

【スポット受講】スケジュール&カリキュラム 2026年

平日コース

※税込み料金

No.	日付・曜日	講座時間		担当	トピックス	一般価格	RYT卒業生価格
1	2026年 5月21日(木)	11:00～15:00 ★対面講座 西大島店にて	kikuko	アーサナ	・アーサナとは～アーサナを練習するときの心得～ ・アーサナを行う上での基礎的な内容	9,240円	5,280円
2	5月22日(金)	13:30～16:30 オンラインライブ講座	kikuko	哲学	哲学 (YOGAとは? 歴史、哲学、YOGAの種類など)	6,930円	3,960円
3	5月28日(木)	10:00～15:00 ★対面講座 西大島店にて	衛藤愛	解剖学	解剖学 DAY1	11,550円	6,600円
4	5月29日(金)	13:30～16:30 オンラインライブ講座	衛藤愛	解剖学	解剖学 DAY2	6,930円	3,960円
5	6月4日(木)	10:00～15:00 ★対面講座 西大島店にて	衛藤愛	解剖学	解剖学 DAY3	11,550円	6,600円
6	6月5日(金)	13:30～16:30 オンラインライブ講座	kikuko	哲学	哲学 イーシュワラについて ストラ引用、心の動き、カルマ、グナなど	6,930円	3,960円
7	6月18日(木)	10:00～15:00 ★対面講座 西大島店にて	kikuko	アーサナ	・ドリシティについて ・ヨガのプロップスとは	11,550円	6,600円
8	6月19日(金)	13:30～16:30 オンラインライブ講座	kikuko	哲学	哲学 ストラ引用 ヤマニヤマなど	6,930円	3,960円
9	6月25日(木)	10:00～15:00 ★対面講座 西大島店にて	kikuko	アーサナ	・アジャストメントについて	11,550円	6,600円
10	6月26日(金)	13:30～16:30 オンラインライブ講座	衛藤愛	解剖学	解剖学 DAY4	6,930円	3,960円
11	7月8日(木)	10:00～15:00 ★対面講座 西大島店にて	kikuko	アーサナ	・ガイドと表現、ティーチングテクニック	11,550円	6,600円
12	7月9日(金)	13:30～16:30 オンラインライブ講座	kikuko	哲学	哲学 サーンキヤ哲学 (プルシャ、プラクルティ)	6,930円	3,960円
13	7月16日(木)	10:00～15:00 ★対面講座 西大島店にて	kikuko	アーサナ	・バンド ・太陽礼拝AB ・ハタヨガとは ・現代ヨガの流派	11,550円	6,600円
14	7月17日(金)	13:30～16:30 オンラインライブ講座	衛藤愛	解剖学	解剖学 DAY5	6,930円	3,960円
15	7月30日(木)	10:00～15:00 ★対面講座 西大島店にて	kikuko	アーサナ	ストラクターとしての心構え ・気分が優れない方がいた場合の対	11,550円	6,600円
16	7月31日(金)	13:30～16:30 オンラインライブ講座	衛藤愛	解剖学	解剖学 DAY6	6,930円	3,960円
17	8月6日(木)	10:00～15:00 ★対面講座 西大島店にて	kikuko	アーサナ	様々な状況の方に対してのクラス運びについて ・初心者 ・シニア ・ママとベビー ・キッズ	11,550円	6,600円
18	8月7日(金)	13:30～16:30 オンラインライブ講座	衛藤愛	解剖学	解剖学 DAY7	6,930円	3,960円
19	8月20日(木)	10:00～15:00 ★対面講座 西大島店にて	kikuko	アーサナ	・中間テスト 太陽礼拝を皆の前で誘導実践	11,550円	6,600円
20	8月21日(金)	13:30～16:30 オンラインライブ講座	衛藤愛	解剖学	解剖学 DAY8	6,930円	3,960円

【スポット受講】平日コース

※税込み料金

No.	日付・曜日	講座時間		担当	トピックス	一般価格	RYT卒業生価格
21	8月27日(木)	10:00～15:00 ★対面講座 西大島店にて	kikuko	哲学	マントラ（音の波動）・ムドラ・瞑想のやり方・瞑想とは	11,550円	6,600円
22	8月28日(金)	13:30～16:30 オンラインライブ講座	衛藤愛	解剖学	解剖学 DAY9	6,930円	3,960円
23	9月10日(木)	10:00～15:00 ★対面講座 西大島店にて	kikuko	アーサナ	・シークエンスの組み立てについて	11,550円	6,600円
24	9月11日(金)	13:30～16:30 オンラインライブ講座	kikuko	哲学	哲学 クリヤヨガ・インドの神様など	6,930円	3,960円
25	9月17日(木)	10:00～15:00 ★対面講座 西大島店にて	kikuko	アーサナ	・テーマ別クラス構成のポイント	11,550円	6,600円
26	9月18日(金)	13:30～16:30 オンラインライブ講座	kikuko	哲学	プラーナ	6,930円	3,960円
27	10月1日(木)	10:00～15:00 ★対面講座 西大島店にて	kikuko	哲学	プラーナヤマ（調気法）、瞑想（眼を閉じる練習）	11,550円	6,600円
28	10月2日(金)	13:30～16:30 オンラインライブ講座	衛藤愛	解剖学	解剖学 DAY10	6,930円	3,960円
29	10月8日(木)	10:00～15:00 ★対面講座 西大島店にて	kikuko	アーサナ	・女性の為のヨガ	11,550円	6,600円
30	10月9日(金)	13:30～16:30 オンラインライブ講座	kikuko	哲学	ナーディ・チャクラ	6,930円	3,960円
31	10月22日(木)	10:00～15:00 ★対面講座 西大島店にて	kikuko	アーサナ	・シークエンス組み立て実践	11,550円	6,600円
32	10月23日(金)	13:30～16:30 オンラインライブ講座	kikuko	哲学	呼吸について・パンチャコーシャ	6,930円	3,960円
33	10月29日(木)	10:00～15:00 ★対面講座 西大島店にて	kikuko Eriko	アーサナ	・アドバンスアーサナ ・シングングボウル	11,550円	6,600円
34	10月30日(金)	13:30～16:30 オンラインライブ講座	kikuko	アーサナ	・オンラインでの指導方法について	6,930円	3,960円
35	11月12日(木)	10:00～15:00 ★対面講座 西大島店にて	kikuko	アーサナ	・ライブプラン ・ヨガとビジネス	11,550円	6,600円
36	11月13日(金)	13:30～16:30 オンラインライブ講座	kikuko	哲学	アーユルヴェーダ（歴史、医療として、ドーシャなど）	6,930円	3,960円
37	11月26日(木)	10:00～15:00 ★対面講座 西大島店にて	kikuko	アーサナ	・シークエンスの組み立て ・ミスアライメントやアジャストメントの復習	11,550円	6,600円
38	11月27日(金)	13:30～16:30 オンラインライブ講座	kikuko	哲学	アーユルヴェーダ（日常生活での取り組み方など）、 最後質問タイム	6,930円	3,960円
39	12月3日(木)	10:00～15:00 ★対面講座 西大島店にて	kikuko	アーサナ	テスト対策日 ・ミスアライメントやアジャストメントの復習	11,550円	6,600円

※スケジュールや内容が変更となる場合がございます。