

第28期 3月開講クラス <開講スケジュール>

コース一覧	総時間数	7(月)	8(火)	9(水)	10(木)	11(金)	12(土)	13(日)	14(月)	15(火)	16(水)	17(木)	18(金)	19(土)	20(日)	21(月)	22(火)	23(水)	24(木)	25(金)	26(土)	27(日)	28(月)	29(火)	30(水)	31(木)	1(金)		
①私のからだに感謝があふれてくる 5日間コース ～からだの仕組みを学びながら・やさしい解剖学～	全47時間 5日間	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00																							
②心が晴れ、元気になれる 4日間コース ～ヨガの教えをやさしく学びながら～ (①コース参加者のみ受講可能)	全40時間 4日間								9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00																	
③心を整える魔法の呼吸法コース ～呼吸を深めるって難しくない!こんなに気持ち良い!～	全5時間 1日間										15:00 ～ 20:00																		
④女性の魅力を磨く2日間コース ～アーユルヴェーダの学びから～	全13時間 2日間												9:00 ～ 18:00	9:00 ～ 14:00															
⑤これからの人生に役立つ知恵を身に付ける 4日間コース ～5000年前から受け継がれた知恵を学びながら～	全20時間 4日間								14:00 ～ 20:00	14:00 ～ 20:00	14:00 ～ 20:00	14:00 ～ 20:00																	
⑥人はなぜ生きるのか?一緒に考える 10時間コース ～意外と簡単なヨガの聖典と一緒に読みながら～	全10時間 5日間														18:00 ～ 20:00	18:00 ～ 20:00	18:00 ～ 20:00	18:00 ～ 20:00	18:00 ～ 20:00										
⑦心と体をデトックスしてリセットする 贅沢2週間コース ～肩の力を抜いてシンプルな自分で生きる～ ①+②+④の総合コース	全100時間 11日間	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00			9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00		9:00 ～ 18:00	9:00 ～ 14:00														
⑧アミューダ流・人に教える技術を身に付けたい方の 集中2週間コース ～オリジナルレッスンを作り、プロの指導スキルを身につける～	全100時間 10日間															9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00			9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00		
⑨アミューダティーチャートレーニング200 (RYT200資格対応) ～1か月で、世界に通用するヨガインストラクターになる～ ①+②+③+④+⑤+⑥を含む総合コース	全200時間 21日間	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00			9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00		9:00 ～ 18:00	9:00 ～ 14:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00			9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00	9:00 ～ 20:00		

<補足情報>

- ※ お昼を挟む講義に関しましては、休憩1時間が入ります。 ④コース2日目のみ、休憩無しとなり、カリキュラム内容に昼食が含まれます。
- ※ ④コース/⑥コースは、通学でなくWEB受講も可能となります。
- ※ 1年間で全カリキュラムを受講した場合、⑨コースと同様にRYT200資格を取得することができます。