

RYT200 ヨガインストラクター 養成講座

インストラクター
未経験者のあなたへ。



資料を請求してくれたあなたへ。

ヨガインストラクターに興味を持っていただきありがとうございます！

今は、まだヨガインストラクターについて何も知らないかもしれませんが、この資料をしっかりと読み、少しでも理解をしていただければと思います。

この資料ではこのようなことを説明します。

- RYT200について
- ヨガインストラクターについて
- インストラクターの収入
- Classo yogaの養成コースの特徴
- 今回の養成コースの詳細

お問い合わせ・ご質問

お電話：

097-574-4372

または直通携帯電話

080-2724-7983

メール

classoyoga@gmail.com

またはWEB

<https://classoyoga.com/qa/>

RYT200について

全米ヨガアライアンス・RYT200とは？

全米ヨガアライアンスとは、アメリカで設立されたヨガの非営利団体。

質の高いインストラクターや指導者を養成するためのカリキュラムや基準を定め、基準をクリアしたヨガインストラクターの認定をしている。

Classo yoga studioはこの全米ヨガアライアンス認定校として、RYT200を発行することができる養成校RYSとしての認定を受けている。本コースを終了することで、全米ヨガアライアンス認定のヨガティーチャーとして認められることとなる。

事実上、現時点で世界で通用する、ほぼ唯一のヨガ資格といえるものである。



RYT200を取得すると 何がいいのか？

- ・インストラクターとして働きやすい
- ・レッスンフィーが高い
- ・信頼感がアップ
- ・肩書きとして書ける

ヨガインストラクターについて

ヨガインストラクターという仕事

ヨガを人に教える。だけではない。

自分の人生を楽しむためにやる。

地域や人の役に立てる。

自分の夢や、やりたいことができる。

短時間で高い収入を得ることができる。

どこに行ってもできる。

若いうち、時間がある時に取得しておけばたくさん
経験できるし、スキルも上がる！
収入に困らない生活ができる！！

ヨガインストラクターの収入

一般的なパート・アルバイト

800円～1500円

ヨガインストラクター

- ・レッスンフィー：
3000円～10,000円/1レッスン
- ・公民館など
500円～1000円/一人
(10人くれば5,000～10,000円)

ヨガインストラクターの収入

(例) 10万円の収入を得るために・・・

パート・アルバイト：
65時間～125時間
(1日5時間で13日～25日)

インストラクター：
10時間～30時間

どちらがいい？

- ・ お金のために働くか
- ・ 人のために働いてお金をもらうか

人は価値があるものにお金を支払う

魅力的な職業？

そんなに魅力的なのになぜインストラクターは少ないのか？

- ・養成コース費用が高額・・・40万円ー60万円程度
- ・時間がかかる・・・3ヶ月～半年
- ・『私にはできない』という思い込み
- ・ヨガをしている人の多くが40代ー50代

➡ 将来性のある若い世代のインストラクターは少ない

これからもっと必要性は高まる！

今、活躍している先生の多くは20代でインストラクターデビューしている。
できるだけ早いうちにインストラクターとして活躍し、
経験を積み、ポジションを築くこと。

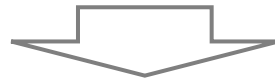
未経験者でもなれるのか？

200時間の指導時間 + スタジオでのレッスン50回
+ 自習

⇒ 300時間～ 時間

300時間・・・週2回（2時間）で150週間（約3年分）

- ・通常の会員さんが3年かかる時間を半年で経験する
- ・通常のレッスンより深い内容を教わる



初心者でも経験者並みの知識とスキル

ヨガインストラクターに必要な要素

誰でもヨガインストラクターになれるわけではないし、全員が成功するとは限りらない。

【真面目さ】 【勤勉さ】

【責任感】

【自立心】 【厳しさ】

経験や体の硬さは関係ない！

スタジオインストラクターへの道

ティーチャー
トレーニング



面接・営業



インストラクター採用

インストラクター養成講座を受けます。ヨガの知識や技術、インストラクターとしての心構えなどを学びます。

講座を終われば、独立して活動します。自分にあったスタジオやジムを探し、面接や営業をします。

双方諸条件が合えば、いよいよインストラクターとして活動開始です！

公民館でのインストラクターへの道

ティーチャー
トレーニング

インストラクター養成講座を受けます。
ヨガの知識や技術、インストラクターとしての心構えなどを学びます。

営業・集客

カルチャーセンターや公民館を探します。
地域や場所により条件が大きく異なります。
チラシやホームページなどで広報しお客さんを集めます。

レッスン開始

あなたのおお客様です。
大事にしてください。
最初は初心者の人を対象にするといいと思います。

スタジオでのインストラクターにせよ、
公民館でやるにせよ、
最初はティーチャートレーニング（養成コース）から

ヨガのインストラクターに正式な資格はない。

ドクターや柔道整復師、理学療法士のような国家資格ではない。

例えば、通信教育ではDVDとテキストが送られてきて、最後にテストを送付すればヨガティーチャーの資格証が送られてくるものもある。

スタジオ独自の養成コースを開いている場合もある。

しかし、そのスタジオが有名でない限り、他のスタジオやジムからは認められないことが多い。

ヨガをしっかりと学びたいのであれば

RYT 200を取得すべき！

養成コースの受講費用

一般的な受講料：約40万円～60万円くらい

- ・消費や浪費とは全く違う。
- ・将来の自分自身への投資。
- ・半年～数年で元が取れる。
- ・自分の価値を上げる。

どのインストラクターも自分へ投資してきている。

知識やスキルをあげ、自分の価値を高めるためには絶対に必要なこと。

ヨガティーチャーとして

- ・生徒の安全を確保できる
- ・解剖学に基づいて、アーサナを正確に教えることができる
- ・自立したティーチャーとして、一人で教えることができる
- ・ヨガで人の役に立つことができる

