

講習会のご案内

★2024年度 セルフケア体験コース スケジュール

| 開催予定日     | 名称         | 開催場所  |
|-----------|------------|-------|
| 6月9日(日)   | セルフケア体験コース | オンライン |
| 11月24日(日) | セルフケア体験コース | オンライン |

★2024年度 棒コンディショニングメソッド養成コース スケジュール

| 開催予定日         | 名称                            | 開催場所  |
|---------------|-------------------------------|-------|
| Level 1 (1日目) |                               |       |
| 4月20日(土)      | 棒コンディショニングメソッドマスターコース Level 1 | オンライン |
| 8月3日(土)       | 棒コンディショニングメソッドマスターコース Level 1 | オンライン |
| 2025年2月22日(土) | 棒コンディショニングメソッドマスターコース Level 1 | オンライン |
| Level 2 (2日目) |                               |       |
| 4月21日(日)      | 棒コンディショニングメソッドマスターコース Level 2 | オンライン |
| 8月4日(日)       | 棒コンディショニングメソッドマスターコース Level 2 | オンライン |
| 2025年2月23日(日) | 棒コンディショニングメソッドマスターコース Level 2 | オンライン |
| 実技試験          |                               |       |
| 5月12日(日)      | 棒コンディショニングメソッドマスターコース 実技試験    | オンライン |
| 8月11日(日)      | 棒コンディショニングメソッドマスターコース 実技試験    | オンライン |
| 2025年3月2日(日)  | 棒コンディショニングメソッドマスターコース 実技試験    | オンライン |

★2024年度 棒コンディショニングメソッドヨガ スケジュール

| 開催予定日                           | 名称                           | 開催場所  |
|---------------------------------|------------------------------|-------|
| クイックスタートコース                     |                              |       |
| 5月26日(日)                        | 棒コンディショニングメソッドヨガ クイックスタートコース | オンライン |
| 10月27日(日)                       | 棒コンディショニングメソッドヨガ クイックスタートコース | オンライン |
| 2025年1月19日(日)                   | 棒コンディショニングメソッドヨガ クイックスタートコース | オンライン |
| コンプリートコース ※1日目はクイックスタートコースと共有   |                              |       |
| 5月26日(日)・6月2日(日)                | 棒コンディショニングメソッドヨガ コンプリートコース   | オンライン |
| 10月27日(日)・11月3日(日)              | 棒コンディショニングメソッドヨガ コンプリートコース   | オンライン |
| 2025年1月19日(日)・<br>2025年1月26日(日) | 棒コンディショニングメソッドヨガ コンプリートコース   | オンライン |

★2024年度 会員特典無料レッスン スケジュール

| 開催予定日            | 名称                           | 開催場所  |
|------------------|------------------------------|-------|
| 4月28日(日)         | 会員特典無料レッスン                   | オンライン |
| 6月23日(日) ※1日2回開催 | 会員特典無料レッスン(立位) ※2人の講師がそれぞれ担当 | オンライン |
| 8月25日(日) ※1日2回開催 | 会員特典無料レッスン(座位)               | オンライン |
| 2025年1月11日(土)    | 会員特典無料レッスン(座位)               | オンライン |

※マスタートレーナー以上の有資格者は5回参加可能です

※立位トレーナーは2回(立位のみ)/座位トレーナーは2回(座位のみ)参加可能です

※ベーシクトレーナー/セルフケアトレーナーは参加できません

★2024年度 1dayセミナー スケジュール ※時間・場所については、後日HP・メールにてご確認下さい。

| 開催予定日        | 名称       | 開催場所  |
|--------------|----------|-------|
| 10月20日(日)    | 1dayセミナー | オンライン |
| 2025年2月2日(日) | 1dayセミナー | オンライン |