

ケン・ハラクマ先生による ハタヨガ指導者養成コース



国内外にて幅広くヨガの普及活動を行っているケン・ハラクマ先生による指導者養成コースを香川にて開催します。

「ハタヨガ」はヨガを学ぶ全ての方にとって基本となるエッセンスのつまったヨガと言えるでしょう。

身体の柔軟性やヨガの経験にかかわらず、初心者の方も参加できるコースです。ヨガをより深めていきたい方や、今後ヨガを指導していきたい方、そしてすでに指導されている方でご自身の指導に役立てたい方など、どなたでもご参加ください。

ケン先生に直接お会いして学ぶことのできる又とない機会ですので、興味をお持ちの方はぜひ参加されることをおすすめします。ご参加お待ちしております。

【コース内容】

ハタヨガの理論と実践

1. ヨガ的生活についての考え方
2. 目的別アサナの実践と教え方
 - ・エネルギーをチャージするポーズ
 - ・ポーズを長く保持する意味
 - ・ケガや痛みに対処したポーズ
 - ・ヒーリング&リラックス系の疲れやストレスを取り除くためのポーズ
 - ・ブロック、ベルト、ボルスター、チェアーなども使い、生理中のポーズの在り方や実践方法
 - ・その他必要に応じたポーズの練習方法
3. 初心者の為のプラナヤマの実践と教え方
4. 日本人に合った基本的ヨガ哲学について
5. 女性とヨガの練習方法について
6. 瞑想の実践と考え方
7. 個々に対応したヨガの練習方法と教え方
8. 簡単なマッサージテクニックによるヒーリング&リラクゼーションの方法
9. その他必要に応じたプログラム
10. 認定試験(実地及び筆記試験)

【日程】

2016年9月23日(金) 8:00~19:00

2016年9月24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

【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。

【参加費】

140,400円（最終日に、ケン・ハラクマより指導者認定書を授与）

【対象】

初心者の方からインストラクターの方までレベルに関係なくご参加いただけます。

【参加後の特典】

*コース受講後は、各地で今後開催されるケン・ハラクマのハタヨガ指導者養成コースに、無料にて再受講可能です。またケン・ハラクマのヨガワークショップに割引価格にて参加できます。

*希望者はIYC ホームページ上の「養成コース修了生リスト」への登録が可能になります。（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、「9月ケン先生ハタヨガTT参加希望」と明記の上、

- 1、名前+フリガナ（フルネーム）
- 2、生年月日
- 3、ご住所
- 4、携帯番号
- 5、メールアドレス

6、顔写真1枚添付の上、お申込みください。

お申込み後3日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。3日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。PCのyahooメールより返信しますのでメールの受信設定にご注意ください。参加費支払いをもちまして正式なお申込完了となります。*定員になり次第締め切ります。



【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