

オイルボディセラピスト 4月スタート 火曜日コース		講師:遠藤 洋子 定員 8名
1	オイルボディ学科・オイルボディオープニング～脚後面1	4月25日 火 10:00～13:10
2	オイルボディ脚後面2・オイルボディ脚後面1・2復習	5月16日 火 10:00～13:10
3	オイルボディヒップ1・オイルボディヒップ1復習	5月23日 火 10:00～13:10
4	オイルボディ背面1・オイルボディ背面1復習	5月30日 火 10:00～13:10
5	オイルボディ背面2・オイルボディ背面2復習	6月6日 火 10:00～13:10
6	オイルボディ脚前面1・オイルボディ 脚前面1復習	6月13日 火 10:00～13:10
7	オイルボディ脚前面2・オイルボディ脚前面2復習	6月20日 火 10:00～13:10
8	オイルボディ腹部1・オイルボディ腹部1復習	6月27日 火 10:00～13:10
9	オイルボディ腕1・オイルボディ腕1復習	7月4日 火 10:00～13:10
10	オイルボディデコルテ1・オイルボディデコルテ1復習	7月11日 火 10:00～13:10
11	オイルボディコンサルテーション1・2	7月18日 火 10:00～13:10
12	オイルボディロープレ1・2	7月25日 火 10:00～13:10
13	オイルボディロープレ3・4	8月1日 火 10:00～13:10
14	オイルボディロープレ5・6	8月22日 火 10:00～13:10
	総復習	8月29日 火 10:00～13:10
15	IHTA オイルボディセラピスト 実技試験	9月5日 火 10:00～13:10

オイルトリートメントは体内に溜まった老廃物や毒素の排出を促すと同時に、ストレスや疲れによってガチガチに硬くなった筋肉をほぐし、血行促進やリラクゼーション効果が期待できます。お顔を除く全身のトリートメント技術をしっかり習得できるコースです。
(※ アロマ精油は使用いたしません。ホホバオイルのみでの施術です。)
(※女性限定のコースです。)



↑ 通常135,000円(税込)⇒2月27日までのご契約で113,000円(税込)

骨格調整アドバンス 5月スタート 木曜日コース		講師:田邊 正宏 定員 8名
1	基礎知識・モーションパルペーション	5月25日 木 14:10～17:20
2	骨盤可動チェック法・テクニック	6月1日 木 14:10～17:20
3	腰椎可動チェック法・テクニック	6月8日 木 14:10～17:20
4	補講・復習	6月15日 木 14:10～17:20
5	胸椎可動チェック法・テクニック	6月22日 木 14:10～17:20
6	頸椎可動チェック法・テクニック	6月29日 木 14:10～17:20
7	補講・総復習	7月6日 木 14:10～17:20
8	IHTA メディカルトレーナーアドバンス 実技試験	7月13日 木 14:10～17:20

スラスト(瞬間圧)での骨格調整を学ぶコースです。触診と視診と動診を駆使し、脊椎の椎間関節及び骨盤がどのようにバランスを崩しているのかを見極めた上で、より効果的に改善できる技術を学びます。
技術はガンステッドテクニック中心で行います。



↑ 通常185,000円(税込)⇒3月28日までのご契約で163,000円(税込)

アナトミーストレッチトレーナー 6月スタート 土曜コース		講師:田邊 正宏 定員 8名
1	ストレッチ基礎知識・ストレッチ解剖学	6月17日 土 14:10～17:20
2	【ハムストリングス】解剖学・ストレッチ実技 【下腿三頭筋】解剖学・ストレッチ実技	6月24日 土 14:10～17:20
3	【内転筋群】解剖学・ストレッチ実技 【臀筋群】解剖学・ストレッチ実技	7月1日 土 14:10～17:20
4	【腸腰筋】解剖学・ストレッチ実技 【大腿四頭筋】解剖学・ストレッチ実技	7月8日 土 14:10～17:20
5	ストレッチ復習・補講	7月15日 土 14:10～17:20
6	【外腹斜筋・内腹斜筋】解剖学・ストレッチ実技 【脊柱起立筋群・大腿筋膜張筋】解剖学・ストレッチ実技	7月22日 土 14:10～17:20
7	【僧帽筋・肩甲挙筋】解剖学・ストレッチ実技 【三角筋】解剖学・ストレッチ実技	7月29日 土 14:10～17:20
8	【ローテーターカフ】解剖学・ストレッチ実技 【肩甲骨】解剖学・ストレッチ実技	8月5日 土 14:10～17:20
9	【大胸筋・前鋸筋】解剖学・ストレッチ実技 【上腕二頭筋・上腕三頭筋】解剖学・ストレッチ実技	8月12日 土 14:10～17:20
10	総復習	8月19日 土 14:10～17:20
11	IHTA アナトミーストレッチトレーナー 実技試験	8月26日 土 14:10～17:20

ヨガはもちろん、スポーツや競技など体を動かす現場において、知っておきたい内容です。ストレッチによるパフォーマンス力の向上、身体操作と可動域の向上などについて、適切なアドバイスをすることができるようになります。解剖学は、ただ頭で用語を覚えただけでは、なかなか現場で活かすことができません。ストレッチの技術を通して、より筋肉・体の理解を深め、自信をもって指導できるようにしていきましょう。近年ストレッチ専門店が増加しているように、需要が非常に多い分野です。専門性の高い知識と技術は、健康業界において大きな強みとなるはずですよ。



↑ 通常205,000円(税込)⇒4月27日までのご契約で183,000円(税込)

お申込み・ご受講のご相談について

YMC横浜校へお気軽にお問い合わせ・お声がけくださいませ。
TEL: 045-313-6650 mail: yokohama@ymc-rise.co.jp