

2023年度 オンラインヨガインストラクター1級養成コース スケジュール 2023.1.28 更新

YOGA INSTRUCTOR COURSE
IHTA認定オンラインヨガインストラクター養成1級

参加できない講義はもう片方の曜日でご参加頂くか、振替用の動画をご視聴下さい

<金曜コース>

No.	講義項目	時間	時間
1	ヨガの哲学基礎①	4月14日	10:00~14:00
2	ヨガの哲学基礎②	4月21日	10:00~14:00
3	ヨガの哲学基礎③	4月28日	10:00~14:00
4	ヨガの哲学基礎④	5月12日	10:00~14:00
5	解剖学基礎①「機能解剖学とは」	5月19日	10:00~14:00
6	解剖学基礎②「下肢」	5月26日	10:00~14:00
7	解剖学基礎③「下肢」	6月2日	10:00~14:00
8	解剖学基礎④「下肢」	6月9日	10:00~14:00
9	解剖学基礎⑤「下肢」	6月16日	10:00~14:00
10	解剖学基礎⑥「上肢」	6月23日	10:00~14:00
4	解剖学基礎⑦「上肢」	6月30日	10:00~14:00
12	解剖学基礎⑧「上肢」	7月7日	10:00~14:00
13	アーサナ実践と指導方法①	7月14日	10:00~14:00
14	アーサナ実践と指導方法②	7月21日	10:00~14:00
15	アーサナ実践と指導方法③	7月28日	10:00~14:00
16	アーサナ実践と指導方法④	8月4日	10:00~14:00
17	アーサナ実践と指導方法⑤	8月11日	10:00~14:00
18	アーサナ実践と指導方法⑥	8月18日	10:00~14:00
19	アーサナ実践と指導方法⑦	8月25日	10:00~14:00
20	アーサナ実践と指導方法⑧	9月1日	10:00~14:00
21	アーサナ実践と指導方法⑨	9月8日	10:00~14:00
22	アーサナ実践と指導方法⑩	9月15日	10:00~14:00
23	アーサナ実践と指導方法⑪	9月22日	10:00~14:00
24	アーサナ実践と指導方法⑫	9月29日	10:00~14:00
25	グループブレスン 対策	10月13日	10:00~14:00
26	グループブレスン実践	10月20日	10:00~14:00
27	ヨガを仕事にするための講座	10月27日	10:00~14:00
28	まとめ	11月3日	10:00~12:00
28	IHTA認定実技試験		13:00~試験終わり次第

<日曜コース>

No.	講義項目	時間	時間
1	ヨガの哲学基礎①	6月4日	10:00~14:00
2	ヨガの哲学基礎②	6月11日	10:00~14:00
3	ヨガの哲学基礎③	6月18日	10:00~14:00
4	ヨガの哲学基礎④	6月25日	10:00~14:00
5	解剖学基礎①「機能解剖学とは」	7月2日	10:00~14:00
6	解剖学基礎②「下肢」	7月9日	10:00~14:00
7	解剖学基礎③「下肢」	7月16日	10:00~14:00
8	解剖学基礎④「下肢」	7月23日	10:00~14:00
9	解剖学基礎⑤「下肢」	7月30日	10:00~14:00
10	解剖学基礎⑥「上肢」	8月6日	10:00~14:00
4	解剖学基礎⑦「上肢」	8月13日	10:00~14:00
12	解剖学基礎⑧「上肢」	8月20日	10:00~14:00
13	アーサナ実践と指導方法①	8月27日	10:00~14:00
14	アーサナ実践と指導方法②	9月3日	10:00~14:00
15	アーサナ実践と指導方法③	9月10日	10:00~14:00
16	アーサナ実践と指導方法④	9月17日	10:00~14:00
17	アーサナ実践と指導方法⑤	9月24日	10:00~14:00
18	アーサナ実践と指導方法⑥	10月1日	10:00~14:00
19	アーサナ実践と指導方法⑦	10月8日	10:00~14:00
20	アーサナ実践と指導方法⑧	10月15日	10:00~14:00
21	アーサナ実践と指導方法⑨	10月22日	10:00~14:00
22	アーサナ実践と指導方法⑩	10月29日	10:00~14:00
23	アーサナ実践と指導方法⑪	11月5日	10:00~14:00
24	アーサナ実践と指導方法⑫	11月12日	10:00~14:00
25	グループブレスン 対策	11月19日	10:00~14:00
26	グループブレスン実践	11月26日	10:00~14:00
27	ヨガを仕事にするための講座	12月3日	10:00~14:00
28	まとめ	12月10日	10:00~12:00
28	IHTA認定実技試験		13:00~試験終わり次第