



Produced by
Classo yoga

RYT200

Yoga Teacher Training Course



YOGA STUDIO
Classo  yoga

はじめまして！

Classo yoga代表のクラソノです。

資料をいただきありがとうございます！

この貴重な出合いを大事にしていければと思っています。

さて、当スクールではオンライン講座を含め、これまで20名以上がトレーニングを終了しています。

今回はパーソナル講座以外では、2年ぶりの対面での講座になります。

現在インストラクターが不足しています。

もし、インストラクターを目指しているのであれば大きなチャンスです。

もちろん、ヨガを深めたいという方も歓迎です。

不明な点などあればご遠慮なくお問い合わせください。

Classo yoga school 代表 倉園晴義

*（注意）本資料について許可なく複製・公開することはご遠慮ください。



誠実・真面目なビジネスが信条。
曲がったことは結構嫌いです。



CLASSO YOGA 代表

Kurasono

Classo yoga代表

E-RYT500,

NSCA=CPT,CSCS,

健康運動指導実践指導者

などなど ①

安全で効果的な運動指導がモットー。
瞑想やヨガ哲学、栄養学、運動学など
幅広く精通。

パーソナルトレーナーとして多くの資
格を持ち、トレーニングジムをムを経営

株式会社Classo

代表取締役：倉園晴義 昭和49年生

トレーニングジム、ヨガスタジオ経営

パーソナルトレーナー、S&Cトレーナー、ヨガイストラクター、
元警察官

・小中学校時は野球、高校時代はサッカー部に所属、大学入学と同時に極真空
手を始め、3年で黒帯に。茨城県大会優勝、全日本大会出場などの実績を残
す。

警察官時代にも武道面で活躍、二人目の子どもが生まれたのを期に、家庭の
事情により止む無く退職。

大学時代からトレーニングを開始し、トレーニング歴は約20年。②

社会に貢献するため運動指導のセミパーソナル型のトレーニングジムとして
トレーニングジムPROTEIOSを設立。翌年ヨガスタジオClasso yoga設立。

趣味は読書。ヨガや身体、栄養についての書籍だけでも数百冊を超える。③

大分市内に妻と二人の子供（12歳、9歳）と居住。④

① 身体のことには結構勉強しています。

② 「動作」や「動き」に自信あり。

③ 哲学や歴史も大好き。

④ 家族が後ろ指を指されるようなことはいたしません。
一緒に学びませんか？

全米ヨガアライアンス について



ABOUT YOGA INSTRUCTOR

全米ヨガアライアンスとは



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です。

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ます。

このライセンスは世界で最も知名度が高く、全米ヨガアライアンス登録インストラクター (Registered Yoga Teacher) は全世界で通用するスキルを証明されていることとなります。

Classo yoga studioはこの全米ヨガアライアンス認定校として、国際基準資格RYTを発行することができる養成校RYS (Registered yoga school)としての認定を受けています。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ます。



