

【YMCメディカルトレーナーズスクール】

2022～2023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 <b>専門知識を学びたい方</b> 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 <b>専門知識を活かして指導をしていきたい方</b> 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)		水曜コース 10:00～14:00 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	1月11日 2023年
2	240分	ライフスタイル・病気の段階	1月18日 2023年
3	120分	アーユルヴェーダとヨガの実践とは	1月25日 10:00～12:00
			5月3日 2023年
			5月4日 2023年
			5月4日 15:00～17:00
<p>参加条件：RYT200 学習中 or 修了の方</p> <p>【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)</p>			

プレピラティス講座 16時間 (修了書付き)		金曜コース 15:00～19:00 佐藤 美子	日曜コース 15:00～19:00 佐藤 美子
1	240分	ピラティス概要とプレピラティスの目的と効果	11月4日 2023年
2	240分	解剖学/姿勢評価 エクササイズ前の基本姿勢	11月11日 2023年
3	240分	ピラティスエクササイズに必要なプレ動作	11月18日 2023年
4	240分	プレピラティスのまとめ 実践学習	11月25日 2023年
<p>参加条件：どなたでもOK</p> <p>【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)</p>			

ヨガと生理学 16時間 (修了書付き)		木曜コース 15:00～19:00 本田 雄介	日曜コース 15:00～19:00 白岩由紀子
1	240分	"運動生理学とは～導入～骨と筋肉の関係"	9月29日 2023年
2	240分	筋収縮とエネルギー	10月6日 2023年
3	240分	運動と呼吸	10月13日 2023年
4	240分	肥満のメカニズムとヨガ	10月20日 2023年
<p>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</p> <p>【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)</p>			

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		木曜コース 10:00～14:00 林 真矢	日曜コース 10:00～14:00 林 真矢
1	240分	マタニティヨガの目的と効果	12月15日 2023年
2	240分	妊娠中の体の変化/アサナ解説	12月22日 2023年
3	240分	産後概要/プログラミング解説	1月12日 2023年
4	240分	実技試験対策	1月19日 2023年
5	240分	オンライン実技試験	1月26日 2023年
<p>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</p> <p>【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                  ※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)</p>			

セルフストレッチアドバンス 講座 10時間+実技試験		土曜コース 藤木 拓也	月曜コース 藤木 拓也
1	240分	【下部】脚部の知識(構造) パリエーションストレッチ 状態(姿勢)ストレッチ	12/3 15:00～19:00
2	180分	【下部】脚部の知識(構造) パリエーションストレッチ 状態(姿勢)ストレッチ	12/10 15:00～18:00
5	180分	【上部】脚部の知識(構造) パリエーションストレッチ 状態(姿勢)ストレッチ	12/17 15:00～18:00
240分		オンライン実技試験	12/24 15:00～19:00
<p>【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シク受講済みの方に限る。                  ベシクとセット申込みの場合は教材費5,000円引きです</p>			

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)		水曜コース 10:00～14:00 佐藤 真由	木曜コース 10:00～14:00 佐藤 真由
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?	11月30日 2023年
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ごとば①	12月7日 2023年
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ごとば②	12月14日 2023年
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?	12月21日 2023年
5			
<p>参加条件：RYT200 学習中 or 修了の方</p> <p>【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)</p>			

セルフストレッチベーシック講座10時間 (修了書付き)		土曜コース 藤木 拓也	月曜コース 本田 雄介
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)	11月5日 15:00～19:00
2		下肢の筋肉とストレッチ	4月10日 10:00～14:00
3	180分	体幹の筋肉とストレッチ	11月12日 15:00～18:00
4		上肢の筋肉とストレッチ	4月17日 10:00～13:00
5	180分	頸部の筋肉とストレッチ 総括	11月19日 15:00～18:00
6			4月24日 10:00～13:00
<p>参加条件：どなたでもOK</p> <p>【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)</p>			

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 美都 くらら	土曜コース 10:00～13:00 美都 くらら
1	180分	小顔フェイシャルの目的と効果	1月13日 2023年
2	180分	解剖学/生理学	1月20日 2023年
3	180分	フェイスリフト/リフト/フェイスリフト	1月27日 2023年
4	180分	オンライン実技試験	1月27日 14:00～17:00
<p>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</p> <p>【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)</p>			

ヨガリフレクソロジー講座 12時間+実技試験		火曜コース 10:00～14:00 中野正造 高田奈緒	日曜コース 15:00～19:00 中野正造 高田奈緒
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?	10月4日 2023年
2	240分	反射区とは・足裏から見る体のゆがみ・施術禁忌事項・注意事項	10月11日 2023年
3	240分	アロマセラピー構成	10月18日 2023年
4	240分	オンライン実技試験	10月25日 2023年
<p>参加条件：どなたでもOK</p> <p>【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)</p>			

産後ケアトレーニング講座 16時間+実技試験		月曜コース 藤井 梨紗	土曜コース 藤井 梨紗
1	240分	産後ケアトレーニングの目的/呼吸法	11月14日 2023年
2	240分	解剖学/トレーニング概要	11月21日 2023年
3	240分	トレーニング実践/実技試験対策	11月28日 2023年
4	240分	トレーニング実践/実技試験対策	12月12日 2023年
5	240分	オンライン実技試験	12月19日 2023年
<p>参加条件：どなたでもOK</p> <p>【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円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)</p>			

ティーチングスキルアップ講座		土曜コース 10:00～14:00 水野 とも	金曜コース 10:00～14:00 水野 とも
1	240分	アサナを見る上で必要な機能解剖学の復習	12月10日 2023年
2	240分	機能解剖学アドバンス	12月17日 2023年
3	240分	オンラインレッスンでの誘導方法と表現を学ぶ	12月24日 2023年
4	240分	現場での指導方法を深める	1月7日 15:00～19:00
5			
<p>参加条件：RYT200修了・IHTAヨガ1級取得途中の方</p> <p>【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)</p>			

頸椎アノミカルアプローチ (修了書付き)		水曜コース 15:00～19:00 田邊 正宏	土曜コース 10:00～14:00 大槻 恵
1	240分	頸部の基礎知識と調整法	10月5日 2023年
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)	10月12日 2023年
3			
4			
5			
<p>参加条件：RYT200修了・IHTAヨガ1級取得途中の方</p> <p>【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)</p>			

シニアヨガ ベーシック (実技試験込み) ～レッスンはシークエンスから～		土曜コース 15:00～19:00 川内 ありさ	水曜コース 10:00～14:00 宮崎 由里佳
1	240分	シニアヨガとは(効果・目的)	10月1日 2023年
2	240分	高齢者がかかえる疾患から見えること	10月8日 2023年
3	240分	ロコモティブシンドロームとは	10月15日 2023年
4	240分	シークエンスの練習	10月22日 2023年
5	240分	オンライン実技試験	10月29日 2023年
<p>参加条件：どなたでもOK</p> <p>【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)</p>			

シニアヨガ アドバンス ～レッスンプログラミングを組み立てる～		土曜コース 10:00～14:00 宮崎 由里佳	水曜コース 10:00～14:00 川内 ありさ
1	240分	シニアヨガとは(復習)	1月7日 2023年
2	240分	高齢者がかかえる疾患から見えること	1月14日 2023年
3	240分	運動指導に必要なこと(機能解剖学と運動生理学)	1月21日 2023年
4	240分	プログラミングを考える	1月28日 2023年
5	240分	オンライン実技試験	1月28日 15:00～19:00
<p>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)</p> <p>【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)                  ベシクとセット申込みの場合は教材費5,000円引きです</p>			