

Studio Column

ワヤンの岩盤ヨガスタジオ

一般に室温は35度~30度、湿度は50度~65度程度に設定したスタジオで行うホットヨガ。床材はいろいろだが、ワヤンリゾートヨガのホットヨガスタジオでは、清潔を保ちやすい岩盤を使用。また併設されたオシャレなシャワールームや、美容専門サロンが開発したコスメが自由に使えるパウダールームなどの設備も魅力的だ

Point 3

ボディトリートメントを受けられる!

ヨガの生徒でいることとインストラクターとの違いの一つに、ポーズをアジャストするため、体にタッチすることがある。ここでは開校中一回、併設のエステサロンで、専門のエスティシャンによるボディトリートメントを受けられる。タッチされる人にストレスをかけないノウハウを、ヨガのアジャストの時のタッチに生かすことができる



インストラクター: Mai先生

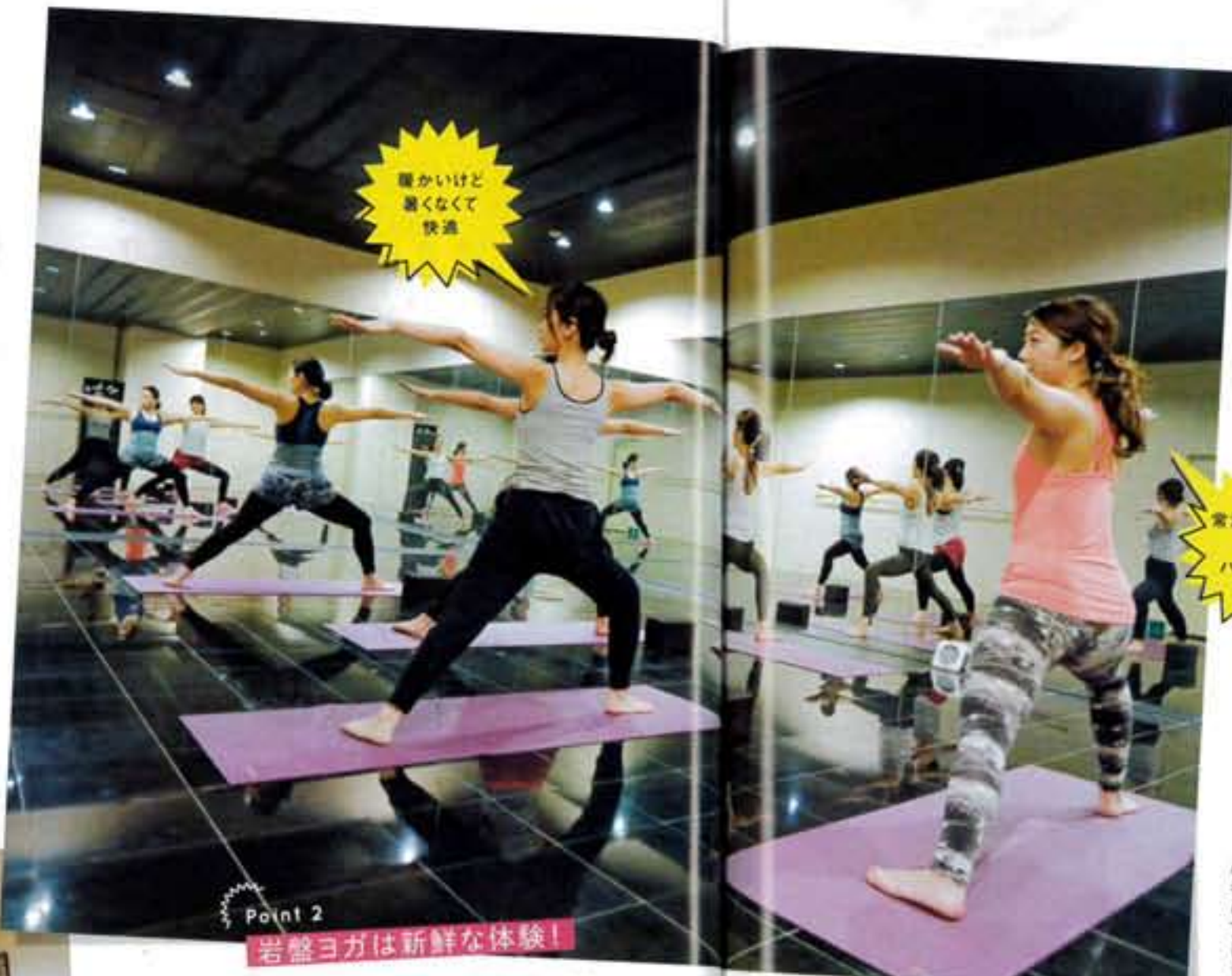
Teacher's Voice

チーフインストラクターをしています。理学では、解剖学を担当します。この養成コースは、初心者でも、体が硬い方でもOK! ヨガの技術だけでなく、将来、自分の生業に感謝し、思いやることのできる、ステキなインストラクターを目指してください。そのために、一生懸命サポートいたします

