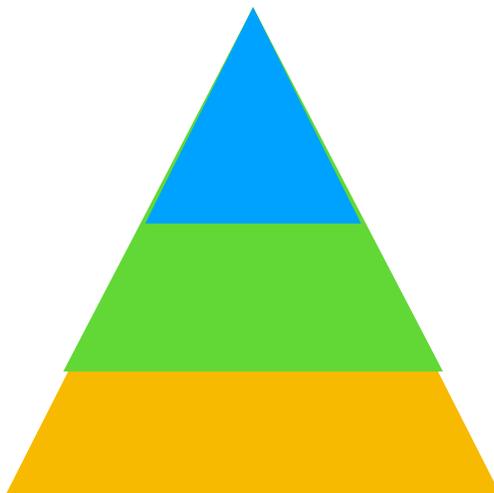


チェア&バレル ピラティスインストラクター  
資格養成コース 概要



グランドマスター

マスターインストラクター

インストラクター

マスターインストラクター

No.	項目		定価(税別)	養成時間	取得期間(目安)
1	マット	マットを使用した初級～上級のグループレッスンやパーソナルレッスンの指導が可能となります。マットインストラクターの養成が出来ます。	500,000	20	養成(20時間)日程を含め3ヶ月間
2	リフォーマー	リフォーマーを使用した初級～上級のグループレッスンやパーソナルレッスンの指導が可能となります。リフォーマーインストラクターの養成が出来ます。	500,000	30	養成(10時間)日程を含め3ヶ月間
3	キャデラック	キャデラックを使用したエクササイズ指導・養成が可能となります。	230,000	15	養成(30時間)日程を含め3カ月間
4	チェアとバレル	チェア、バレルを使用したエクササイズ指導・養成が可能となります。	70,000	10	養成(15時間)日程を含め3カ月間

## マスターインストラクターインターン

No.	項目	インターン合計	見学	指導練習	自己練習
1	マット	50	5	25	20
2	リフォーマー	40	5	20	15
3	キャデラック	23	3	10	10
4	チェアとバレル	12	2	5	5

※インターンとコースの終了時に筆記・実技テストがあります。

## インストラクター

No.	コース	ライセンス説明	定価(税別)	養成時間	取得期間(目安)
1	マット 1&2	マットを使用した初級～中級のグループレッスンやパーソナルレッスンの指導が可能となります。	400,000	20	養成（20時間）日程を含め半年間
2	マット 3	マットを使用した上級のグループレッスンやパーソナルレッスンの指導が可能となります。	100,000	10	養成（10時間）日程を含め3ヶ月間
3	リフォーマー 1&2	マットを使用した上級のグループレッスンやパーソナルレッスンの指導が可能となります。	450,000	30	養成（30時間）日程を含め半年間
4	リフォーマー 3	リフォーマーを使用した上級のグループレッスンやパーソナルレッスンの指導が可能となります。	100,000	10	養成（15時間）日程を含め3カ月間
5	キャデラック	キャデラックを使用したエクササイズ指導が可能となります。	230,000	15	養成（15時間）日程を含め半年間
6	チェア / バレエ	チェア、バレルをしようしたエクササイズ指導が可能となります。	70,000	10	養成（10時間）日程を含め2カ月間

## インストラクターインターン

No.	コース	インターン合計	見学	指導練習	自己練習
1	マット 1&2	80	35	30	15
2	マット 3	45	20	15	10
3	リフォーマー 1&2	115	50	40	25
4	リフォーマー 3	35	15	10	10
5	キャデラック	75	35	30	10
6	チェア / バレエ	25	11	9	5

※インターンとコースの終了時に筆記・実技テストがあります。

### 【インターンについて】

見学…PSGAが用意するエクササイズ動画の閲覧・もしくはPSGAIRのレッスンを見学（受講）すること

指導…PSGA本校・認定校・提携校のいずれかで指導練習（ティーチング）の練習をすること

自己練習…自身でのエクササイズ練習の実施。練習場所は問いません。

上記内容で、各コース指定時間の練習を実施していただきます。

### 資格更新について

資格取得の翌年より、1年ごとに更新料5,000円(税別)がかかります。

また、PSGA主催のワークショップを1時間以上受講いただくことが必須となります。