

新！

ピラティス OC プログラム

大好評の Las Vegas ピラティス・プログラムに、新しいプログラム「ピラティスOC」を追加！

- 風光明媚でセレブ気分満喫の南カリフォルニア・オレンジカウンティ（OC）にて開催
- 期間は2週間
- お求めやすい価格を実現
- 2013年度は8月3日～18日に開催



IGE

DREAM ON WITH IGE

【お問い合わせ先】 E-mail: info@sportslink.us WEB: www.sportslink.us

IGEピラティスOCプログラムのメリット

- ◆ 2週間でマット&エクイップメントの資格講座を全て終了
- ◆ オプションで2週間のインターンを追加し、最短4週間で資格取得可能！
- ◆ ニューポートビーチのピラティス・スタジオで開催
- ◆ 日英バイリンガル・インストラクターによる、IGEオリジナル「英語アシスタントサービス」
- ◆ オプションで語学研修やロサンゼルス観光も可能

ネバダ州立大学公認、ドリー・ケラペスメソッドの紹介

ドリー・ケラペス氏は30年以上、プロダンサーとしての経歴を持ち、ネバダ州立大学の中にも自身のピラティスのクラスを持っている他、ラスベガスに2つ、海外には、日本、南米を中心にスタジオを持っています。1997年に独自の手法D.K. Body Balancing Methodを確立。彼女の知識はピラティスに加え、フィジカルセラピー、マッサージセラピー、アレキサンダー&フェルデンクライス・テクニックと広範囲にわたります。アメリカの公的機関、ネバダ州立大学が認めるピラティス手法であり、その応用範囲は多岐にわたります。病院やフィジカルセラピー・クリニック、カイロ・プラクティックの医療機関、そしてディスニーランドやシルク・ドウ・ソレイユの様な専門機関にもドリー・ケラペスメソッドのピラティスが利用されています。

他のピラティスメソッドとは異なり、教えられた知識を基にインストラクター自身が独自のティーチングスタイルを展開する事ができます。インストラクターの増加と共にピラティスの応用範囲も無限大に広がっていき、活躍の場も拡大します。それぞれのインストラクターの強みを活かせる指導法がドリー・ケラペスメソッドの最大の特徴です。

DK BODY BALANCING, PILATES BY DOLLY

<http://www.dkbodybalancing.com/>



ピラティスOCプログラム 概要

取得できる資格

ピラティス・インストラクター資格（マット&エクイップメント）

プログラム期間

マット&エクイップメント・・・2週間

講師

ドリーケラペスメソッドの継承者として活躍するアメリカ人マスタートレーナー

プログラム内容（詳細は、P4）

マット&エクイップメントのインストラクター資格取得プログラム

英語アシスタントサービス（詳細は、P5）

DK Body Internationalのバイリンガル・インストラクター陣がIGE留学生のサポートを行います。英語が母国語であるアメリカ人にも難しいプログラムですが、IGE留学生のために事前解剖学講座やプログラムの1週目に日本語通訳サービスがありますので、英語に不安のある方でも安心して参加していただけます。

インターンシップ

マット&エクイップメントの資格取得には、100時間以上のインターンシップが必須です。プログラム中に、インターンシップを行う事も出来ますが、消化できるインターン時間は、最高で30時間程度です。プログラム開始前、もしくは終了後に2週間前後のインターンシップを追加すれば、必要な100時間のインターン時間が消化できます。この場合、インターンシップ費用はプログラム費用に含まれます（2週間の滞在費用は別途必要です）。もちろん、日本でインターン時間を消化することも出来ますが、日本でのインターンシップは有料です。

滞在方法

オレンジカウンティのホテル（二人部屋）

***参加人数の関係上、2人部屋になれない場合がございます。お申込み順に部屋割を致しますので、二人部屋に入れない場合は、追加費用がかかります。

***一人部屋をご希望の方は追加料金で一人部屋に変更可能です。

英語研修（オプション）

ピラティス資格取得のみならず、英語も上達したい！と言う方はオプションで英語研修を追加する事が出来ます。通常、語学学校は午前中のみなので、午後はインターンシップに充てる事が可能です。英語研修&ピラティスプログラムで合計3か月以上滞在の場合、ビザ取得が必要です。

英語研修追加の詳細は担当のIGEスタッフにお問い合わせ下さい。

ネバダ州立大学公認 ドリー・ケラペスメソッド

プログラム内容

●マット&エクイップメント・サーティフィケート (2週間)

