解説	3月22日 7月23日
4	240分	実技試験対策	3月29日 7月30日
5	240分	オンライン実技試験	4月5日 8月6日
参加条件: RYT200 学習中 or 修了の方 ※プログラミング(レッスン)作成を勉強された方			
【受講料/教材費】65,000円 【IHTA試験料】8,000円 73,000円 【受講期間】3ヶ月 ※IHTAを退会している場合は再入会が必要です(上記金額に別途15,000円)			

セルフストレッチアドバンス 10時間+実技試験		日曜コース 日程により時間変更 勝木 拓也	火曜コース 日程により時間変更 勝木 拓也
1	240分	【下部】 関節の知識(構造) パリエーションストレッチ 状態(姿勢)別ストレッチ	3/27 15:00~19:00 7/26 10:00~14:00
2	180分	【下部】 関節の知識(構造) パリエーションストレッチ 状態(姿勢)別ストレッチ	4/3 15:00~18:00 8/2 10:00~13:00
5	180分	【上部】 関節の知識(構造) パリエーションストレッチ 状態(姿勢)別ストレッチ	4/10 15:00~18:00 8/9 10:00~13:00
240分	オンライン実技試験	4/17 15:00~18:00 8/16 10:00~13:00	
参加条件: どなたでもOK			
【受講料/教材費】55,000円 【IHTA試験料】8,000円 合計63,000円 アドバンス受講はベーシック受講済みの方に限る。 ベーシックセット申込みの場合は教材費5,000円引きです			

ヨガインストラクターのための ヨガ哲学講座 ~バガヴァッドギーターに出会う~ 16時間 (修了書付き)		金曜コース 14:30~18:30 佐藤 ゴウ	
1	240分	なぜ「人生の取扱説明書」 バガヴァッドギーターを読むのか?	6月10日
2	240分	インストラクターが持つ不安を 解消するクリシュナのことは①	6月17日
3	240分	インストラクターが持つ不安を 解消するクリシュナのことは②	6月24日
4	240分	いかに「人生の取扱説明書」 バガヴァッドギーターを暮らしに活かすか?	7月1日
参加条件: RYT200 学習中 or 修了の方			
【受講料/教材費】58,000円 【受講期間】3か月 ※IHTAを退会している場合は再入会が必要です(上記金額に別途15,000円)			

セルフストレッチベーシック講座 10時間 (修了書付き)		日曜コース 日程により時間変更 勝木 拓也	火曜コース 日程により時間変更 勝木 拓也
1	240分	ストレッチの基礎知識 (種類/神経/効果/注意点) 解剖学(筋肉と骨/関節)	3月6日 10:00~14:00 7月5日 10:00~14:00
3	180分	体幹の筋肉とストレッチ	3月13日 10:00~13:00 7月12日 10:00~13:00
4	180分	上肢の筋肉とストレッチ	3月20日 10:00~13:00 7月19日 10:00~13:00
5	180分	頸部の筋肉とストレッチ 総括	
参加条件: どなたでもOK			
【受講料/教材費】50,000円 【受講期間】3ヶ月 ※IHTAを退会している場合は再入会が必要です(上記金額に別途15,000円)			

小顔フェイシャルヨガインストラクター 養成講座 9時間+実技試験		金曜コース 10:00~13:00 藤井 梨紗	日曜コース 15:00~18:00 川内 ありさ
1	180分	小顔フェイシャルの目的と効果	5月6日 8月7日
2	180分	解剖学/生理学	5月13日 8月14日
3	180分	フェイスリフト/リフトアップ エクササイズ	5月20日 8月21日
4	180分	オンライン実技試験	5月27日 8月28日
参加条件: RYT200 学習中 or 修了の方 ※プログラミング(レッスン)作成を勉強された方			
【受講料/教材費】55,000円 【IHTA試験料】8,000円 合計63,000円 【受講期間】3ヶ月 ※IHTAを退会している場合は再入会が必要です(上記金額に別途15,000円)			

ヨガリフレクソロジー講座 12時間+実技試験		金曜コース 15:00~19:00 大槻 & 三上	日曜コース 15:00~19:00 夏目 & 宮崎
1	240分	リフレクソロジーとは(言葉の意味/効果)・ 歴史・何故足を揉む必要があるのか?	3月4日 担当:大槻 7月10日 担当:夏目
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	3月11日 担当:大槻 7月17日 担当:夏目
3	240分	アロマセラピーの構成	3月18日 担当:三上 7月24日 担当:宮崎
4	240分	オンライン実技試験	3月25日 担当:三上 7月31日 担当:宮崎
参加条件: どなたでもOK			
【受講料/教材費】57,000円 【IHTA試験料】6,000円 合計63,000円 【受講期間】3ヶ月 ※IHTAを退会している場合は再入会が必要です(上記金額に別途15,000円)			

