

ヨガトレ®インストラクター育成コース

姿勢改善メソッド ヨガトレ®ライセンス契約研修



ヨガトレ®インストラクター育成コース

姿勢改善メソッド ヨガトレ®ライセンス契約研修

		内容	時間
「姿勢改善と感覚統合」 姿勢改善に必要な 感覚機能と実践	#1	・姿勢改善とは ・発育と姿勢の関係 ・姿勢改善指導に必要な基本的な体のしくみ ・姿勢改善に必要な見立ての基本 ・見立てに対する姿勢改善指導の基本	2時間
	#2	・感覚の基礎知識 ・感覚発達とは ・感覚発達に躓きが出る時の特徴 ・基礎感覚を養う運動 ・感覚運動の実践と指導訓練	2時間
乳幼児期の発育理論 足裏計測実習	#3	・乳幼児期の発達と姿勢の関係 ・乳幼児期の姿勢と体幹の重要性 ・成長過程での姿勢変化と健康に及ぼす影響 ・足底圧計測について ・足底圧と姿勢の関係 ・足底圧評価方法	2時間

姿勢改善 メソッド 「ヨガトレ®」 指導法の伝授	#4	・ヨガトレ®メソッドについて ・「リセット」のポイントと注意点 ・「インナーメイク」のポイントと注意点 ・「インプット」のポイントと注意点	2時間
	#5	・評価方法 ・アジャスト指導	2時間

合計10時間 一人あたり198,000円（税込）