CERTIFICATE OF REGISTRATION

Classo yoga instructor school

200-hour Teacher Training

RYS Member Since: Apr 04, 2019

Training Program Valid Through: Apr 04, 2020

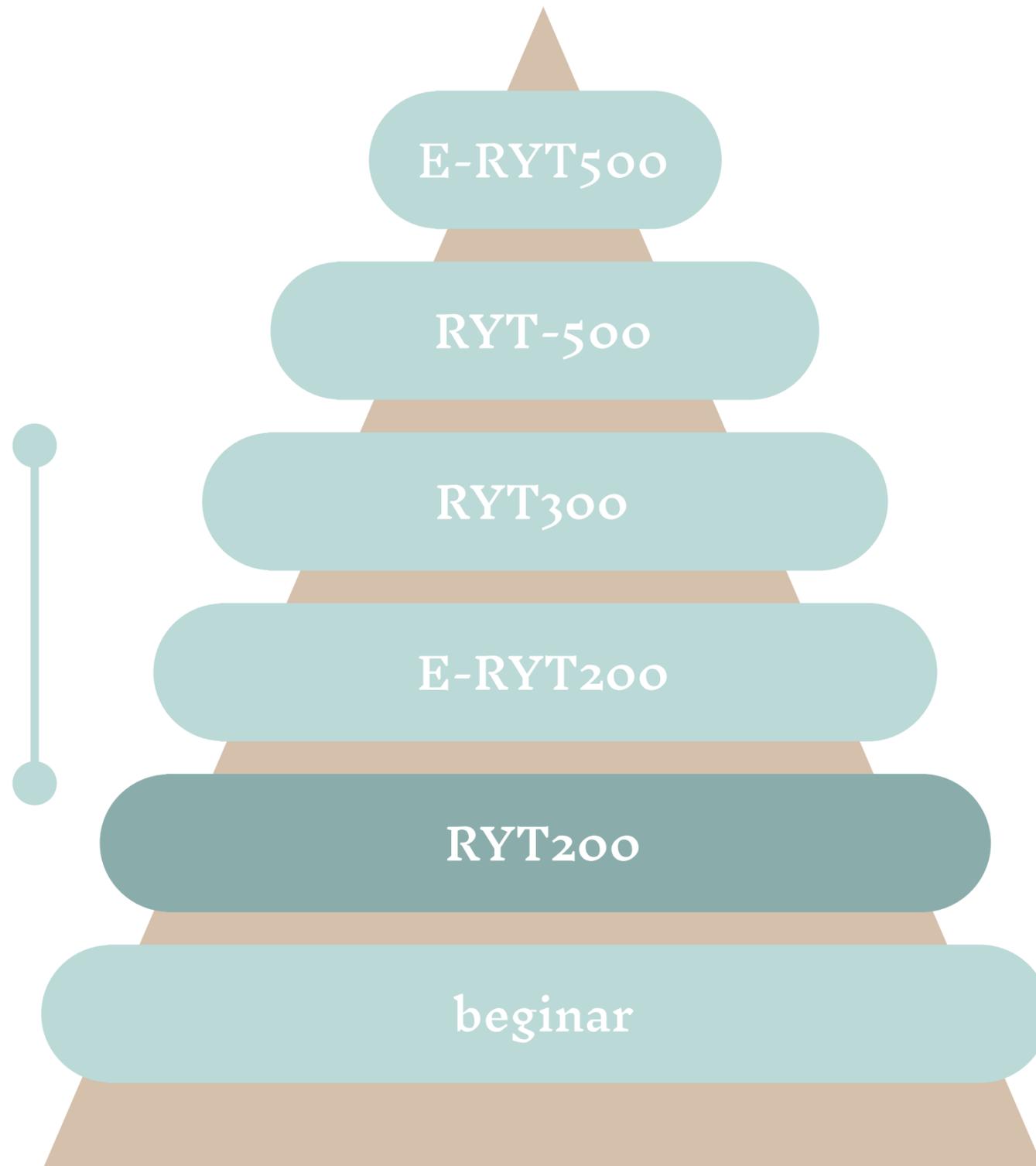
Shannon Roche

President and Chief Executive Officer



Yoga Alliance is a nonprofit 501(c)(6). | 1560 Wilson Blvd #700, Arlington, VA 22209 | 1-888-921-9642 | yogaalliance.org

Classo yogaはRYS 200の認定校です。



1. E-RYT500

ヨガアライアンスの資格の最高峰。

- ・ RYT500を取得していること
- ・ 指導時間が500時間を超えていること の二つが条件。

2. RYT500

これからのインストラクターのスタンダード。

生徒の安全とレベルアップのためにも必要。

RYT200とRYT300を合わせることでRYT500となる

3. (RYT300)