- 1. マット** ピラティスの基本的な理論とテクニック及び、アレキサンダー&フェルデンクライス・テクニックの概説。ピラティスの理論とテクニックの歴史をマット運動を通して学びます。オリジナルのジョセフ・ピラティスのマットの基礎に加え、ボール、セラバンド、マジックサークル等を用いたマット運動も学びます。
- 2. ボディーบาลancing I** ピラティスの基本的な理論とテクニック及びアレキサンダー&フェルデンクライス・テクニックの概説。マット運動に加え、リフォーマーなどのピラティス専用道具を用いて学びます。
- 3. ボディーบาลancing II** アドバンスマット運動に適用される理論、テクニックをピラティス先頭道具を用いて学びます。
- 4. ボディーบาลancing III** 意識して体を動かすフォームを用いる理論とテクニック各論。ピラティスの専用道具を用いて学びます。
- 5. 解剖学・キネシオロジー** 動きに関連した筋肉と骨格の構造を学びます。主な筋肉群と関節の動き、また動きの限界を理解します。けがの原因追求と防止を目的としています。
- 6. けがの予防と措置** スポーツ障害、応急処置、けがのリハビリテーションの基本的な内容を学び、クライアントが安全にスポーツをする方法を学びます。
- 7. 柔軟性・トーン** 一般の生活に適用できる運動プログラムを開発することを奨励しており、ダンサーではない一般人でも、意識した呼吸の方法、姿勢、柔軟性により理想の体型作りが出来るという指導法を学びます。
- 8. スタジオアプリケーション** クライアントのフィットネス・レベルや症状、目的に合わせて、ピラティスのプログラムをデザインしたり、修正したりすることを目的としています。道具のセットアップや安全性、ピラティスのプライベートレッスンの作り方、サーキット・クラスや様々な道具の使い方も学びます。
- 9. リフォーマーグループ資格** リフォーマーを使用したグループレッスンを学びます。リフォーマーを使ったグループレッスンは、楽しくてダイナミックです。アメリカでは、フィットネスジムやスタジオで、このリフォーマーのグループレッスンがとても人気があります。より多くの一般の人々にピラティスを楽しんでもらうには、このグループレッスンの手法は欠かせません。
- 10. インターンシップ** 詳細は3ページをご参照下さい。

【IGEオリジナル：英語アシスタントサービスと解剖学講座】

- ◆ 講義の日本語通訳（プログラム開始1週間）
- ◆ テスト準備（スカイプ）
- ◆ 講義外での質疑応答（スカイプ）
- ◆ 日本語マニュアル配布

DK Body International からの挨拶

エチゴイン香絵・代表

皆様はじめまして、DK BODY INTERNATIONAL INC代表のエチゴイン香絵です。私達はIGEを通して日本から来られる留学生の講義サポートを担当させて頂いております。

異文化の中で英語で授業を受けるという挑戦はありますが、同じ目的を持った仲間が集まる場はそれを超えた一体感が生まれ、まさに毎日が切磋琢磨の2週間です。

私共も受講生の皆様の成長振りに毎回感動しています。少しでも受講生の皆様のピラティス留学が充実したものになる様、スタッフ一同、誠心誠意でお手伝いをさせていただきます。



【スタジオ紹介】

- ◆ ピラティスOCプログラムはオレンジカウンティのスタジオで行われます。カリフォルニアの高級住宅街に位置し、ドリーの資格を取得したインストラクターが指導しているスタジオです。
- ◆ ピラティス・プログラム初日にIGEスタッフが同行します。スタジオまでの行き方、バスの乗り方もご案内しますので、ご安心ください。

Body Design, New Port Beach, www.bodydesignonline.com

海が見下ろせる、おしゃれで小高いモールにあるスタジオです。ポールスターの資格取得者も多く、プライベートレッスンも大好評。



資格取得までのプロセス

留学説明会・カウンセリング

留学成功の第一歩です！IGEでは定期的に説明会を行っています。お気軽にお問い合わせ下さい。



お申込み

参加が決定したら、申込書を提出していただきます。申込手続きが終了しましたら、参加者の方々に、オリエンテーション資料をお送りします。渡米前に目を通し、質問や不明な点がございましたら、お気軽にIGEにお問い合わせください。



渡米



ピラティス事前学習講座

ピラティス・プログラムが始まる前日に、2時間の解剖学講座を行います。



ピラティス資格取得授業



合格！
ネバダ州立大学公認
インストラクター資格取得

ファイナルテストの評価が終わり、更に、インターンシップ100時間を終了すると、晴れてプログラム修了のサーティフィケートが発行されます。

ピラティスOCプログラム参加費用

【ピラティスOCプログラム費用】

マット&エクイップメント・サーティフィケート・プログラム(2週間)・・・\$6,950

【費用に含まれるもの】

- ・ オレンジカウンティ滞在費 (2週間)
- ・ ピラティス・OCプログラム出願手数料/授業料
- ・ IGEサポート費用
- ・ 英語アシスタントサービス
- ・ ピラティス解剖学講座 (2時間)
- ・ Pilatesプログラムのテキストブック
- ・ 必須副テキスト
 - ☆The Concise Book of Muscles <Chris Jarney>
- ・ ドリー・ケラベス講師のDVD5枚セット
- ・ 専門用語日本語単語帳
- ・ 移動用バスチケット(30日間有効)

【費用に含まれないもの】

- ・ 生活費・食費などの私的費用
- ・ 渡米時の航空券代、日本国内での移動交通費
- ・ 滞在先での電話使用料などの実費
- ・ オプションで参加する英語研修や延長分の滞在費など
- ・ 推薦本
 - ☆肉単 原島広至 NTS出版
 - ☆骨単 原島広至 NTS出版

(購入が必須ではありませんが、解剖学の単語をより詳しく理解する為に、下記の本を推薦しています。購入は、www.amazon.co.jp や、日本の書店で可能です。アメリカでは入手困難となりますので、購入を希望される方は、日本で用意されることをお勧め致します。)

IGE株式会社 (本社)

2082 Business Center Dr., Suite 256
Irvine, CA 92612
TEL949-863-1430, FAX 949-863-3184

IGEジャパン株式会社

〒236-0038
横浜市金沢区六浦南4-20-1-511
TEL045-790-0177

【一般留学】 www.weexchange.com 【スポーツ留学】 www.sportslink.us

【お問い合わせ先】 info@weexchange.com、info@sportslink.us