

サヴァホリスティックアカデミーでは、オリジナルな認定制度を設け皆様の知識の習得状況を記す

【アーユルヴェーダ・ヘルスケア・アドバイザー】として認定証を発行します。

***アーユルヴェーダ・ヘルスケア・アドバイザー講座**

認定証交付

研修時間 約 26 時間 ￥120,000 (認定試験、認定証交付料別途 ￥45,000)

研修教本

アーユルヴェーダの知識をベースに、カウンセリングの基本を学び、ドーシャから五感覚を使って、心と体のバランスを取るヘルスケアのアドバイスが出来る力をつける講座です。ヘルスケアアドバイザー試験合格者には認定書を発行します。詳細は別紙にてご覧ください。

開講場所 (zoom 対応) ・上田校

***アーユルヴェーダ女性専科講座**

終了書交付

研修時間 約 12 時間 ￥48,000

研修教本

アーユルヴェーダの概念から、女性の体に起こる初潮、月経、妊娠、出産、更年期を中心に解釈の方法と対策を学びます。

研修時間・・・理論 8 時間

【実技 (簡単アビヤンガ、仙骨・子宮・卵巣の捉え方) 調理 (女性に優しい飲み物、おやつ)】

開講場所 (zoom 対応) ・上田校・京都校

***アーユルヴェーダ栄養学講座**

終了書交付

研修時間 約 12 時間 ￥60,000

研修教本、スパイス (ガラムマサラ)

アーユルヴェーダの概念から考える毎日の食事や季節に対応する食材、消化を見据えた調理方法、食事内容、実際に組み立てる調理方法を学びます。

研修時間 理論 9 時間・・・ドーシャ・味・調理法・組み立て方

実技クッキング 3 時間・・・ガラムマサラ・おやつ・食事・スパイス薬膳カレー

開講場所 (zoom 対応) ・上田校・京都校

***アーユルヴェーダポストネイタル (産後ケア) 講座**

終了書交付

研修時間 約 15 時間 ￥100,000

研修教本・ハーブボール・クレイポット

産後の大切な時期に寄り添った、施術方法を学びます。人生で 1 番大きくヴァータが動く時です。其の後の回復には様々な方法が必要になります。知識と技術を学びます。PMS や妊活にも応用できる手技が学べます。

開講場所 (zoom 対応) ・上田校・京都校

***アーユルヴェーダ・チャクラバランスヒーリング研修**

終了書交付

・トライアル講座・・・3 時間 ￥12,000 研修教本

・初級講座・・・7 時間 ￥60,000 研修教本・研修材料 (ペンデュラム他)

・中級講座・・・11 時間 ￥100,000 研修教本・研修材料 (浄化用品・パワーストーン数種)

波動のバランスを感じて、見えない部分の大切なポイントチャクラを中心に、健康状態やメンタルの状態をとらえていく方法を学びます。そして、パワーストーンやアロマなどから対策をお伝えすることができます。

中級講座まで終了し、試験に合格すると身近な人のヒーリングが出来るようになります。

サロン活動にも十分役に立つような研修内容です。詳細は別紙にてご覧ください。

開講場所 ・上田校 (一部 zoom も可能です。個人授業可能)

