

Wellness Colours Academy

Wellness Colours Pilates Therapist 養成スクール

開講のご案内

2021年7月24日(土)～Wellness Colours pilates therapist 養成スクールを開講します。時間があるうちにスキルを身につけておきたいという方、学生の方も大歓迎です。学生の方は、学生証のご提示で、通常価格よりもお得に受講いただけます。皆さまのご応募、お待ちしております。

■スクール日程 2021年7月24日、31日、8月7日、21日

毎週土曜日 10:00～16:00(1時間休憩) 5h×4日=全20h

■開講場所 7月24日、31日 ZOOM開講

8月7日、21日芦屋アカデミー研修室

(〒659-0067 兵庫県芦屋市茶屋之町2番22号 JR芦屋駅下車徒歩5分)

■定員 10名

■目標 ピラティスの初級60分レッスン指導技術の習得

■対象 18歳以上の男女

■受講費 A)一般受講価格 138,600円(本体価格126,000円+消費税12,600円)

B)学割 97,020円(本体価格88,200円+消費税8,820円)※学生証提示要
ポーズや概要がわかりやすい専用テキスト付



※養成期間中は You Tube で動きの確認ができるよう動画配信サービスを実施します。
参加者のみに URL をお送りします。



■募集期間 一般は2021年7月19日(月)まで

■申込方法 所定の用紙に必要事項を記入の上、メール又はFAXで担当藤中宛に送付

TEL:0797-35-6350 FAX:0797-35-6351

メール:info@sa-ps.jp

■決済方法 お振込 申し込み後、振込先のご連絡を致します。※別途申込書参照

■担当講師 Wellness Colours Academy

ピラティス講師 藤中 由希

経歴

大阪体育大学生涯スポーツ学科卒

健康運動指導士

指導歴 10 年



■実施カリキュラム

1 時間目		2 時間目	3時間目	4 時間目	5 時間目
7月24日(土) オンライン	ピラティス概論	呼吸法 5 原則の習得	ポーズの練習① (4 ポーズ)	ポーズの練習② (4 ポーズ)	グループワーク (指導練習)
7月31日(土) オンライン	ポーズの練習③ (4 ポーズ)	ポーズの練習④ (4 ポーズ)	ポーズの練習⑤	ポーズの練習⑥	グループワーク (指導練習)
8月7日(土) アカデミー研修室	アライメント チェック	アライメント チェック	キューイングと プログラミング 指導法・注意点	60 分レッスン プログラミング	グループワーク 指導練習
8月21日(土) アカデミー研修室	グループワーク 指導練習	グループワーク 指導練習	指導力テスト (実技テスト)	指導力テスト (実技テスト)	指導力テスト (実技テスト)