産後ケアトレーニング講座 16時間+実技試験		月曜コース 10:00~14:00 林 真矢	日曜コース 15:00~19:00 林 真矢
1	240分	産後ケアトレーニングの 目的/呼吸法	3月14日 6月5日
2	240分	解剖学/トレーニング概要	3月21日 6月12日
3	240分	トレーニング実践/ 実技試験対策	3月28日 6月19日
4	240分	トレーニング実践/ 実技試験対策	4月4日 6月26日
5	240分	オンライン実技試験	4月11日 7月3日
参加条件: どなたでもOK			
【受講料/教材費】65,000円 【IHTA試験料】8,000円 合計73,000円 【受講期間】3ヶ月 ※「身体運動の機能解剖学」を既にお持ちの方は¥5,000引きで受講いただけます。 ※IHTAを退会している場合は再入会が必要です(上記金額に別途15,000円)			

ティーチングスキルアップ講座		日曜コース 15:00~19:00 大塚 真苗	火曜コース 15:00~19:00 大塚 真苗
1	240分	アーサナを見る上で必要な機能解剖学の 復習	5月8日 6月21日
2	240分	機能解剖学アドバンス	5月15日 7月5日
3	240分	オンラインレッスンでの 誘導方法と表現を学ぶ	5月22日 7月12日
4	240分	現場での指導方法を深める	5月29日 7月19日
参加条件: RYT200修了・IHTAヨガ1級取得途中の方			
【受講料/教材費】65,000円 【受講期間】3か月 ※IHTAを退会している場合は再入会が必要です(上記金額に別途15,000円)			

頸椎アノミカルアプローチ (修了書付き)		金曜コース 10:00~14:00 佐藤 まなみ	日曜コース 10:00~14:00 田邊 正宏
1	240分	頸部の基礎知識と調整法	4月1日 7月24日
2	240分	アノミカルアプローチ (骨格調整・筋膜リリース・リンパ系・ 表情筋)	4月8日 7月31日
参加条件: RYT200修了・IHTAヨガ1級取得途中の方			
【受講料/教材費】合計50,000円 【受講期間】3か月 ※IHTAを退会している場合は再入会が必要です(上記金額に別途15,000円)			

シニアヨガ ベーシック 16時間 (実技試験込み) ~レッスンはシークエンスから~		土曜コース 10:00~14:00 大塚 真苗	水曜コース 10:00~14:00 大塚 真苗
1	240分	シニアヨガとは(効果・目的)	3月5日 6月1日
2	240分	高齢者のストレスに関する症例	3月12日 6月8日
3	240分	ロコモティブシンドロームとは	3月19日 6月22日
4	240分	シークエンスの練習	3月26日 6月29日
5	240分	オンライン実技試験	3月26日 15:00~ 6月29日 15:00~
参加条件: どなたでもOK			
【受講料/教材費】53,000円 【IHTA試験料】8,000円 合計61,000円 【受講期間】3ヶ月 ※IHTAを退会している場合は再入会が必要です(上記金額に別途15,000円)			

シニアヨガ アドバンス 16時間 ~レッスンプログラミング を組み立てる~		土曜コース 15:00~19:00 大塚 真苗	水曜コース 10:00~14:00 大塚 真苗
1	240分	シニアヨガとは(復習)	4月30日 7月6日
2	240分	高齢者がかかえる疾患から見えること	5月7日 7月13日
3	240分	運動指導に必要なこと (機能解剖学と運動生理学)	5月14日 7月20日
4	240分	プログラミングを考える	5月21日 7月27日
5	240分	オンライン実技試験	5月28日 8月3日
参加条件: RYT200修了・IHTAヨガ1級取得途中の方 (e-ラーニング学習済みでご参加ください)			
【受講料/教材費】58,000円 【IHTA試験料】8,000円 合計66,000円 【受講期間】3ヶ月 ※IHTAを退会している場合は再入会が必要です(上記金額に別途15,000円) ベーシックとセット申込みの場合は教材費5,000円引きです			

シニアヨガ ベーシック 16時間 (実技試験込み) ~レッスンはシークエンスから~		土曜コース 10:00~14:00 大塚 真苗	水曜コース 10:00~14:00 大塚 真苗
1	240分	シニアヨガとは(効果・目的)	3月5日 6月1日
2	240分	高齢者のストレスに関する症例	3月12日 6月8日
3	240分	ロコモティブシンドロームとは	3月19日 6月22日
4	240分	シークエンスの練習	3月26日 6月29日
5	240分	オンライン実技試験	3月26日 15:00~ 6月29日 15:00~
参加条件: どなたでもOK			
【受講料/教材費】53,000円 【IHTA試験料】8,000円 合計61,000円 【受講期間】3ヶ月 ※IHTAを退会している場合は再入会が必要です(上記金額に別途15,000円)			