

HOT YOGA STUDIO loive

【RYT200】全米ヨガアライアンス認定講座 オンラインセッション開催スケジュール

こちらのマーカー箇所のセッションは、欠席は不可となります。
(DAY1、DAY7、DAY17、DAY20)

※セッション内容、開始終了時間が変更となる場合がございます。

DAY1	2022/10/16(日)17:00～22:00	座学/実技
17:00-19:30	オリエンテーション	座学
19:30-22:00	哲学・歴史①	座学
DAY2	2022/10/19(水)19:00～22:00	座学/実技
19:00-20:30	哲学・歴史②	座学
20:30-21:00	チームセッション①	座学
21:00-22:00	呼吸の実践	座学/実技
DAY3	2022/10/23(日)17:00～22:00	座学/実技
17:00-20:00	アサナの分類と基本原則	実技
20:00-22:00	女性のためのマインドフルネス①	座学/実技
DAY4	2022/10/26(水)19:00～22:00	座学/実技
19:00-22:00	解剖生理学①	座学/実技
DAY5	2022/10/30(日)17:00～22:00	座学/実技
17:00-22:00	解剖生理学②③	座学/実技
DAY6	2022/11/2(水)19:00～22:00	座学/実技
19:00-22:00	解剖生理学④	座学/実技
DAY7	2022/11/6(日)17:00～22:00	座学/実技
17:00-19:00	女性のためのマインドフルネス②	座学/実技
19:00-21:00	各アサナの詳細解析	座学/実技
21:00-22:00	チームセッション②	座学

DAY8	2022/11/9(水)19:00～22:00	座学/実技
19:00-22:00	解剖生理学⑤	座学/実技
DAY9	2022/11/13(日)17:00～22:00	座学/実技
17:00-19:00	解剖生理学⑥	座学/実技
19:00-22:00	インターミディエイト・アドバンスアサナ	座学/実技
DAY10	2022/11/16(水)19:00～22:00	座学/実技
19:00-22:00	ティーチング手法について・実践	座学/実技
DAY11	2022/11/20(日)17:00～22:00	座学/実技
17:00-20:00	アーユルヴェーダ	座学/実技
20:00-22:00	ダイエットメカニズム	座学
DAY12	2022/11/23(水)19:00～22:00	座学/実技
19:00-22:00	瞑想の種類と詳細解析	座学/実技
DAY13	2022/11/27(日)17:00～22:00	座学/実技
17:00-20:00	女性の身体の基礎知識	座学/実技
20:00-22:00	ムーンサイクルヨガ	実技
DAY14	2022/11/30(水)19:00～22:00	座学/実技
19:00-22:00	クラスデザイン理論	座学/実技
DAY15	2022/12/3(土)※断食リトリート	座学/実技
10:00-12:00	断食リトリート概要	座学/実技
12:00-13:30	朝ヨガレッスン	実技
13:30-17:00	休憩	
17:00-19:00	夜ヨガレッスン	実技
DAY16	2022/12/4(日)※断食リトリート	座学/実技
10:00-12:00	朝ヨガレッスン	座学/実技
12:00-13:00	チームセッション③	座学

13:00-14:00	休憩	
14:00-16:00	瞑想の実践	座学/実技
DAY17	2022/12/7(水)19:00~22:00	座学/実技
19:00-20:00	チームセッション④	座学
20:00-22:00	クラスデザイン実習	実技
DAY18	2022/12/11(日)17:00~22:00	座学/実技
17:00-22:00	クラスデザイン実習	実技
DAY19	2022/12/14(水)19:00~22:00	座学/実技
19:00-22:00	クラスデザイン実習	実技
DAY20	2022/12/18(日)17:00~22:00	座学/実技
17:00-20:00	修了テスト	実技
20:00-22:00	修了式	座学