

**インストラクター養成コース スケジュール 2016 / 2017年開催**

<b>IMPコース初級／中級マットコース</b>	
開催日	2016年11月30日（水）、12月1日（木）、2日（金）、3日（土）、4日（日）、6日（火）、7日（水）、8日（木）
<b>IMPコース初級／中級マットコース Module1</b>	
開催日	2016年11月30日（水）、12月1日（木）、2日（金）、3日（土）、4日（日）
<b>IMPコース初級／中級マットコース Module2</b>	
開催日	2016年12月6日（火）、7日（水）、8日（木）

<b>IMPコース初級／中級マットコース</b>	
開催日	2017年3月21日（火）、22日（水）、23日（木）、24日（金）、25日（土）、27日（月）、28日（火）、29日（水）
<b>IMPコース初級／中級マットコース Module1</b>	
開催日	2017年3月21日（火）、22日（水）、23日（木）、24日（金）、25日（土）
<b>IMPコース初級／中級マットコース Module2</b>	
開催日	2017年3月27日（月）、28日（火）、29日（水）

<b>IRコース初級／中級リフォーマーコース</b>	
開催日	2017年1月30日（月）、31（火）、2月1日（水）、2日（木）、3日（金）、4日（土）、20日（月）、21日（火）、22日（水）、23日（木）
<b>IRコース初級／中級リフォーマーコース Module1</b>	
開催日	2017年1月30日（月）、31（火）、2月1日（水）、2日（木）、3日（金）、4日（土）
<b>IRコース初級／中級リフォーマーコース Module2</b>	
開催日	2017年2月20日（月）、21日（火）、22日（水）、23日（木）

<b>IRコース初級／中級リフォーマーコース</b>	
開催日	2017年5月15日（月）、16（火）、17日（水）、18日（木）、19日（金）、29日（月）、30日（火）、31日（水）、6月1日（木）、2日（金）
<b>IRコース初級／中級リフォーマーコース Module1</b>	
開催日	2017年5月15日（月）、16（火）、17日（水）、18日（木）、19日（金）
<b>IRコース初級／中級リフォーマーコース Module2</b>	
開催日	2017年5月29日（月）、30日（火）、31日（水）、6月1日（木）、2日（金）

## ワークショップ スケジュール 2016 年開催

ワークショップ	
開催日	2016年12月9日（金）、10日（土）
<b>十代向けのマットワーク 耐久性と強化</b>	
開催日	2016年12月9日（金） 9時～11時
<b>筋膜アプローチ 腕ライン</b>	
開催日	2016年12月9日（金） 11時15分～13時15分
<b>流れるようなマットワーク ウェイトを持って</b>	
開催日	2016年12月9日（金） 14時30分～16時30分
<b>V2 ヴィンヤサ 入門</b>	
開催日	2016年12月10日（土） 10時～12時
<b>V2 ヴィンヤサ レベル1</b>	
開催日	2016年12月10日（土） 13時～15時
<b>V2 ヴィンヤサ レベル2</b>	
開催日	2016年12月10日（土） 15時30分～17時30分

※各コースの開講時間は、スタジオまでお問い合わせください。

[info@skypilatestokyo.com](mailto:info@skypilatestokyo.com)