

Loutus Yogini

～ロータスヨギーニ 5期生

ヨガインストラクター 養成講座

-講座内容-

- ・ヨガの歴史と哲学
- ・チャクラ
- ・呼吸法(プラーナーヤマ)
- ・アーサナ
- ・解剖学
- ・シークエンスと指導練習
(立位、座位、前屈、後屈、
逆転、太陽礼拝)

-会場-

蓮舞ヨガ高松スタジオ
(和歌山市西高松1丁目4-23和田シンビル2F)

-講座日程-

全10回講座
≪日曜・9:00～13:00≫
3/3 3/17 3/31
4/14 4/21 4/28
5/12 5/19 5/26
6/16 (最終日のみ9:00～15:00)

※内容により担当講師が異なります。
※講座日程の振替可。ご相談ください。
※平日開催ご希望の方、ご相談・お問い合わせください。

★ハンモックを使って行う、アンティグラビティヨガのインストラクターも募集中！
詳細はお問い合わせください。

-受講料-

蓮舞 会員 .. ¥140,000(税抜)
蓮舞 非会員 .. ¥160,000(税抜)

-講師紹介-

メイン講師 **CHIHOCO**



RYT500全米ヨガアライアンス500時間T.T修了
RYT200全米ヨガアライアンス200時間T.T修了
RCYT95全米ヨガアライアンス キッズヨガ95時間T.T修了
RPYT85全米ヨガアライアンス マタニティヨガ85時間T.T修了
ワナカムヨガスクール シニアヨガT.T.C修了
ルナワークス更年期障害メディカルヨガT.T修了
Bliss Baby Yoga 不妊治療ヨガ計画妊娠指導

3歳よりクラシックバレエを始める。
その後フィギュアスケート・新体操・ストリートダンスへと転身。
NYへ留学中に出会い自身のメンテナンスのために始める。
21歳でスタジオ設立、
28歳でダンススタジオ～蓮舞～を設立。
“才は世の為・知は人の為・美を磨き・徳をもって
人を包むこと”を理念とする。



YOGA STUDIO

蓮舞

—はすまい—

お申込み・お問い合わせ

TEL : 090-3357-8401

mail : info@hasumai.com

LINE ID : hasumai