

第2回



SOR PILATES認定インストラクター

ibs (inner beauty studio) リフォーマーピラティス養成コース

Pilates&Hot Yoga Studio ibsでは、第2期リフォーマーピラティス養成コースを開講いたします。わたしたちの願いは、ピラティスやホットヨガを通じて、健康や美しさにご貢献していただくだけでなく、ココロからの充足を引き出し、人生をいきいきと楽しんでいただくことです。自分自身が変わるためには、「はじめの一步」が必要です。わたしたちと一緒に、その「はじめの一步」をお手伝いしませんか。

申込締切日は
4/10(木)

【養成コース概要】



- 内 容
ibsリフォーマーピラティス養成コース(第2期)
※SOR PILATES認定インストラクター
- 日 程
2025年4月20日(日)~7月14日(日)の9日間
※一部オンライン講座あり
- 場 所
Pilates&Hot Yoga Studio ibs
〒250-0872 神奈川県小田原市中里313-9
(☎0465-47-4715)

■講 師



PIATES STUDIO SOR(ソア)
福岡市東区香椎浜四丁目2番2-103号
<https://www.sor-pilates.com/>

- ・山岡 さおり(オーナー)
- ・古川 あゆみ(ディレクター)



■定 員
12名

■金 額
385,000円(税込)
※一括、分割などの支払いは要相談
※5名以上で開講いたします。

■支払方法
銀行口座振込



SOR PILATES 認定インストラクター養成 Reformer ibs Course

●養成コース日程

Pilates 基礎	ibs	4月20日	14:00~20:00	6h	* オリエンテーション * ピラティス6原則
	ibs	4月21日	10:00~17:00	6h	* リフォーマー使用方法・安全面 * リフォーマーウォーミングアップ * 初級リフォーマーエクササイズ
	オンライン	5月11日	10:00~17:00	6h	* リフォーマー初級エクササイズ基礎プログラム①
	オンライン	5月18日	10:00~17:00	6h	* リフォーマー初級エクササイズ基礎プログラム②
Instructor 基礎	ibs	6月1日	14:00~20:00	6h	* リフォーマー中級エクササイズ * リフォーマー基礎マニュアル修得
	ibs	6月2日	10:00~17:00	6h	** 姿勢分析 * プログラミング (リフォーマー)
	オンライン	6月15日	10:00~17:00	6h	* マニュアル①ダイエット * マニュアル②腰痛改善
	ibs	7月13日	14:00~20:00	6h	* マニュアル③肩こり * マニュアル④美脚・美尻
	ibs	7月14日	10:00~17:00	6h	ロープレ

※すべての課程を修了後、最終試験を行います。

※最終試験の日程につきましては、コース内で別途お伝え致します。

※養成コースの一環として、定められた時間の実技および指導練習と、レッスン見学・体験をクリアする必要があります。
詳細は、養成コース開講日にお伝えいたします。



●お問い合わせ先
Pilates&Hot Yoga Studio ibs
TEL 0465-47-4715
担当 増田・岩崎