

第20期

アクティブヨーガ インストラクター養成コース

アクティブヨーガは、フィットネスクラブ向けに開発された立位のポーズを中心に行うパワー系ヨーガです。全国各地に約400名の認定インストラクターを輩出し、非常に高い評価を受けています。

ヨーガの目的や効果を最大限に生かしながらも安全性を重視しているため、様々なレベルの方が参加するグループエクササイズに適したプログラムです。体のコンディションを整え、心と体の調和を図ります。エクササイズ実施後は、まるで心身が浄化されたように、スッキリした感覚が得られるでしょう。

この機会にぜひアクティブヨーガの指導スキルを身に付けて、ご自身の活動の場を広げてみませんか？

期 間

2009年10月 6日(火)～10月 9日(金)
10月19日(月)～10月20日(火)
計6日間(36時間)

時 間

10:00～17:00(途中1hの休憩有)

会 場

広島県立総合体育館 武道場
広島市中区基町4-1 電話082-228-1111

対 象

スタジオ・プール・ジムでのグループエクササイズ指導経験者
(指導経験のない方はご相談下さい)

取得 資格

ザバスフィットネスアカデミー認定
「アクティブヨーガインストラクター」

受講料

99,750円(税込) 一括/ローン可

※ ZAVAS FITNESS ACADEMY アクティブヨーガオリジナルテキスト・DVD 含

<お支払い方法>

- 一括払い 9月30日(水)迄に下記口座へお振り込み下さい。
- オリコローン(アカデミープラン) ※支払い回数を自由に設定できます

<お振込み先>

みずほ銀行 第5集中支店 普通 1830111
株式会社明治スポーツプラザ

お申し込み方法

別紙の申込書に必要事項をご記入の上、9月28日(月)必着でご郵送下さい。

お問い合わせ

株式会社明治スポーツプラザ 指導管理グループ アカデミー事務局 (<http://meijisp.jp>)
〒212-0013
神奈川県川崎市幸区堀川町 580 番地 ソリッドスクエア西館 5 階
電話 044-540-1082 担当:阿部・久保田

講師



久保田 吉浩
ザバスフィットネスアカデミー ディレクター
(株)明治スポーツプラザ 開発部指導管理グループ次長
(社)日本エアロビックフィットネス協会 ディレクター/ADIエグザミネーター

協力

有限会社フィットネスプロジェクト エー
〒730-0012 広島市中区上八丁堀 5-5-1002 電話 082-511-6773