

TOKYO / 東京

陰ヨガ指導者養成講座 <アドバンス>



ADVANCE

~YIN YOGA TEACHER TRAINING AT JUNOSTYLE~

Junostyle 陰ヨガ指導者養成プログラム

03. 「陰ヨガのアーサナを深めるための呼吸の導き方」

呼吸を使ってアーサナを行うのが、他のスポーツと違うヨガの大きな特徴です。呼吸は身体と心を開くツールであり、融合するツールでもあります。特に、精神面で重要なのは、呼吸が必ず動きのない静寂へと戻ることです。呼吸が、静止をした陰ヨガのアーサナにある静寂さと融合する時、陰ヨガがさらに深いヨガとなります。自信のプラクティスはもちろん、生徒さんの陰ヨガを深める呼吸の指導方法を学びます。

開催日程 11/14(水) または 12/8(土)

※どちらかの日程をお選びください

Session 5 アドバンスプラクティス *10:00~12:30

Session 6 指導者のためのアドバンス養成講座 *13:30~16:30

TOKYO 2018

[その他の陰ヨガ指導者養成講座情報はこちら>>>](#)



[会場] Junostyle Studio

東京都中央区八丁堀4-10-8 第3SSビル302
Tel 03-6280-5661 ▶<http://www.junostyle.jp>

[講師] 渡辺純子 (ジュノスタイル代表)

全米ヨガアライアンス認定講師 (E-RYT500)
BLOG ▶ <http://junostyle.jp/ownerblog/>

[持ち物] 動きやすい格好のお着替え、タオル、筆記用具
※ヨガマットはご用意しております(無料)

[参加費] Session 5
アドバンスプラクティス: 5,400円(税込)

Session 6
指導者のためのアドバンス養成講座: 8,100円(税込)

[定員] 10名 (各セッションごと)

※各セッションごとに受講が可能です。▼受講例▼

◎プラクティスを深めたいなら、アドバンスプラクティスを受講(Session5) ◎ティーチングスキルを学びたいなら、指導者のためのアドバンス養成講座を受講(Session6)
◎どちらも深く学びたいなら、続けて受講(Session5&6)

[お申込] info@junostyle.jp

>>>お名前、ご連絡先、希望日時とセッション、
<ベーシック> 修了年月を明記の上、
メールにてお申してください。

[受講資格] Junostyle陰ヨガ指導者養成講座<ベーシック>を修了した方

※このプログラムは、ジュノスタイルにて取得する米国ヨガアライアンス認定資格(RYT500)の必須300時間に加算が可能です。

