

ヨギー・インスティテュート

瞑想

コーススケジュール 2021年～2022年



yōggy institute

『瞑想インストラクター養成コース』(MTTC)

ヨガ瞑想を基礎から深め、日常生活の中で活かしながら指導法を学ぶコース。以下ご案内の『メディテーション・ベーシックコース (MBC)』『メディテーション・インテンシヴコース (MIC)』『メディテーション・ティーチャー・トレーニングコース (MTT)』の3コース+全課題などをパッケージしたものです。

【費用】260,000円(税込286,000円) 【受講時間】 【受講時間】64時間

【開講日】10/9(土)～

【場所】air(オンライン)

『メディテーション・ベーシックコース』(MBC)

瞑想とヨガ哲学、瞑想に入るためのアーサナ(ポーズ)をはじめの方にもわかりやすく、初歩から学ぶコース。

【費用】54,500円(税込59,950円) 【受講時間】全14時間

【開講日】10/9(土)～

【場所】yoggy institute lab(中目黒)

【開講日】11/21(日)

【場所】スタジオ・ヨギーOSAKA

【開講日】10/9(土)～

【場所】air(オンライン)

【開講日】4/2(土)～

【場所】yoggy institute lab(中目黒)

【開講日】11/7(日)～

【場所】スタジオ・ヨギー札幌

【開講日】4/2(土)～

【場所】air(オンライン)

【開講日】11/13(土)～

【場所】スタジオ・ヨギー京都

『メディテーション・インテンシヴコース』(MIC)

ヨガの瞑想とその背景にあるヨガ哲学、瞑想のためのアーサナを学ぶコース。瞑想の基礎から応用までの知識を学び、マントラを使った瞑想を実践。また、心や心の働きについて理解を深めます。

【費用】166,000円(税込182,600円) 【受講時間】 【受講時間】全36時間

【開講日】10/1(金)～

【場所】スタジオ・ヨギー名古屋グローバルゲイト

【開講日】10/1(金)～

【場所】air(オンライン)

『メディテーション・ティーチャー・トレーニングコース』(MTT)

ヨガ瞑想の指導法を学ぶコース。すでにヨガ瞑想に関する基礎や応用が身についている人向けです。

【費用】54,500円(税込59,950円) 【受講時間】全14時間

【開講日】10/3(日)～

【場所】スタジオ・ヨギー横浜

【開講日】12/29(水)～

【場所】yoggy institute lab(中目黒)

【開講日】12/29（水）～

【場所】air（オンライン）

『ヨガニドラー・トレーニングコース』（YND）

ヨガニドラーとは、意識を覚醒したままの催眠のこと。ガイドすることで究極のリラクゼーション状態に導きます。ヨガニドラーの構成や効能を学び、ガイド技術を学びます。

【費用】51,500円(税込56,650円) 【受講時間】全12時間

【開講日】10/9(土)～

【場所】スタジオ・ヨギーOSAKA

【開講日】12/27（月）～

【場所】air（オンライン）

【開講日】12/27(月)～

【場所】yoggy institute lab（中目黒）

『ヨガスタディコース～India～』（YSCI）

南インドで、瞑想を通してヨガを深めるコース。聖地やアシュラム（お寺）を訪問、僧侶たちによるマントラ吟唱に参列などします。ヨガ発祥の地で瞑想に没頭できることでしょう。リトリート（合宿スタイル）となります。

【費用】356,482円（税込392,130円） 【受講時間】全36時間（7泊9日）

【開講日】未定

【場所】未定

※必須受講ワークショップとは、学びを深めるため、該当コースとは別に受講が必要なものです。ヨギー・インスティテュートで定期的に開催しています。

※コースごとに、課題図書、推薦図書があります。表にはその図書教材費は含まれていません。

※スタジオで開催されるコースは、状況によりオンラインでの開催に移行する場合がございます。



yoggy-institute.com

2021年9月21日現在