

Learning Pilates Physiology Course

ピラティスと生理学

カラダの取り扱い説明書である生理学。ピラティスをするとうどうカラダが変化するのか、カラダの中で実際何が起きているのかは生理学でわかるようになります。

筋・骨格系などの構造(解剖学)にだけでなく、呼吸・循環・免疫・自律神経等の機能(生理学)を理解することで運動の目的やプログラムの捉え方が変わり運動指導の質が向上します。

今回の「ピラティスと生理学」の講座は、前講座の「好きになる生理学」とは違う視点で、よりピラティスや日常生活からの視点でカラダをひも解いていきます。より深くカラダを理解し、カラダへの様々な質問に答えられるインストラクターを目指していきます。

第1回	3月15日(水)19:30-21:30	「構造と仕組み」
第2回	4月19日(水)19:30-21:30	「呼吸器系」
第3回	5月17日(水)19:30-21:30	「循環器系」
第4回	6月14日(水)19:30-21:30	「消化器・代謝系」
第5回	7月19日(水)19:30-21:30	「筋・骨格系」
第6回	8月16日(水)19:30-21:30	「感覚器・外皮系」
第7回	9月20日(水)19:30-21:30	「中枢神経系」
第8回	10月18日(水)19:30-21:30	「自律神経・免疫系」

受講した講座は資料・動画をご覧いただけます。

全8回受講者には修了証をお渡しします。

《講師》松浦圭佑 / 二宮幸子 《受講料》全8講座 56,000円(修了証)/単発1講座 7,500円

《申込》Learning Pilates 事務局 ☎0120-081-705 ✉info@learning-pilates.com