ようになること



Clasaso yogaDRYT200

特徴

・実技メイン

実際にクラスを安全に開催できるようになることを目的とします。

・基本に忠実に

アーサナは基本的なものを安全を第一に行います。
ヨガの基本を身につけます。

・経験豊富な講師

リードトレーナーのRikkaはこれまで東京で養成のインストラクターとして数百人の養成生を輩出しています。
これだけの経験を持つインストラクターはほとんどいません。
安心して受講できます。

・宗教色は排除しています。

ヨガを健康のため、フィットネスのためのものとして捉えています。

身体に良いヨガを学びます。

今回の養成コースについて

学ぶ内容（例）

- ヨガの歴史
 - ヨガ哲学
(ヨーガスートラ、バガヴァッドギーター、ハタヨーガ)
 - 呼吸
 - 瞑想、マントラ、ムドラー
 - 解剖学（骨格、筋肉）
 - ヨガによるケガ
 - アーサナ
 - ティーチングメソッド
 - クラスメイキング
 - ヨガティーチャーとしての心がけ
 - ヨガのビジネスについて
- など



開催日時

開始：令和元年12月 1日（日）

終了：令和2年 5月24日（日）

12月 1,8,15,22,29 5回

1月 5,12,19,26 4回

2月 2,9,16,23 4回

3月 1,8,15,22,29 5回

4月 5,12,19,26 4回

5月 3,10,17,24 4回

8時間×全25回＝200時間

上記は予定です。
進捗状況により変更する場合があります。



開催時間

毎週日曜

9時～18時

スケジュール（例）

9時～10時15分 通常クラスへ参加

10時半～13時半

14時～18時

終了時間は前後する可能性あり。

クラスに集中していただくため
原則として、時間中の外出は認めない。

9時からの通常クラスへの参加については他のクラスへの振り替えが可能。



確認事項

- ・ スケジュールは実際の進行具合により前後する場合があります。
- ・ 特別な理由がない限り講義は休まない。
- ・ 原則、遅刻早退は不可。
- ・ 自己都合による補講は有料。(4時間2万円)
- ・ 修了テストまでに一般クラスに25回参加すること。

・ 返金について

やむを得ない理由（災害、病気、怪我など社会通念上やむを得ないと認められるもの）で途中で養成を終了する場合初期費用（10万円）を差し引いた額を週割りで返金する。返金については銀行振込より行い、上記金額から振込手数料を差し引いた金額を返金する。



卒業要件

以下の三つの条件全てを満たすこと。

- ・ 全日程出席
(欠席した場合は必ず補講を受講すること)
必要な知識を習得するため。
- ・ 一般クラス25回分の受講レポート提出
9時～に間に合わない場合は、他のクラスの受講で代替することも可能です。
- ・ 卒業テスト合格
実技（クラスデモンストレーション）60分
、筆記60分・・・7割の正解率



よくある質問

- ・参加できない日はどうすればいいですか？

→有料で補講を行います。
1コマ4時間で2万円です。

あなたのためだけに補講レッスンを行うこと
になりますので、料金についてはご理解いた
だきたいと思います。



よくある質問

・ 受講料には何が含まれますか、他に購入するものはありますか？

→料金には受講料およびテキスト・資料費用が含まれます。

参考書や、講座の途中でご紹介する参考図書についてはご自身でご購入してください。

RYT200の登録諸費用は含まれません。



よくある質問

- ・インストラクターになるかどうか分かりません。受講すべきですか？
- ・初心者ですが大丈夫ですか？

→必ずしもインストラクターになる必要はありません。

ヨガを深めたい、ヨガに対する知識を深めるといった目的でも構いません。

そのうちインストラクターになりたい！と思うことがあるかもしれませんが、その際には取得してよかったと思うはずですよ。



最後に

この養成講座では通常クラスのレッスンでは学ばない、解剖学や呼吸や瞑想、ヨガの歴史や哲学などが学べます。

またアーサナについても丁寧に深く学びます。

ヨガインストラクターとしての第一歩を踏む大きなチャンスです。

少しでも興味があるのであれば、今すぐお申し込みください！

責任を持って、あなたを一人前のインストラクターに仕上げます！



お問い合わせ・ご質問

お電話：

097-574-4372

または直通携帯電話

080-2724-7983

メール

classoyoga@gmail.com

またはWEB

<https://classoyoga.com/qa/>