300時間のティーチャートレーニング。

2019年から RYT200を経ずに単独で取得できるようになった。

4. E-RYT200

E-はExperienced の略。

RYT200を取得して 2年間経過していること

指導歴が1000時間を超えていること が条件。

5. RYT200

これまでの一般的なヨガアライアンスの資格。インストラクターにならなくてもヨガを深く学ぶために取得する人も多い。

6. beginner

ヨガを始めたばかりの人。一般クラスのみに参加するだけでもヨガの恩恵にはあずかれる。この中の数十人に一人の割合でRYT200を取得する。

ヨガインストラクター について

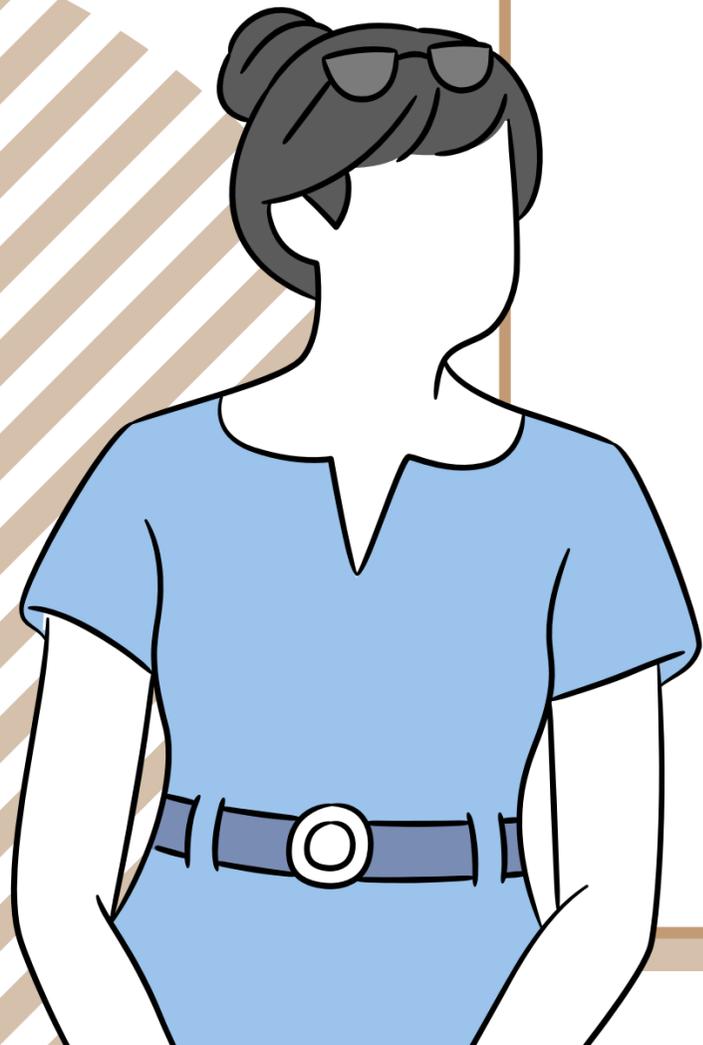


ABOUT YOGA INSTRUCTOR

そもそもヨガって？

**あなたにとっての
ヨガのイメージは？**

ヨガインストラクターのいいところ



- 誰でもできる
- ローリスク
- ずっとできる

ヨガインストラクターのいいところ

- 働き方が自由
- 時間単価が高い
- 需要は強い



ヨガインストラクターのいいところ

- ライバルが弱い
- 身体への意識が高くなる
- 人の役に立てる



インストラクターの働き方 雇用形態

正社員

安定した収入の保証

時間単価は低い

責任・要求は高い

LAVA, LOIVEさんなど大手

パート・アルバイト

ある程度自由に働ける

社会保険適用

時間単価は低い

正社員との法的な区別は微妙

業務委託（フリーランス）

雇用の保証なし 努力が収入に直結

時間単価は高い

生活の自由度は高い

インストラクターに多い

スタジオ経営・自営

努力と収入が直結

全て自由！全て自分の責任！！

やりたいようにできる

何なしらの能力が必要

インストラクターの働き方 場所

ヨガスタジオ

大手～中規模スタジオで
社員やスタッフとして
社員の場合はヨガ＋事務作業など
一般的に給与は安い

カルチャーセンター

一度講座を開催できると継続的にで
きる。信頼を得ると固定客がつくし
安定的。

フィットネスジム

フリーインストラクターの主な活動
場所。安定的に仕事が入るため人気
は高い。

自宅

自由度は高い。
経費はほとんどかからない。
発展性は少ない。
家族の理解と協力が必要

労働意識改革

これだけは
分かって
ほしい。



個人的な意見です！

ABOUT MINDSET

フリーインストラクターとして 成功するための考え方

- **相手の利益を考える（雇用先とお客様）**
- **対価以上の価値を与える**
- **仕事相手を選ぶ！（←実は大事）**

社員インストラクターとして 成功するための考え方

- **自分の都合より会社の利益を考える**
- **給与以上の会社への貢献**
- **ローリスクハイアビリティの立場を生かす！
(これ、会社員最大のメリットです！)**

インストラクターとして 成功するための共通の考え方

**努力する方向・方法を間違えると
全てが無駄！！**

お金・時間・精神・疲労・・・

