

報道関係各位

19-000092A
2019年10月8日
ヒューマンアカデミー株式会社

ヒューマンアカデミー

逆さの動きで理想のカラダを！女優・タレントの中島史恵氏が考案した
新しいスタイルのヨガ「逆メソッドYOGA」を10月より新宿校で開講
～受講料10%OFFなど開講記念キャンペーンを実施～

ヒューマンホールディングス株式会社の事業子会社で、教育事業を運営するヒューマンアカデミー株式会社(本社:東京都新宿区、代表取締役:川上 輝之、以下「当社」)は2019年10月より、女優・タレントの中島史恵氏が監修する新たなヨガ講座「逆メソッドYOGA」をヒューマンアカデミー新宿校内のライフスタイルクラブ新宿にて開講します。逆メソッドYOGAは、逆さの姿勢になったり、日常生活で使わない部位を刺激する「逆さの動き」を取り入れたりして、美と健康を目指す新しいスタイルのヨガです。

当社では、ヨガを日常的に楽しみたい方向けの「スタジオレッスン」と、インストラクターを目指す方向けの養成講座「ティーチャートレーニング」の2つのタイプの学びを用意。開講を記念し、受講料割引などのキャンペーンも期間限定で実施します。

【本件のポイント】

- ヒューマンアカデミーが、女優・タレントの中島史恵氏監修の「逆メソッドYOGA」を10月より新規開講
- 逆さの姿勢や、普段使わない場所を刺激する「逆さの動き」などを取り入れた、女性の悩みに応えるヨガを学べる
- 新規開講を記念し、逆メソッドYOGAを知り、体験できるプレミアムセミナーを開催



▲「逆メソッドYOGA」スタジオ(ヒューマンアカデミー新宿内)

【開発の背景】

ヨガを学び楽しむ人たちの求めるものが多様化しています。当社は、ヨガに取り組むことで心身の美しさを追求する多くの方々が、効果を実感しながら、年齢を重ねても輝いていられることを目指し、「逆メソッドYOGA」を開発しました。

逆メソッドYOGAは、“奇跡の50代”と言われるほど美しいプロポーションを保ち続ける中島史恵氏が考案しました。「普段しない逆のポーズをすること」と、「普段使わない逆の筋肉を使うこと」による効果をヒントに、メソッドを体系化。

伝統的なヨガの基礎理論や、東洋医学の視点で経絡やツボを刺激するヨガをベースに、日本人の特徴に合わせて開発されました。初心者でも、何歳から始めても効果を実感できることを目指しています。



【講座の概要】

逆メソッドYOGAは、ヨガを日常的に楽しみたい方向けの「スタジオレッスン」と、インストラクターを目指す方向けの養成講座「ティーチャーズトレーニング」の 2 つのタイプで学ぶことができます。ライフスタイルに合わせた効率的なカリキュラムで、短期間で手ごろな価格で習得できるため、初心者でも通いやすい講座となっています。いずれも男女問わず受講可能です。

新規開講を記念して、スタジオレッスンでは、体験レッスン当日に会員申し込みをした方向けの入会金無料のキャンペーンを、ティーチャーズトレーニングでは講座受講料 10%OFF キャンペーンをそれぞれ実施します。

(1)スタジオレッスン

スタジオレッスンでは、中島史恵さんをはじめ、一流の人気インストラクターが集結。経路やツボに意識を向けながら、身体の変化や心の変化を体感できるプログラムとなっています。また、ヨガは心身のリラックス効果に加え、美容効果も期待して学ぶ方が多いとされることから、レッスンを通して、美しさを保つノウハウが学べることも特長です。

料金は、月額制受け放題の「スタジオフリー会員」のほか、1 回、3 回、5 回、10 回という回数指定でも利用できます。

公式 Web サイト: <https://halc.athuman.com/lpo/re-yoga/studio/>

レッスン内容(抜粋): 陰ヨガ(初級～中・上級) / お腹引締めヨガ(初級～中・上級) / ヴィサンヤヨガ(初級～中・上級)

レッスン料金:

講座名	料金	備考
体験レッスン	1,000 円/回	1 人あたり 2 回までです
入会金	5,000 円	体験レッスン当日会員申込みの方は無料です
スタジオフリー会員	7,500 円(税込) / 月	

※上記の月会費以外の価格は消費税別の価格となります。

(2)ティーチャーズトレーニング

ティーチャーズトレーニング(講座名:「逆メソッドYOGAティーチャーズトレーニング」)は平日のコースや、週末集中のコースなど、週 1 回からライフスタイルに合わせて受講可能です。逆メソッドYOGAの効果を自らの心と身体で体感した一人ひとりが、「受講生を集められる人気のあるインストラクター」、「心身ともに美しくなるためのヨガの伝道師」になるための知識と技術を学びます。当社ならではの、コミュニケーションやパフォーマンスといった実践で活用できるスキルの習得もカリキュラムに組み込まれているため、ヨガインストラクターとして人を惹きつけ、見せるためのスキルを身に付けることもできます。

BASIC、ADVANCE、MASTERのすべての資格を取得し、当社が定めた条件を満たすことにより、一般社団法人デザイナーズスキル認証機構の「逆メソッドYOGA協会」(URL: <http://gmya.jp/>) の公認インストラクターとして、協会のコンテンツを活用して認定のコースを開設できるなど、プロフェッショナルなインストラクターとしての活動が可能となります。

公式 Web サイト: <https://halc.athuman.com/lpo/re-yoga/>

受講内容(抜粋): ヨガ哲学・ヨガ基礎理論・逆メソッドヨガ基礎理論 / 解剖学(座学) / アサーナ 70 種以上 / ティーチングスキル

コースと受講総時間:

講座名	受講総時間	受講料(教材費込み)	BASIC+ADVANCE+MASTER セット	到達目標
BASIC	約 30 時間	105,000 円	300,00 円	周囲にヨガのインストラクションができる
ADVANCE	約 50 時間	200,000 円		ヨガインストラクターとしてクラスを設定し、担当できる
MASTER	約 20 時間	95,000 円		集客力のある人気インストラクターとして活躍できる

※別途入学金 30,000 円が必要です。

※上記価格は消費税別の価格となります。

※ADVANCE コースの受講は BASIC コース必修、MASTER コースの受講は ADVANCE コース必修となります。

開講校舎: ヒューマンアカデミーライフスタイルクラブ新宿(住所: 東京都新宿区新宿 3-1-13 京王新宿追分ビル 8F)

JR 新宿駅南口徒歩 3 分 東京メトロ副都心線丸ノ内線・都営新宿線「新宿三丁目駅」A1 出口 徒歩 2 分

TEL 0120-30-4149

【開講記念プレミアムイベントの概要】

今回の新規開講を記念したセミナー「中島史恵の『逆メソッドYOGA』プレミアムイベント」を10月13日(日)より開催します。中島史恵氏と、鍼灸師やヨガインストラクターとの対談のほか、逆メソッドYOGAのレッスンが体験できます。

日時	<ul style="list-style-type: none"> ・10月13日(日) 11:00~13:00 中島史恵・漆崎結子(鍼灸師)・川田美絵子(ヨガインストラクター) ・10月14日(月・祝) 10:00~12:00 中島史恵・漆崎結子(鍼灸師)・chihana(ヨガインストラクター) ・10月17日(木) 14:00~16:00 中島史恵・漆崎結子(鍼灸師)・石川香(ヨガインストラクター) ・10月17日(木) 19:00~21:00 中島史恵・漆崎結子(鍼灸師)・石川香(ヨガインストラクター)
会場	ヒューマンアカデミーライフスタイルクラブ新宿
参加費	3,000円(消費税別)
定員	各回20名(先着順)
スピーカー	<p>中島史恵氏 「美と健康」をテーマにしたグループ「シェイプUPガールズ」の1人として芸能界にデビュー。35歳の時にヨガと出会い感銘を受け、インストラクターやスタジオ経営にも携わる。このたび、ヨガインストラクターの養成コースをヒューマンアカデミーと創立。ヨガをベースに中島自身が考案し、実践している「逆メソッドYOGA」を取り入れた今までにない「TT(ティーチャーズトレーニング)」を開講した。</p> <p>漆崎 結子氏 会社員勤務を経て、60年以上続く家業でもあった鍼灸師へ転向。リンパマッサージの講座開発や、教育・指導にも従事。</p> <p>川田 美絵子氏 大学では臨床心理学を学び、さまざまな仕事を経る中、ヨガと出会い、心への影響が深いことを知り、資格取得。スタジオインストラクターになり、年間400本以上、延べ4万人以上へのヨガレッスンを提供し、店長として売上・集客・顧客管理など幅広い経験と実績を持つ。</p> <p>chihana氏 元宝塚歌劇団の花組娘役天咲千華として活躍。退団後はヨガインストラクターとして活動。都内を中心に、ヨガのクラスを行っている。</p> <p>石川 香氏 プロフェッショナルダンサーとして活動中に、腰部椎間板ヘルニアを除去手術。リハビリの一環でヨガと出会い、本格的にヨガを学び、インストラクターの資格取得。ヨガの素晴らしさを指導するというアウトプットに加え、ホリスティックな視点から見つめ、取り組むことを目指している。</p>
内容	<ul style="list-style-type: none"> ・逆メソッドYOGAの説明 ・逆メソッドYOGAレッスン ・逆メソッドYOGAティーチャーズトレーニングの紹介 ・質疑応答
持ち物	<ul style="list-style-type: none"> ・運動が可能な服装 ・お飲み物 ・タオル ・筆記用具(必要な場合)
申込み方法	<p>下記の公式Webサイトよりお申込みください。</p> <p>https://halc.athuman.com/pr/taiken/re-yoga-event/</p>
注意事項	<ul style="list-style-type: none"> ・更衣室のご用意はございますがシャワー・ロッカーのご用意はございません ・ヨガマットのご用意はございます ・貴重品についてはご自身での管理をお願いいたします

【逆メソッドヨガ考案／監修者プロフィール】

中島史恵(なかじまふみえ)氏

「美と健康」をテーマにしたグループ「シェイプ UP ガールズ」の1人として芸能界デビュー。

35歳の時にヨガと出会い感銘を受け、インストラクターやスタジオ経営にも携わる。

このたび、ヨガインストラクターの養成コースをヒューマンアカデミーと創立。ヨガをベースに中島自身が考案し、実践している「逆メソッドYOGA」を取り入れた今までにない「ティーチャーズトレーニング」を開講した。



会社概要

ヒューマンアカデミー株式会社

- 代表者 : 代表取締役 川上 輝之
- 所在地 : 東京都新宿区西新宿 7-5-25 西新宿プライムスクエア 1 階
- 資本金 : 1,000 万円
- URL : <https://manabu.athuman.com/>

■本件や事業に関するお問い合わせ ■ ヒューマンアカデミー株式会社 広報担当 小林
TEL: (03)6846-7009 FAX: (03)6846-1038 E-mail: ha_info@athuman.com
■ヒューマングループに関するお問い合わせ ■ ヒューマングループ 広報担当 外川
TEL: (03)6846-8002 FAX: (03)6846-1220 E-mail: kouhou@athuman.com