



薬膳ヨガ®カレッジ ライセンスコース (水曜) カリキュラム日程

カテゴリ	カリキュラム名	ヨガ 実技	薬膳 実技	理論	ベーシ ック	受講 可否	年間スケジュール (以下を目安に12ヶ月かけてじっくり履修します)											
							4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
中医学	「東洋医学の歴史」				-		4/15											
	『理念と整体観念』				-											2/17		
	『経絡理論』				-							11/18						
	『陰陽とヨガ』 (いずれかの月の日曜日)				-													
	『五行論の理論と哲学』				-		4/15											
	『五行論シート作成』 (メール提出)				-											メール		
薬膳ヨガ学	『春の五行論』 基礎				●			5/13										
	『春の五行論』 レシピとポーズ				●			5/13	6/17									
	『梅雨の五行論』 基礎				●			5/13	6/17									
	『梅雨の五行論』 レシピとポーズ				●			6/17	7/15									
	『夏の五行論』 基礎				●				7/15	8/19								
	『夏の五行論』 レシピとポーズ				●					8/19								
	『秋の五行論』 基礎				●													
	『秋の五行論』 レシピとポーズ				●													
	『冬の五行論』 基礎				●													
薬膳学	『証 効能 レシピ』				●						9/16							
	『ランチ薬膳』				●						9/16							
	「効能の読み解き方」				-													
	『季節の効能』 (メール提出)				-									メール				
ヨガ学	『5経絡のヨガ』				●							10/21						
	『ポーズ考案』				-								11/18					
	『12minオフィスヨガ』				-									12/16				
	『からだのしくみヨガ&薬膳』				●							10/21	11/18					
養生実践法	「経絡ヨガリード法」				-										1/20			
	『四診と答え合わせ薬膳』				-										1/20			
マインドフルネス	『マインドフルネス理論』				-									12/16				
	『マインドフルネスワーク&ケース』				-									12/16				

上記の情報は、向上や改善の目的で改訂される可能性もございます。あらかじめご了承ください。