インストラクターとして 失敗するための共通の考え方

- **自分のためにする**

- **与えない**

最高のサービスを提供するという
ビジネス感覚を磨く！

- **節操がない**

お金のために働くのはダメ？

× お金のため“だけ”に働く

○ お金を得るために良いサービスを提供する。
そのために最大限の努力、工夫をする

私も日々努力しています！



Have a Break

*Time for
Coffee Break*



*Time for
Coffee Break*

3 m i n

ヨガインストラクター について



ABOUT YOGA INSTRUCTOR

インストラクターに向いている人
を説明する前に・・・

なぜ、インストラクターになりたいのですか？

どういうインストラクターになりたい？

なぜ、 インストラクターになりたい？

- 人前に出て目立ちたい
- インスタグラムでフォロワーされたい
- 人が憧れる存在になりたい
- 有名になりたい

なぜ、 インストラクターになりたい？

- ・ 今の会社が嫌だから**
- ・ 何をすればいいのか分からない**
- ・ 他にできそうなことがない**
- ・ 他にやりたいことがない**

なぜ、 インストラクターになりたい？

- 自分に合ってそう
- 面白そう楽しそう
- 健康的な仕事 イメージがいい
- 憧れがある

なぜ、 インストラクターになりたい？

- 自由に働きたい
- 子どもに自慢できることをしたい
- 自分ができることによって貢献したい
- 自分の力を試したい

なぜ、 インストラクターになりたい？

様々な目的、考え、バックグラウンド、働き方・・・
多種多様

インストラクターに向いている人

結論：向き不向き・良い悪いはない

ヨガが好きか嫌いか
やる気があるかどうか気持ち次第！

インストラクターに必要なこと

- **高い身体能力** **柔軟性が高い・難しいポーズができる**
- **経験** **ヨガ歴が長い・ヨガに詳しい**
- **キレイであること** **見た目・容姿・痩せている**

全て不要！

インストラクターに向いている人

- **真面目さ** → **何をするにせよ最も大事**
- **人柄** → **インストラクターは接客業**
- **適度な適当さ** → **必要以上に自分を追い込まない・**

社会人として当たり前前能力が必要

インストラクターの現実



フリーインストラクターの月収

～5万円	・	・	48%
～10万円	・	・	30%
～20万円	・	・	14%
～30万円	・	・	8%

半数以上が5万円以上！

どれくらいの金額を
求めているかが不明

週に何本くらいやる？

1日以下 ・ ・ 28%

1～3 ・ ・ 33%

3～5 ・ ・ 29%

ほぼ毎日 ・ ・ 10%

どれくらいやれば どれくらいの収入になる？

1日以下	・ ・ 28%	～5万円	・ ・ 48%
1～3	・ ・ 33%	～10万円	・ ・ 30%
3～5	・ ・ 29%	～20万円	・ ・ 14%
ほぼ毎日	・ ・ 10%	～30万円	・ ・ 8%

