

# ヨギー・インスティテュート

瞑想

コーススケジュール 2022年



yoggy 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】7/3(日)～ 【場所】air (オンライン)	【開講日】7/3(日)～ 【場所】スタジオ・ヨギー名古屋グローバルゲート
【開講日】7/13(水)～ 【場所】air (オンライン)	【開講日】7/13(水)～ 【場所】スタジオ・ヨギー名古屋グローバルゲート

## 『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】5/3(火)～ 【場所】air (オンライン)	【開講日】5/3(火)～ 【場所】スタジオ・ヨギーOSAKA
【開講日】6/5(日)～ 【場所】スタジオ・ヨギー横浜	【開講日】6/25(土)～ 【場所】スタジオ・ヨギー京都
【開講日】7/3(日)～ 【場所】air (オンライン)	【開講日】7/3(日)～ 【場所】スタジオ・ヨギー名古屋グローバルゲート
【開講日】7/13(水)～ 【場所】air (オンライン)	【開講日】7/13(水)～ 【場所】スタジオ・ヨギー名古屋グローバルゲート

## 『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】8/11(木)～ 【場所】スタジオ・ヨギー札幌	
【開講日】9/10(土)～ 【場所】スタジオ・ヨギー名古屋グローバルゲート	【開講日】9/10(土)～ 【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】7/30(土)～	【開講日】7/30(土)～
【場所】air(オンライン)	【場所】yoggy institute lab(中目黒)
【開講日】12/17(土)～	【開講日】12/17(土)～
【場所】air(オンライン)	【場所】スタジオ・ヨギー名古屋グローバルゲート

## 『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】5/21(土)～	【開講日】7/2(土)～
【場所】スタジオ・ヨギー札幌	【場所】スタジオ・ヨギー京都

## 『ヨガニドラー・インテンシヴトレーニングコース』(YND II)

このトレーニングでは、ヨガニドラーを受ける参加者に癒しの体験がもたらされるよう、ヨガニドラーの効果が最大限に発揮されるアレンジ方法を学びます。

【費用】54,500円(税込59,950円)【受講時間】全11時間

【開講日】5/30(月)～	【開講日】5/30(月)～
【場所】air(オンライン)	【場所】yoggy institute lab(中目黒)
【開講日】10/22(土)～	【開講日】10/22(土)～
【場所】air(オンライン)	【場所】スタジオ・ヨギー名古屋グローバルゲート

※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

2022年4月16日現在