



A-Yoga Mind and Body Movement Therapy

御影会場 認定インストラクターベーシック講習

◇ 目的

- ① 動作教育を通じた人間形成のお手伝いを通して、社会の健全に貢献する人材を育成する
- ② グループ・パーソナルレッスンで成果を生み出す動作教育法の伝授
- ③ 動作教育の指導者としての基礎の徹底と応用力・柔軟性の土台作り

これらの実現のために、私たちは様々な勉強、活動を通して日々成長し関わってくださる皆様の可能性を共に広げていきます。

◇ 養成課程ステップ

ステップ1：1か月に1日、計5日間

A-Yogaの基礎を学び、心と体を導くうえで必要な自己開発と心身の知識の向上を目的とします
ステップ1を修了しステップ1試験に合格した人は、基礎レッスン指導を開始することができます

ステップ2：ステップ1講習終了後、2か月ごとに3日講習

ステップ1で学んだことを実践するうえで出てくる疑問や質問などについて講義を行い、新たな知識の積み上げ応用講習を行います

*ステップ1+ステップ2 計8日間 約12か月

*A-Yoga認定インストラクターになるには、ステップ2までを取得する事を義務付けています

◇ 実施内容（一部抜粋）

動作教育の基礎の習得に必要なこと

- ① 機能解剖の理解
- ② 脳の構造
- ③ 感覚を重視した動作教育の概念と実践
- ④ 深部感覚の構造の理解
- ⑤ 骨格に重点を置いた考え方の理解

動作を行う上での重点ポイント

- ① 関節の可動性：安定性の理解と実践での活用
- ② 体幹（脊柱）から四肢へのつながり
- ③ 末端からの動作の導き（足関節（足根骨）、手根骨、頸椎）
- ④ 呼吸の理解
- ⑥ 緊張と弛緩のバランス（感覚力の引き出し方）
- ⑦ 手による導き・サポート

◇養成受講条件

- 1 全日程を出席できる方に限ります。※緊急の事情以外、欠席は出来ません
- 2 受講に必要な資格や経験などはありません
- 3 毎回、課題を提出します。その課題を期日までに提出頂きます
- 4 自主的に、前向きな姿勢で素直に今の自分自身と向き合って取り組める方
- 5 動作教育を通した人間形成のお手伝いに取り組む気持ちがある方

◇日程

ステップ1 開始時間9時30分 終了時間18時30分

- | | | | |
|-----|-------|-------|-----|
| 第1回 | 2017年 | 4月17日 | (月) |
| 第2回 | | 5月15日 | (月) |
| 第3回 | | 6月19日 | (月) |
| 第4回 | | 7月24日 | (月) |
| 第5回 | | 8月28日 | (月) |

ステップ2

- | | | | | |
|-----|-------|-----|-----|-----|
| 第1回 | 2017年 | 10月 | 2日 | (月) |
| 第2回 | | 11月 | 13日 | (月) |
| 第3回 | | 12月 | 18日 | (月) |

◇場所：ホットヨガ&コラーゲンスタジオAs(アズ) 御影店

住所：兵庫県神戸市東灘区本町4丁目4-1 電話：078-200-6396

◇持ち物

- ①筆記用具 ②水分補給できるもの ③汗拭きタオル

※テキストは、当日配布致します。 ・昼食は近くにスーパーがあります

◇スタッフ

メイン講師： 山本邦子 西羅智恵 中嶋千代美 山崎あゆみ

アシスタント講師： 小柴知子

◇費用

ステップ1：5回講習 200,000円 (税込 216,000円)

ステップ2：3回講習 105,000円 (税込 113,400円)

ステップ1+2：8回講習 305,000円 (税込329,400円)

※ステップ1+2 一括払い割引 290,000円 (税込313,200円)

『振込先』 銀行名 三井住友銀行 大阪本店営業本店

口座番号 普通預金 6810249

口座名義 株式会社リーチ

◇ 再試験について

ステップ1と2の最終日は認定試験となりますが、もし合格認定が下りなかった場合、1年以内での再試験が可能です。各自の課題を明確にした上で準備をしていただき日程を設定いたします。その際、再試験料は15,000円（税抜）となります。