目安として週1本で月1－2万円

ヨガインストラクター に関する質問



FAQ

ヨガインストラクター 養成講座について



THE REASON YOU SHOULD TAKE THIS COURSE

養成コースの相場

受講料金

RYT200 対面 少人数制

↓

テキスト代すべて含む

現在募集価格 **¥430,000円**

(税込)

現在の募集価格は現社会情勢を踏まえ
価格基準を引き下げて設定しております

短期集中全米ヨガアライアンス200時間コース (RYT200)

全米ヨガアライアンス認定インストラクター資格 (RYT200) の資格取得を目指すための
ために必要な基礎知識から、クラスを構成し実際にインストラクションを行う実践までを
スとなります。

分割可 教育ローン可 **430,500円** (税込473,550円)

クラス受講ならびに課題図書のコピー費用が必要となります。

東京校	460,000円 (税込)
神戸校	460,000円 (税込)
名古屋校	460,000円 (税込)
福岡校	460,000円 (税込)

養成コースの相場

合宿の長所+オンラインの長所



沖縄4日間合宿+オンライン動画視聴

158,000円!! (先着10名様)

ゴールデンウィーク4日間合宿で、

RYT200資格を取得しよう!

■全米ヨガアライアンス (RYT200) コース

全米ヨガアライアンス
RYT200 (オンライン)

• RYT200

コース詳細はこちら >

¥248,000~
※特別価格



RYT200コース
リニューアル記念!
今だけの特別価格

説明会参加後
即日申込みで

30,000円OFF

通常: 229,000円 (税込) ▶

今だけ: 199,000円 (税込)



