

ナチュラ主宰 坊 和恵 (KAZU)

プロフィール

2010年(33歳)OL人生から起業しヨガスペースナチュラをオープン。

2020年(43歳)自身の両胸乳がんが見つかる

新型コロナウイルスでスタジオの休業を余儀なくされた矢先、自身の乳がんが発覚し、また再検査で反対側も見つかり両胸を手術。

コロナ禍、面会が誰とも出来ず、ベッドの上でただただ植物に触れ香りを嗅ぎ、瞑想し、またベットの上でヨガをし続け、手術後二ヶ月弱で仕事復帰しました。

2023年(46歳)母親の乳がんが見つかる

ヨガをされていてよかったと思える時でした。

- 沖ヨガ指導者養成講座修了
- シニアヨガ、マタニティヨガ指導者養成講座修了
- 日本アタッチメント協会タッチケア修了
- BCY乳がんヨガ指導者養成修了
- アロマハーブ・アシスタントハーバリストetc



乳がんアロマタッチヨガ養成講座で 得られるもの



• 乳がん（がん）の患者様へ術後の安全なヨガを指導者（インストラクター）として教える事が出来ます

• 体に負担のないポーズの指導方法をグループワークを通じて習得する事で、がん患者様だけではなく、シニアヨガクラス、体が硬い人向けのレッスンクラスが出来ます。

• 患者様に寄り添って指導する知識を学ぶ事でカウンセリングの力も付きます。

※治療や効果効能を目指すものではありません

• アロマ、ハーブの基本知識を学ぶ事が出来るのでアロマを使ったお仕事も出来ます。

• タッチケアと脳の仕組みを知り、アロマタッチ瞑想クラスを直ぐに実践出来ます。



乳がんアロマタッチヨガ養成講座 (SNS集客サポートコース) で得られるもの

- インスタ、blog、ホームページ作りなどSNSの基本を学び認知や集客までが出来るようになります
- あなたの個性を大切にしたプロフィールづくりであなたから教えてもらいたいとファンのできる講師になります
- SNSからの動線をしっかりと組み立て、学んだ事が直ぐに収入に繋がる知識を学べます
- こちらのコースは今回限定として講座終了後直ぐに当スタジオでクラスをしていただく事が可能です



乳がんアロマタッチヨガ養成講座の特徴

- ・乳がん両側経験者であり、家族にも癌経験がある為、乳がん経験者、癌を経験している家族に寄り添い、実際の経験を伝え指導します。
- ・ヨガ指導経験なくても、実際にすぐクラスで使えるポーズをお伝えしています。
- ・香りを効能を学び、クラスでもヨガとプラスでクラスにも取り入れて貰えます。
- SNSを使って集客を出来るように講座がおわってもサポートをします（SNS集客サポートコース）
- スタジオ所有のため実践の場で自身の練習とし使って自信をつけていって貰えます。



乳がんアロマタッチヨガ・カリキュラム

(2ヶ月 全8時間) ★経験がなくてもすぐに実践に繋がり収入を得られる

- 乳がんとヨガについて
- 乳がんヨガの必要性
- 呼吸・足腰の大切さ（呼吸法・ポーズ実践）
- インストラクターとしての役割
- 生徒様との関係
- ヨガクラスの実践
- アロマハーブの基本知識
- 皮膚と脳の関係
- アロマハーブを使って、自分に触れる実践クラス
- 最終テスト

※ヨガクラス復習参加可能



乳がんアロマタッチヨガ養成講座

SNS集客サポートコース・カリキュラム

(3ヶ月 全13時間)

★経験がなくてもすぐに実践に繋がり収入を得られる

追加項目(5時間追加)

- SNS発信の基本
- プロフィール作り
- リサーチ方法
- あなただからと選ばれるブランディング作り
- 個人コンサル(コース期間中何度でも可能)
- ヨガスタジオナチュラでのお仕事サポート



こんな人にオススメ

- ご自身が癌経験者で、自分の経験が役に立つことをしたい。
- 家族や周りに癌経験者がいる方で、自身のケアの為にヨガを学びたい。
- インストラクターをしているが、生徒様の為や今後の為に自分のスキルをプラスアルファしたい。
- ヨガを仕事としてやっていきたい、しっかり収入を得たい。
- アロマの知識も学びたい。



乳がんアロマタッチヨガ養成講座

- ・8時間(学科、実技)
- ・個人相談何度でも可
- ・ヨガグループレッスン4回チケット付
- ・アロマパウチ(2回分付)

(モニター価格)

~~¥154,000~~ ➔ ¥78,000

乳がんアロマタッチヨガ養成講座 (SNS集客サポートコース)

- ・内容は上記全てに加え
- ・SNSプロフィール、ブランディング、集客講座(5時間)
- ・実際に当スタジオでのお仕事可
- ・個別コンサル(月2回)

(モニター価格)

~~¥330,000~~ ➔ ¥143,000