◇ 認定取得後の流れについて

A-Yoga認定インストラクターとして活動していただくため、最終試験合格通知受領後（ステップ1 5回目終了後）インストラクター登録料35,000円（税抜）が必要となります。

*登録料は初回1度のみ

◇ 認定後のキャリアステップアップ

A-Yoga養成講習アシスタント講師、トータルらいふけあ主催の認定者向け講習講師、アドバンスインストラクター養成講座（認定5年以上の方対象）の受講資格など様々な機会を設けていきます。▷ A-Yoga事務局担当：吉田友美(ayogagroup@gmail.com)

◇ 認定更新について

心と体を観るプロとしての新しい知識、正しい知識の取得と技術力向上のため、教育単位『CEU』（Continuing Educational Unit）の提出が、必須となります。

認定登録後、認定者同志の情報共有、指導レベル向上のため毎年行われるキャリアアップセミナー、認定者対象のボディ&マインド関連講座、A-Yoga合宿など受講しCEU単位を取得、提出頂きます。受講料はセミナー内容と受講時間（半日・1日）によって異なり、約5,000円～15,000円となります。

「A-Yoga関連講座例」

- ・胸郭から整える 呼吸向上を促す動作教育
- ・怪我から学ぶ解剖学
- ・A-Yoga進化セミナー など

認定更新料は、2年ごとに 10,000円（税抜）となり、2年間で合計30単位の継続教育単位（CEU）の提出が必要となります。（別紙参照）

認定更新年：偶数年12月 ※次回の提出は2018年12月となっておりますが、2017年1月以降に認定を取得した方の提出単位数は認定が終了した時期によって変動があります。

提出CEUの内容例

カテゴリーA “A-Yoga認定者対象セミナー” A-Yoga養成勉強会、養成サポート 20CEU以上

カテゴリーB “（株）リーチ主催セミナーで、一般の方も参加可能”

スポーツ医学、医療系、ビジネスコーチング関連セミナー

カテゴリーC CPR/AED（心肺蘇生法） 最大3単位

カテゴリーD “他機関主催のセミナー”

健康、医療、食、スポーツ、徒手療法など多種多様なセミナー

基本1時間の参加で約1CEUの取得となります。例：6時間参加で約6CEU
カテゴリーAのみ、養成サポート・勉強会は、半日参加で1CEU、1日参加で2CEUの取得

2年間でカテゴリーA（最低20CEU）＋カテゴリーBCD（10CEU以上）＝合計30CEU以上の提出
が認定更新に必要となります

認定更新条件

- ① 2年間で30単位の継続教育単位の提出。単位が不足している場合は、レポートやケーススタディーなどの提出で補足することができます。（それぞれの事情に応じて対応をします）
- ② クライアントの自己開発、健康の向上を導く真摯な姿勢、指導者として誠実に取り組む姿勢。そのための自己鍛錬と勉強の継続をする

※上記の条件を満たさない場合、認定インストラクターを取消させていただくこともあります

質問などございましたら、お気軽にご連絡下さい。

申し込みについて：在籍されている（される）各店舗

2017年御影養成連絡担当：山崎あゆみ yamazaki.ayoga@gmail.com

主催 有限会社トータルらいふけあ 代表 山本邦子（やまもとくにこ）, MS, ATC, GCFP

共催 株式会社リーチ（事務管理）

協力 ヨガスタジオ grandjete(グランジュテ) 代表 西羅智恵（にしら ともえ）

【講座欠席について】

養成受講条件の1の通り、養成参加者は全日程を出席できる方に限ります。

ただし、緊急・やむを得ない諸事情により講座欠席を余儀なくされた場合、早急に養成担当者へ連絡をお願いします。

そのうえで、後日欠席した講義の追加講習を設定します。この場合、講習を行う担当者と日程調整をし、開催日程・会場を決定いたします。別途追加料金は、以下の通りです。

1日欠席の追加講習は5時間 → 20,000円（税込 21,600円）

別途 講師交通費・場所代が必要となります