無料体験/説明会はこちら

LINEから申込・お問合せ

.....
ヨガ初心者から国際的認知度の高

養成コースの相場

対面	40～50万円
合宿（対面）	20～30万円
オンライン	20～40万円
録画(e-ラーニング)	15～20万円

対面レッスンの メリット・デメリット

- ・ちゃんと教わることができる
- ・質問しやすい
- ・仲間とのつながり
- ・即戦力実践力

- ・費用面

現時点、最も望ましい。
本来アライアンスも対面しか認めてない。

合宿コースの メリット・デメリット

- ・ 早い
- ・ 安い
- ・ 楽しい
- ・ 仲間とのつながり
- ・ ヨガに集中できる

- ・ 上達できる時間なし
- ・ 練習少なめ
- ・ レベルがピンキリ
- ・ 参加者多い
- ・ ハズレだと最悪

資格の「肩書き」が手っ取り早く欲しい人はOK

オンラインレッスンの メリット・デメリット

- ・ 安い
- ・ 気楽に受講できる
- ・ 講師が有名
- ・ 交通費・時間節約

- ・ 費用なりのリターン
- ・ 初心者には不向き
- ・ 生徒に言いづらい
- ・ 実践力つかない
- ・ 目と神経の疲労

コロナ禍において「ビジネス的に」定着講座により大きくレベル差あり。

E-ラーニング/通信講座の メリット・デメリット

- ・ 安さNO1
- ・ 自分のペースで
- ・ 最高に手軽
- ・ 交通費・時間節約
- ・ 参考になる

- ・ 指導力はつかない
- ・ 自信つかない
- ・ 仲間できない
- ・ お値段以下の価値

**インストラクター養成講座の受講価値なし！
安物買いの・・・**

今回の講座について



THE REASON YOU SHOULD TAKE THIS COURSE

ADVANTAGES OF THIS COURSE

インストラクターとして活躍し、
社会に貢献するために。



ちょうどいい期間

ライフスタイルに合わせて
平日コースと週末コースを
準備しました。1対1のコ
ーもあります。



少人数制の養成講座

養成講座は最大8名程度。
一人一人にしっかり指導をし
て、指導力のあるインストラ
クターへ育てます。一方的に
教えて終わり、ということは
ありません。



インストラクター への近道

優秀な卒業生にはスタジオで
のインストラクターデビュー
の道もあります。
それだけでなく、様々な場で
のインストラクターとしての
場を提供します。



ヨガのすべてを バランスよく

ヨガの歴史や哲学、解剖
学、アーサナ、ティーチン
グなど幅広く学びます。
200時間後はもっとヨガ
が楽しくなる講座です。

運営ポリシー

OUR RESPONSIBILITY

養成校としての責任



認定スタジオとしての責任を負いティーチャートレーニングを開催します。
「安全に生徒を指導できるインストラクター」を育てることを大切にします。

安全・効率的な運用



安全で効率的な運営に最善を尽くします。
あなたが安心して集中して学べるよう、安全な環境を準備します。

正確な知識やスキルを提供



RYT200にふさわしい高いレベルのヨガの知識とスキルを提供します。一定期間内にあなたの知識、スキルを向上させることも私たちの責任の一つです。

ヨガを通じた社会貢献



あなたが正しく安全に生徒さんを指導することで、生徒さんのヨガのレベルも上がります。
知識のあるインストラクターを増やすのは私たちができる社会貢献の一つです。

Our Duty

質の高いクラスの提供



生徒の安全に関すること



トレーナーとの連絡調整



Your Duty



全過程への出席



ルール・規律の保持



円滑な運営への協力

WHAT'S RIGHT FOR YOU

今回の講座の概要



to be RYT₃₀₀

RYT200 ティーチャートレーニング 概要

平日昼間 6ヶ月コース

2022年5月10日(月)～10月31日(月)

毎週月・木 10:00-15:00 (14:00) (休: 祝祭日、お盆期間)

日曜終日 6ヶ月コース

2022年5月9日(日)～10月30日(日)

毎週日曜 9:00-18:00 (17:00) (休: 祝祭日、お盆期間)

1対1

日程はインストラクターと打ち合わせ。
原則1年以内の取得を目指します。

Daily Schedule

example

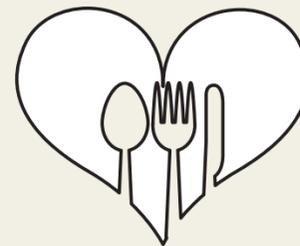
一例です。
進捗状況により
変更することがあり
ます。



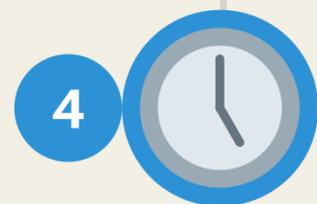
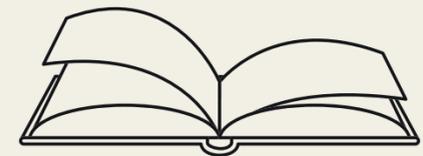
10:00- *yoga lesson*
about 1 hour yoga class



11:30- *Lunch break*



12:00- *Learning*
yoga philosophy, history, anatomy...etc



13:30- *Asana*
asana based on right alignment



15:00-
that is all for today. lets go home!

Class

哲学・歴史

ヨガの歴史
ヨガ哲学の概要
(ヨガスートラと
ヴァガバッドギーター
から学ぶ)
(座学)

解剖学・運動学

解剖学の基礎
運動学の基礎
ヨガの怪我
アライメント
などについて学びま
す。(座学)

アーサナ

主なアーサナについ
てアライメント、解
剖学的に安全なポー
ズについて学びま
す。(実技)

ティーチング

ヨガティーチャーとし
て安全に効果的にヨガ
を伝える方法について
学びます。
(実技、および座学)

卒業できますか？

きとんと勉強をすれば卒業できます。

ほぼ初心者ですが大丈夫ですか？

初心者でも経験者でも関係ありません。
最初の方にきちんと学ぶことはすごく大切なことです。

途中で解約できますか？

自己都合による解約はできません。災害、病気、怪我などで続けることが無理と社会通念上判断できる場合は返金ポリシーに応じて対応します。

卒業要件はありますか？

一定の水準に達しているかどうかを確認する最終試験に合格することです。
落とすための試験ではありません。ご安心ください。

途中で妊娠した場合はどうなりますか？

まずは医師と相談してください。
結果、医師の許可があれば問題がなければ参加していただけます。
身体に無理のない範囲で参加してください。なお、妊娠は返金対象とはなりません。

