

講座No	タイトル	講師	日	講座時間（時間）		
				講義	実技	合計
2	進化のプロセスをロボットで再現し、医療・介護の現実に照らし合わせてわかるヒトの動きの根本	澤口裕二	5/3	3.0	3.0	6.0
3	身体の考察～衰えない身体（身体構造編）	中村道紀	5/5	1.0	1.0	2.0
4	生活の改善～疲れのない身体（身体機能編）	中村道紀	5/5	1.0	1.0	2.0
5	ラバナムーブメントアナリシス(LMA)/バーテニエフファンダメンタルズ(BF)入門	橋本有子	5/5	1.0	1.0	2.0
6	「空間に出会い、新たな身体の可能性を広げるメソッド」	藤本靖、橋本有子	5/5	1.0	1.0	2.0
7	乳幼児から若者、高齢者まで、安全で効果的なレッスンと動作の質	若狭利男	5/3	1.0	1.0	2.0
8	からだところろをセルフケアする操体テクニックを学ぶ	幕内美智子	5/5	0.75	0.75	1.5
9	動きを言葉で伝える時に役立つ!キネステティック・クラシック ネオ	田村百合子	5/5	1.0	1.0	2.0
10	胴体トレーニング（健康で最高に動ける身体、自己管理能力を高める身体作り）	棗田三奈子	5/4	1.0	1.0	2.0
11	背骨統合エクササイズSintex～もっと力みなく、自由に動ける身体へ	井上トキ子	5/3	1.0	1.0	2.0
12	筋膜ネットワークの健康を維持するために：筋膜リリースって？	谷佳織	5/4	1.5	1.5	3.0
13	ヨガ、ピラティスで、ケガをしないための技と心	長谷川智	5/5	1.0	1.0	2.0
14	高齢者の身体機能改善エクササイズ	廣戸聡一	5/3	1.0	1.0	2.0
15	これからの時代の運動者に必要な2つ（認知×ロコモ）の予防 ～シナプソロジー*×歩く人*で出来ること～	望月美佐緒、土井龍雄	5/3	1.0	1.0	2.0
16	ひもトレ活用法（運動過程編）	小関勲	5/3	1.0	1.0	2.0
18	セルフケアの習慣化	中尾和子	5/4	1.0	1.5	2.5
19	動きを極める～分かりやすいプロセス～	中尾和子	5/5	1.0	1.0	2.0
20	機能改善トレーニングとしてのピラティス-肩甲帯と非対称な動き-	高田香代子	5/3	1.0	1.0	2.0
21	“ピラティスたらしめる” 一要因形を教えるな、ピラティスを教える	森畑一美	5/3	1.0	1.0	2.0
22	ファンクショナルローラーピラティスでセルフケア	横堀かおり	5/4	0.75	0.75	1.5
23	YOGAをまとめて学習し、老若男女の身体に生かす～椅子パート入り～	山田多佳子	5/5	1.0	1.0	2.0
24	東洋・西洋医学の融合プログラム「yukayogaセラピー」	桑原 由佳	5/3	1.0	1.0	2.0
25	ハタヨガの本質と実践WS	芥川舞子	5/3	1.0	1.0	2.0
26	今こそヨガでセルフコンディショニング	高野真利	5/3	1.0	1.0	2.0
28	あなたのレッスンは参加者の心のサプリ～レッスンをワンランクUP	大山恵美子	5/3	1.5	1.5	3.0
29	美ューティBodyWave スペシャル	秋野典子	5/3	1.0	1.0	2.0
31	軸トレ4、ナチュラル・ラテンムーブメントのためのセルフケア	金子智恵、佐藤拓矢	5/5	1.0	1.0	2.0
32	ひもトレとストレッチーズを使って姿勢改善～感覚入力を取り入れた最新エクササイズの提案～	尾陰由美子、茂木伸江	5/4	1.0	1.0	2.0
33	高齢者が喜ぶ！！シナプソロジーを取り入れた機能改善体操～椅子に座って、身軽・気軽・手軽エクササイズ～	尾陰由美子	5/4	1.0	1.0	2.0
34	傷害予防へ向けて体幹・下肢機能に着目したトレーニングの考え方	大曾根聡	5/4	1.0	1.0	2.0
35	「中高齢者指導における計画とは？問題から逆算するエクササイズ！」～よく分かる問題解決型の高齢者指導！～	大久保進哉	5/5	1.0	1.0	2.0
36	セルフケアコンディショニング(1)概論 2)実践	小谷さおり	5/4	1.5	1.5	3.0
37	セルフケアYOGA 体感型スペシャルセッション(3)実践：自身と向き合うデイリーケアYOGAのすすめ	武藤みか、小谷さおり	5/4	1.0	1.0	2.0
38	腰痛にたいするコンディショニングアプローチ	杉山幹	5/3	1.0	1.0	2.0
39	Tレフストレッチワークショップ	高塚政徳	5/5	0.75	0.75	1.5
40	体幹をしならせて関節窩を動かす未体験ストレッチ	高橋禎彦	5/4	1.0	1.0	2.0
41	ソフトギムニグボールを使ってセルフケア ～こわばり歪みを解放しよう～	小山内映子	5/5	1.0	1.0	2.0
42	動的・静的アライメント評価と改善のコレクティブEXデザイン	佐藤拓矢	5/5	1.5	1.5	3.0
43	股関節「臼蓋形成不全」に対する、セルフ・ケア法考察	浅見ますみ、佐藤拓矢	5/3	1.5	1.5	3.0
44	呼吸が心と体を変える！内臓が肩・股関節を楽にする ～フランクリンメソッド～	藤原葉子	5/4	1.5	1.5	3.0
45	ぶっぢぎりの骨盤エクササイズ指導法！	木内周史	5/4	1.0	1.0	2.0
46	目から鱗！肩甲骨の使い方と鍛え方！～運動学を理解するとここまで変わる！～	木内周史	5/3	1.0	1.0	2.0
47	体験！最新シナプソロジー＆音楽を使った介護レク体操	岡本正一	5/5	1.0	1.0	2.0
48	楽動～自然な動きを獲得するセルフコンディショニング～	本橋正光	5/5	1.0	1.0	2.0
49	心を動かすプレゼンテーション～伝えるスキルと受け取るスキルそして潜在能力の使い方～	岡本正一	5/4	2.0	0.0	2.0
53	トライ体幹理論+ウェーブストレッチリングで機能改善	牧直弘、中川隆	5/4	1.0	1.0	2.0
54	骨盤底のアンバランス&足～骨盤への連鎖を整える ～セルフケア編～	藤原葉子	5/3	1.0	1.0	2.0
55	日常生活動作改善に向けたバランスコーディネーション～自分の体の変化に気づく～	増子俊逸	5/4	0.75	0.75	1.5
56	劣化S T O P ! 予防にSHIFT ! 中高齢者のコンディショニング	鈴木隆人	5/4	1.0	1.0	2.0
57	リラクゼーションテクニック～スキンリリース&ゆらし～	本橋正光	5/4	1.0	1.0	2.0
58	コアキゲン・トレーニング～固めない！波で動く全身運動～	本橋正光	5/5	1.0	1.0	2.0
59	究極のセルフ筋膜リリース&ヨガ！～オリエンタルアジャストメント～	木内周史	5/4	0.75	0.75	1.5
60	劇的に身体の不調が改善！今話題の“筋膜リリース”を活用したファンクショナルタイ古式マッサージ！	木内周史	5/4	1.0	1.0	2.0
61	全身と脳を活性する新しいアトラス体幹呼吸をぜひ体感ください。	牧直弘	5/5	1.0	1.0	2.0