

アーサナ スキルアップコース

申込受付中！

教えることは考えていないけれど
レギュラークラスでは知れない細かなアーサナの
取り組みに興味がある方は是非ご受講ください

基本のアーサナ・ステップアップのアーサナを解剖学・呼吸・瞑想などの各視点から学んでいきます

こんな方におすすめです！

- ヨガスタジオで習ったアーサナを復習したい方
- 資格取得までは考えていないが、ヨガが好きで今よりもっとヨガのアーサナを深めたい方
- ヨガインストラクターとして活動中の方や、これから目指そうとしている方

このカリキュラムで学べること

基本のアーサナ

アドバンスのアーサナ

講師からメッセージ

自分を知ることが目的に探求は始まります。アーサナも呼吸法も瞑想もそしてヨーガ哲学も。ハタヨガやヨーガ哲学から得た知識を日常生活に生かして、笑って過ごせる毎日を過ごしましょう。

講師：KUMI

Sprit yoga international School 全米ヨガアライアンス RYT200時間修了
Yin/Insight Yoga and Mindfulness meditation teacher training Sarah Powers 修了
Olop Arpipi Iyenger Yoga Intensive Course修了
プロップを使ってティーチングスキルアップ with SHIZEN YOGA 修了
Anusara yoga Intensive Course with Jackie pretty 修了



詳細は裏面へ →

解剖学・呼吸・瞑想などの各視点から学ぶ 基本のアーサナとステップアップのアーサナのカリキュラム

受講料金 170,000円(税抜) ※別途参考書購入
申込料金 20,000円(税抜) ※申込料金は受講料の内です

日程	2021年4月4日～8月22日(毎週日曜日)	※但し、4月11日、5月2日、9日、6月6日、7月4日は除く ※日程が変更になる可能性もございます
時間	14:15～18:00の間	※8月15日以降は11:30～18:00
対象	どなたでも受講頂けます	
内容	座位・立位・逆転・バランスなどの各アーサナを1つ1つ丁寧に学んでいきます	
お支払方法	指定口座への振込 or クレジットカード ※分割対応いたします。お申込み時にご相談ください。	

その他にも各専門分野の「プロ」が教える、充実のコース

ティーチング
スキルアップ

ヨーガ哲学

プラナーヤマ&
メディテーション

解剖学&
ボディワーク

京都・滋賀からの
アクセス抜群！

通いやすい駅チカ

yoga school Koiki (ヨガスクールコイキ)

■JR大津京駅 徒歩3分

■京阪大津京駅 徒歩4分



ご予約・お申込みはHPより受付中！

お問合せ

TEL 077-536-5317

WEB <https://yoga-koiki.com>

MAIL info@yoga-koiki.com



〒520-0025

滋賀県大津市皇子が丘3丁目-12-32

中川ビル3階 定休日：不定休

yoga studio Koiki