TT Data

●開催場所: (株) フューチャーブレイク内常盤ヨガスタジオ (東京都港区芝浦3-13-16 シーダ芝浦ビル2階) 田町駅より徒歩3分 ●入学金: なし ●受講料: 会員 ¥429,840 非会員 ¥453,800 ●分割払い: あり ●教材費: 受講費に含む ●開講期間: 2018年5月5日~9月30日 ●総授業時間: 200時間 ●授業を欠席した場合の対応: 補講あり ●1回の平均

受講時間: 9時間 ●申し込み基準: 18歳以上 未経験歓迎 ※但し、20歳未満は保護者の同意書必須 ●定員: 15名 ●受講者年齢層: 30~40歳代 ●男女比率: 0対10 ●受講者のレベル: 初心者から経験者までOK ●取得資格: 全米ヨガアライアンス (RYT200) ●主な就職先: ワヤンリゾートヨガ



暖かいけど暑くなくて快適

常温と違って汗がハンパない

Point 2

岩盤ヨガは新鮮な体験!

養成スクールのスタジオから徒歩1分の場所に、ホットヨガのスタジオがある。岩盤を利用したもので、清潔で快適。遠赤外線効果が期待できる。養成スクールの講師はそれぞれでもクラスを持っているので、カリキュラムの中で、2つのスタジオを使い分け、ホットヨガのクラスを受講することもできる。常温のヨガとは少し違ったヨガを体験し、さらにヨガを深めることにもつながる

インストラクター達は、すでに第一線で活躍する方々で、インストラクター歴も10年以上です。オリジナル教材も充実、プログラムも練られ、準備は整ってきています。ですが、せっかくの一期生なので、内容や運営も含めて、みんなで作っていかれたらと思っています。どんな人が来てくれるか、どんなクラスになるのか、今からワクワクしています。アイデア

もどんどん出していただきたいと考えています。クラスは定員で15名程度。少人数であることは、生徒と先生が近い距離で、細かいところまでコミュニケーションを取れることにつながります。教える人、教わる人、スタッフ、という枠を超えて、みんなで作っていく、自由度の高いクラス。一期生だからこそ、味わっていただける体験だと思っています。

Studio\_07  
WAYAN RESORT YOGA

ワヤンリゾートヨガ  
03-5439-5466  
https://www.wayanresort.com

女性として自立し、美しく、輝く  
ステキなインストラクターを育てることが使命!

Recommender

担当: 洞内亜寿沙さん

ほらないあずさ。2015年にワヤンリゾートヨガ田町店が開校して以来、ワヤンリゾートヨガに併設されたエステサロンなどでボディトリートメントも行う。現役のエスティシャンでもある。趣味で始めたホットヨガで、ヨガの奥深さに気付かされたと言ふ



本格ヨガスタジオが手がけるインストラクター養成コース

ワヤンリゾートヨガは2015年にオープンしました。以来、ヨガ初心者の方には、無理なくできて通いやすい、経験者の方には、体のしくみとポーズの関係にまで踏み込んで教えてもらえて満足、などのお声を頂いており、店主の自身も、店長の仕事の一端としてクラスを受

けることがあります。リラクゼーションできる雰囲気、なおかつ、先生方の経験が豊富で、ポーズに対する知識がきちんと得られるところがいいのかな、と思っています。中でもチーフ・インストラクターのMori先生は、その豊富な知識による深い解説と的確なアジャスト、明確でわかりやすい教え方に、たくさん生徒さん達が信頼を寄せています。この度、こういったヨガクラスの運営経験を踏まえ、新たにインストラクター養成コースを始めます。このコースのチーフ・インストラクターはMori先生、理学では解剖学も担当します。私達ワヤンリゾートヨガをプロデュースする会社は、エス

テなども手がけています。女性が美しく輝くために、その選択技として、プロのヨガインストラクターを選ぶ女性を、しっかり仕事ができるまでに育てていきたいのです。一期生だからみんなで作っていく。今、ヨガをする女性が増えてきて、インストラクターを目指す人も多くなってきています。プロのヨガインストラクターは、さまざまな働き方ができ、生徒さん達に囲まれ、先生と呼ばれて輝けるのも、大きな魅力です。今開始する、インストラクター養成コースは、もちろん担当イ



正しいサポートで達成感を

Point 1

一期生で、少人数だから自由度が高い!

ヨガクラスのクオリティには定評がある、ワヤンリゾートヨガでのインストラクター養成コースは、今回初めて。だからこそコースを受ける側と教える側がコミュニケーションを取りながら、よりよい形を探っていくことが可能。また人数は最大で15名という少人数制。そこが中身の濃いコミュニケーションを可能にしている