

ケン・ハラクマ先生 リストラティブヨガ (ヒーリング&リラクゼーションヨガ) 指導者養成コース

香川初開催

アシュタンガヨガの第一人者であり、さまざまなヨガの実践を経験したケン・ハラクマ先生考案のプログラムです。

2日間 合計21時間コースは、ヨガインストラクターの方はもちろん、ヨガが初めての方にも安心して受講していただける極上の癒し系ヨガ指導者養成コースです。

ぐっすり眠れないという方が多い世の中。五感にアピールする様々なツールを使って身体感覚全てをリラックスさせ、まるで何時間も熟睡したかのような感覚をヨガクラスの限られた時間で味わう為のプログラム。

深い癒しを求めている方や、ご家族やパートナーを癒してあげたい方、ヨガスタジオを運営されている方にはご自身のスタジオに新たなる癒しのプログラムを、またシニア向け、初心者向けにヨガ指導していきたい先生や、癒しを求める生徒さんを指導されている先生も、新たなる癒しのプログラムの幅が広がると思います。

【日程】

2015年9月25日(金) 8:00~19:00

2015年9月26日(土) 8:00~18:00

計2日間:21時間コース

【会場】

IYC 四国スタジオ (コトデン瓦町駅から徒歩5分)

〒760-0053 香川県高松市田町2-3 岡ビル3F http://www.geocities.jp/shikoku_iyc/access.html

【参加費】

131,328円 (最終日に、ケン・ハラクマより指導者認定書を授与)

【講師】

ケン・ハラクマ



IYC インターナショナルヨガセンター&アシュタンガヨガジャパン主宰。

アイアンガーヨガ(BKS アイアンガー)、アシュタンガヨガ(Sri K パタビジョイス)、ハタヨガ、ヴィンヤーサヨガ、リストラティブ系ヒーリング&リラクゼーションヨガ他、様々なヨガの実践経験を通してより人生を有意義にそして楽しく幸せに毎日をごせる為のヨガ指導をメインテーマにインターナショナルヨガセンターでの活動を行う。

また、日本のヨガ界の第一人者として国内外にて幅広いヨガの指導とワークショップを行うほか、合宿・指導者養成や、メディア・教育・各種企業へのヨガコンサルティングなど健全なヨガの普及に努める。

【プログラム内容】

- 1.ヒーリング&リラクゼーションヨガについての基本的な知識
- 2.カラダのヒーリング&リラクゼーションの実践及び指導方法
- 3.マインドのヒーリング&リラクゼーションの実践及び指導方法
- 4.ポーズと呼吸の組み合わせによる癒し方
- 5.静止したポーズによるカラダの癒し方
- 6.整体的観点からみたカラダの癒し方
- 7.ヨガ的思考方から学ぶヒーリングについての知識
- 8.サウンド(音)や香り、その他様々なツール(道具)によって五感に働きかけるヒーリング&リラクゼーションについて
- 9.瞑想とリラクゼーションについて
- 10.日常生活に役立つヒーリング&リラクゼーションとは
- 11.ヒーリング&リラクゼーションの為にマッサージテクニックと指導方法
- 12.ストレスのない食事方法について
- 13.対人関係とストレスについての対処方法
- 14.認定試験(実地および筆記試験)

【参加資格】

男女、年齢、ヨガの経験問わず、どなたでもご参加いただけます。

【参加後の特典】

- * ケン・ハラクマの各イベントやワークショップに特別割引価格にて参加可。
- * 受講後は無料にてリストラティブヨガ(ヒーリング&リラクゼーションヨガ)指導者養成コースにリピート参加可。
- * IYC ホームページ上の「養成コース修了生リスト」への登録可。(詳細はコースにてご説明致します。)

【参加申込方法】

メール: shikokuiyc@yahoo.co.jp

件名に、「リストラティブTT香川参加希望」と明記の上、

- 1、氏名(フルネーム)
- 2、生年月日
- 3、ご住所
- 4、携帯番号と、
- 5、顔写真1枚添付の上、

上記メールにてお申込みください。

お申込み後 1 週間以内に参加受付済みのお返事と参加費お振込先のご連絡をいたします。(1 週間たっても返信がない場合はお手数ですが再度ご連絡ください。)携帯メールからでもお申込み可能です。携帯からお申込みの場合は PC から返信しますので受信設定にご注意ください。* 定員になり次第締め切ります。参加費支払い後正式申込完了。

【キャンセルについて】

- ・コース開始日の 1 か月前までキャンセル料はかかりません
 - ・コース開始日の 10 日前迄 :キャンセル料 30%
 - ・コース開始日の 10 日前以降:キャンセル料 100%
- 上記キャンセル料がかかりますのでご了承ください。

【お申込み・お問合せ】

アナブキサユミまで: TEL:090-7622-6653

Email: shikokuiyc@yahoo.co.jp