

MY マタニティヨガ 認定インストラクター養成講習会

ヴィンヤサヨガで妊娠中の不定愁訴改善とお産に必要な体力アップを！

講義では産科学や妊婦の運動指導に必要な知識をしっかりと学ぶことからスタート。実技では妊婦体験ベルトを着用して禁忌アーサナの確認や呼吸法、メディテーションの方法、妊婦の身体に合わせた目的別・体位別のアーサナ、運動量を上げるヴィンヤサの手法を学びます。実践に即したドリルワークを通し、現場で役立つマタニティヨガスキルを学べるカリキュラムとなっています。

開催地 **東京** 開催月 **9月/2019年1月**

助成金
支給対象
詳しくはP26



*妊娠中の方は、安全面を考慮して講習会の受講はできませんので、ご了承ください。

STEP 1 講義 (12.5時間)	No.ML18050 日 程:9月11日(火)・12日(水) 会 場:ファースト・ブレイス東京(東京・日暮里) 講 師:田中康弘(JMFA理事長) 白木和恵(JMFA ディレクター) 安藤久美子(JMFAゴールド) ポイント:MF=12.5 JAF=10.0(GFI資格)	No.ML19051 日 程:2019年1月29日(火)・30日(水) 会 場:ファースト・ブレイス東京(東京・日暮里) 講 師:田中康弘(JMFA理事長) 白木和恵(JMFA ディレクター) 安藤久美子(JMFAゴールド) ポイント:MF=12.5 ※GFI資格向けのポイント付与 はありません。
	STEP 2 実技 (20.0時間)	No.MY1862 日 程:9月13日(木)~15日(土) 会 場:ファースト・ブレイス東京(東京・日暮里) 講 師:和田敦子(JMFAディレクター) 上原陽子 (JMFAマタニティヨガスペシャリスト) ポイント:MF=20.0 ※GFI資格向けのポイント付与 はありません。
オプション 試験対策 (筆記1.0時間+実技3.0時間)	日 程:10月20日(土) 会 場:ファースト・ブレイス東京(東京・日暮里)	日 程:2019年3月9日(土) 会 場:ハイハットスタジオ(東京・自由が丘)
受講料: 筆記対策/実技対策…各 5,400円 ※試験対策はオプションとなり、講習会に含まれておりません。講習会受講料とは別に、受講料が必要となります。		
STEP 3 認定試験 (筆記2.0時間+ 実技0.5時間)	No.CMY1845 日 程:10月21日(日) 会 場:ファースト・ブレイス東京(東京・日暮里)	No.CMY1946 日 程:2019年3月10日(日) 会 場:ハイハットスタジオ(東京・自由が丘)



受講料	会員	非会員
STEP 1 講義 STEP 2 実技 STEP 3 認定試験	164,916円	168,480円
STEP 3 認定試験 ※再試験の方のみ	21,600円	

協会の講習会を初めて受講される方(非会員)
講習会受講・資格取得には日本マタニティフィットネス協会への「会員登録」が必要となります。また、会員登録後は月会費(月額1,782円)のお支払いが必要です。
※左記の受講料には月会費2か月分が含まれています。

部分受講が可能です

マタニティヨガ認定インストラクター、マタニティヨガ講習会を修了された方は、講義・実技の部分受講ができます。時間数に合わせてポイントも付与されますので、受講を希望される方は協会までお問い合わせください。

*受講料は一括でお支払いいただけますようお願いいたします。*認定試験合格後、資格登録(登録料1,080円)を済ませますと、認定証が発行されます。

★マタニティヨガ有資格者の皆さまへ★ 現代妊婦に合わせリニューアルしたJMFAのマタニティヨガを学びましょう!

A 体位別・目的別アーサナを学ぶコース	B ヴィンヤサを学ぶコース
日時&会場:【No.MY1862-A】9月13日(木) 16:15~18:45 9月14日(金) 11:00~12:30 【No.MY1963-A】2019年1月31日(木)・2月1日(金) ※時間調整中 ファースト・ブレイス東京(東京・日暮里)	日時&会場:【No.MY1862-B】9月14日(金) 13:30~17:45 【No.MY1963-B】2019年2月1日(金) ※時間調整中 ファースト・ブレイス東京(東京・日暮里)
内 容: 体位別アーサナ、目的別アーサナ 受講料: 11,340円(実技サブテキスト付)/ポイント: MF=4.0	内 容: ヴィンヤサのアーサナ、シークエンス(プログラミング)の方法、ヴィンヤサのドリルワーク 受講料: 10,665円(実技サブテキスト付)/ポイント: MF=3.75

*受講にはマタニティヨガテキスト(2011年5月版以降)が必要です。プログラムがリニューアルされているため、参加者全員に実技サブテキストが付いています。



体位別・目的別アーサナの復習と新しいバージョンを学びます。



アーサナを1呼吸1動作で行い(ヴィンヤサ)、運動量を上げていくヨガの手法を学びます。

お願い 講習会・勉強会のお申し込み期限は、開催1か月前までとなります。お早めにお申し込みください(それ以降は協会までお問い合わせください)。