ヨガジェネレーション主催RYT500ヨガ指導者養成講座[選択プログラム]

ヨガジェネレーションの「RYT500ヨガ指導者養成講座」は、
中島正明先生の「必須プログラム」と、
下記の選択プログラムから合計80～100時間受講することで取得できるシステムです。

講師名	講座名・WS	時間数	金額（税込み）
サントーシマ香	ヨガニードラ・セラピスト養成講座（3日間）	17時間	¥72,600
	四季に合わせたヨガ・アーユルヴェーダ	4時間	¥11,000
	ムーンサイクルヨガ指導者養成講座（3日間）	17時間	¥72,600
	産後ヨガ指導者養成講座	19時間	¥99,000
中井まゆみ	筋調整ヨガ：指導者養成講座（3日間）	21時間	¥99,000
	筋調整ヨガ：指導者対象のスキルアップ講座	3時間	¥7,700
	「筋調整ヨガ」の中井まゆみ先生が伝える勉強会：前屈編	3時間	¥5,500
	「筋調整ヨガ」の中井まゆみ先生が伝える勉強会：後屈編	3時間	¥5,500
佐久間涼子	Sadhana サダナ：ヨガプラクティスの意味・価値・継続方法を学ぶ講座	4時間	¥11,000
	ヨガインストラクターとして大切なこと：1日集中講座	5時間	¥14,850
川原朋子	リストラティブヨガ集中講座	12時間	¥25,300
	川原朋子「ハートオブヨガの勉強会」テーマ2：アーサナPlusマントラ編	3時間	¥5,500
	川原朋子「ハートオブヨガの勉強会」テーマ1：アーサナPlus呼吸法編	3時間	¥5,500
	川原朋子「リストラティブヨガの勉強会」テーマ3：アーサナPlusプロップ編	3時間	¥5,500
ブリスベイベーヨガ協会	リストラティブヨガで見直す！女性のための「心の断捨離」集中講座	4時間	¥11,000
	ブリスベイベーヨガ共催：マタニティヨガ指導者養成講座（3日間）	24時間	¥115,500
	ブリスベイベーヨガ共催：産後ヨガ指導者養成講座（3日間）	24時間	¥115,500
	ブリスベイベーヨガ共催：産前・産後ヨガ指導者養成講座-実践編-（3日間）	24時間	¥115,500
	マタニティヨガ・産後ヨガ<基礎>1日集中講座	8時間	¥18,150
	摂食障害の症状を緩和するためのヨガ講座	8時間	¥17,600
	妊活×ヨガ：女性の身体の基礎知識と妊娠力を高める方法	8時間	¥17,600
	健やかなお産へ導くプロへの第一歩！ドゥーラ入門集中講座	4時間	¥11,000
高尾美穂	骨盤底筋トレーニングヨガ指導者養成講座（16時間）	16時間	¥110,000
	女性のカラダの基礎知識：2.月経周期とそれに伴う症状	4時間	¥11,000
	産婦人科医：高尾美穂から学ぶ「睡眠」ヨガ×睡眠を科学する集中講座	5時間	¥16,500
	女性のカラダの基礎知識：3.女性特有の病気を知ろう	4時間	¥11,000
	ヨガ指導者に知ってほしい妊娠期・産後期のカラダの「ホント」	5時間	¥22,000
	女性のカラダの基礎知識：1.女性ホルモンと更年期	4時間	¥11,000
	産婦人科医 高尾美穂 マタニティ・産後ヨガ（マタernalヨガ）指導者養成講座	16時間	¥118,800
女性のカラダの基礎知識：4.自律神経×ヨガを科学する	4時間	¥11,000	
高橋淳子	声・話し方をテーマにしたスキルアップヨガ講座：基礎編	4時間	¥11,000
	声・話し方をテーマにしたスキルアップヨガ講座：実践編	3時間	¥6,600
山田いずみ	介護施設のヨガ指導スキルを身に付ける、チェアヨガ1 DAY講座	4時間	¥11,000
	シニア向けチェアヨガ指導者養成講座：ベーシック（2日間）	14時間	¥41,800
	シニア向けチェアヨガ指導者養成講座：アドバンス（2日間）	14時間	¥41,800
マリア・カースティン	ペインケア ヨガワークショップ～ストレスによる体の痛みを緩和する～	4時間	¥11,000
	メンタルヘルスケア ヨガ指導者養成講座（3日間）	21時間	¥77,000
	シニアヨガ指導者養成講座（3日間）：高齢者が毎日続けるヨガクラスの作り方	21時間	¥77,000
	シニアの日常生活を助けるヨガ～体幹強化と腰の安全性～	4時間	¥11,000
	メンタルヘルスのためのヨガワークショップ	4時間	¥11,000
酒造博明	ヨガインストラクターの為のヨガビジネス講座：基礎編1	4時間	¥11,000
	ヨガインストラクターの為のヨガビジネス講座：基礎編2	4時間	¥11,000
	ヨガインストラクターの為のヨガビジネス講座：実践編1	4時間	¥22,000
	ヨガインストラクターの為のビジネス講座：インターネット基礎編	4時間	¥11,000
片岡まり子	キッズヨガ指導者養成講座	18時間	¥86,900
	キッズヨガ：絵本を使ったプラーナヤーマ集中講座	4時間	¥12,760