RYTがなければ人に教えられるませんか？

RYTは人に教えるための資格ではありません。あくまでもヨガアライアンスが認めたヨガインストラクターということです。
RYT養成コースのリードトレーナーになるのであれば必ずE-RYT500が必要です。



**期間中、病気をした場合
はどうなりますか？**

体調が悪いが悪い場合は見学として参加可能です。
病気や怪我でやむを得ず参加できない場合はお休みください。
ただし、レポートや補講など何らか形で履修していただきます。

**受講料には何が含まれま
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。
ヨガアライアンス登録諸費用は含まれません。

全過程出席できません。

原則として全過程出席が原則ですが、補講として他のコースを受講することもできますし、別途補講（有料）を受講することもできます。

**スタジオのレッスンに参加
できますか？**

フリー会員プランが付帯します。コース期間中は自由にご参加できます。（要予約）
将来のインストラクターとしてふさわしい言動を心がけてください。

**オンラインではしないの
ですか？**

一部座学についてはオンラインを検討します。

分割払いはできますか？

2分割または3分割に対応します。
講座終了までに全額支払うことが条件です。ご了承ください。



返金ポリシー

・返金について

お申し込み後14日間は無条件で返金いたします。

それ以降は、講座開始までは手数料等（1万円）を差し引いた額を返金いたします。

講座開始以後はやむを得ない理由（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、初期費用等（5万円）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。

・やむを得ない場合に該当するもの

大きな災害被災。感染性の病気で長期間の療養を要するもの。

本人の過失なく負傷した場合で全治1ヶ月を超える加療を要するもの

・やむを得ない場合に該当しないもの

転勤、妊娠、家庭の事情、倦怠、全治1ヶ月以下の加療を要する怪我や負傷、その他個人理由によると認められるもの



料金が
気になる...

料金

まずは
お金のことを
端に置いて
考えてみましょう

言いたいことは
これは「投資」
ってこと



あなたはなぜ、
養成コースに
興味を持ったのか？

いつの時代でも

「自分と子供への投資は
最高の投資」

とされています。

「魚を与えられたら
1日生きることができると、
釣り方を教わったら一生
生きていける」

投資する時の目安

投資する場合には、
投資回収できるかどうか？
どれくらい確実に、
どれくらい早く回収できるか
が大事。

金額について



to be RYT500

今回の講座は
200時間の
ヨガインストラクター養成コース

当然安くはありません・・・

なので、

無理して参加する必要はありません。

通常料金（税込）
440,000円



Pricing



• ヨガ通い放題無料

• レッスン保証

• ヨガマットプレゼント

特典その1 ヨガ放題無料

スタジオ通い放題プラン付き
月6,500円の通い放題プランがコース終了まで無料
約39,000円相当！！

特典その2

投資回収応援特典

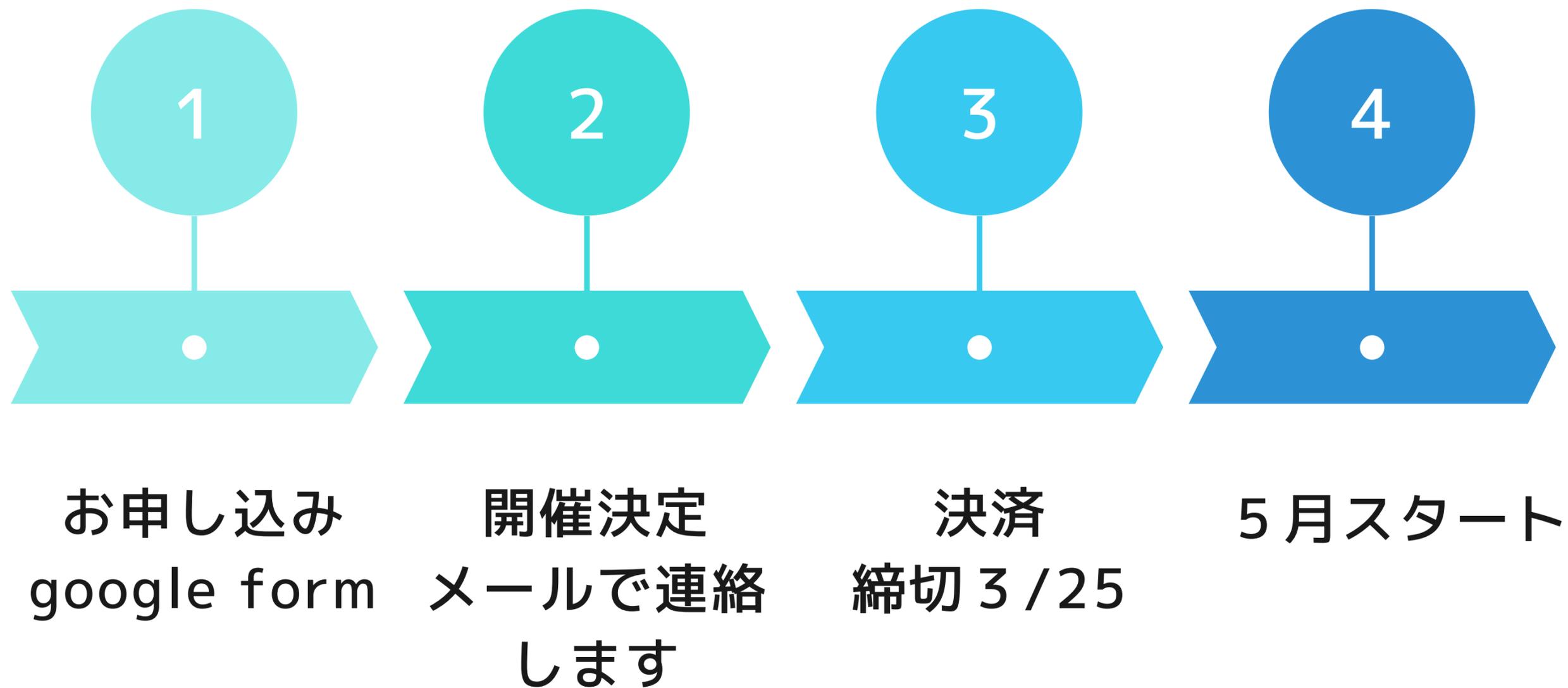
コース終了後、希望すればインストラクターとして
10～30回分のレッスンを保証。

(週二回で約3～4ヶ月程度)

レッスンフィーは1回2000円を予定

約40,000円相当!

お申し込み方法



仮申込みはこちらから (決済ページ)

QRコードをクリックしてもページ遷移します。



平日昼間コース



日曜終日コース

メールを確認

- ・ 株式会社Classo
- ・ 100円の決済



お申し込みはこちらから WEBページ

QRコードをクリックしてもページ遷移します。



WEBページ

A screenshot of a webpage for Yoga Alliance. At the top right, there are logos for 'yoga ALLIANCE' and 'RYS 200 YOGA ALLIANCE'. The main text asks 'ヨガインストラクターを目指してみませんか?' (Do you want to become a yoga instructor?). Below this, it says 'RYT200 ヨガインストラクター養成コース' (RYT200 Yoga Instructor Training Course). A horizontal line separates this from the next section, 'インストラクターここがいい!' (Instructor, here's why!). A numbered list item '1' states 'あなたに合った働き方ができる!' (You can work in a way that suits you!) and lists 'フリーインストラクターや社員、契約社員など働き方も様々。' (Various work styles such as freelance instructor, employee, and contract employee). The final line says '自分のライフスタイルに合わせた働き方ができるのもインストラクターの良いところです。' (Being able to work in a way that suits your lifestyle is also a good thing about being an instructor.).

YOGA STUDIO
Classo ga

E-Mail Address

mail@classoyoga.com

Phone Number

097-574-4372

URL

<https://classoyoga.com>



Contact Info



SNS

FOLLOW US