サヴァホリスティックアカデミー上田校 〒386-1102 長野県上田市上田原 872-12-2F TEL:090-1865-9377

【風操舎】 TEL:0268-38-2981 FAX:0268-38-2981

サヴァホリスティックアカデミー京都校 〒604-8118 京都市中京区道祐町 148 トレーシア堺町 2F TEL:075-746-2688



SAVA Holistic Academy

サヴァホリスティックアカデミー

アーユルヴェーダスクール

「アーユルヴェーダ寺子屋」

アーユルヴェーダは、広く深い学びです。インドで 5000 年前に発祥し、

スリランカを始め世界中に伝わり発展した。「生命の知恵」です。

サヴァホリスティックアカデミーでは、スリランカ直伝の知恵と技術をお伝えします。

プロを目指す方も、ご自身の健康を願う方も「寺子屋での学び」をご一緒に始めてください。

サヴァホリスティックアカデミー講座マップ（あなたの目的に合わせて、講座が選べます）

セルフケア	トライアル講座 ・ 女性専科講座
セラピスト・インストラクター向け	本科セラピスト講座 ・ セラピスト理論講座 ・ 基礎テクニック講座 ・ プロテクニック講座 ・ 指圧式ボディ研修 ・ 女性専科講座 ・ ポストネイタル講座 ・ 栄養学講座 ・ チャクラバランスヒーリング研修
サロンオーナー向け	本科セラピスト講座 ・ プロテクニック講座 ・ スリランカアビヤング認定試験 ・ アーユルヴェーダ・ヘルスケア・アドバイザー認定研修 ・ サロン開業研修
女性専科セラピスト	本科セラピスト講座 ・ 女性専科講座 ・ ポストネイタル講座 ・ チャクラバランスヒーリング研修
アーユルヴェーダ・ヘルスケア・アドバイザー	本科セラピスト講座 ・ チャクラバランスヒーリング研修 ・ アーユルヴェーダ・ヘルスケア・アドバイザー認定研修

※各講座の受講時間には休憩時間も含まれています。※少人数での受講の場合、時間が短縮になる場合があります。

※実技研修以外の講座につきましてはオンライン（zoom）での研修に対応しております。

※各講座の詳細につきましては資料請求もしくはお問合せください。

*** 本科アーユルヴェーダ・セラピスト講座**

卒業証書交付

受講費用 約 55 時間 ¥ 275,000

研修教本 2 種・実技研修資料・研修用オイル

アーユルヴェーダの基本になる知識と基本技術アビヤングを研修します。

アーユルヴェーダの基本から、生活バランスを整えセラピストとしてのスタートが出来る内容です。

アビヤングは本場スリランカのドクター指導による内容です。

理論研修内容……28 単位

- ・ アーユルヴェーダの歴史と概念
- ・ アーユルヴェーダの基本ドーシャ、サブドーシャについて
- ・ アーユルヴェーダで考える健康観・ダートウの働き、アグニ・アーマ・マラ
- ・ 五感のバランス、基礎アロマ、栄養学
- ・ デイナーチャリア（一日の生活）
- ・ ドーシャカウンセリング



実技研修内容・オイルアビヤング……27 単位

- ・ 基本的な人の体（解剖生理学）
- ・ 薬草オイルの基礎知識（使い分け方法）
- ・ アーユルヴェーダ・アビヤング、フット、フェイス、フルボディ、ヘッド
- ・ 技術修得試験
- ・ 技術研修につきましては、生徒同士がモデルになり実際の体感を確認します。

* 各講座とも補講研修制度あり。理論研修はオンライン（zoom）研修可能です。

開講場所 理論（zoom 対応）・上田校・京都校 / 実技・長野校・京都校

*** アーユルヴェーダ・セラピスト理論講座**

卒業証書交付

受講費用 約 30 時間 ¥ 165,000

研修教本 2 種

アーユルヴェーダの基本をしっかりと学び、セラピストとして開業できる知識を習得することができます。又アーユルヴェーダサロン以外のマッサージ技術や、ヨガ、アロマ、クッキングなど広く応用できる知識が身に付きます。

内容はセラピスト講座（理論）と同じになります。

開講場所（zoom 対応）・長野校・京都校

*** アーユルヴェーダ・アビヤング基礎テクニック講座**

卒業証書交付

受講費用 約 28 時間 ¥ 150,000

技術研修教本、解剖生理学教本、研修用オイル

アーユルヴェーダの宝物アビヤング集中研修です。

内容はセラピスト講座（実技）と同様になります。

開講場所 ・上田校・京都校



*** アーユルヴェーダ・プロテクニック講座**

卒業証書交付

受講費用 約 30 時間 ¥ 197,000 【セラピスト講座卒業生割引 ¥ 157,000】

研修教本・オイルセット、ハーブボール

アーユルヴェーダの本格サロン開業を目指す方、クライアントからのオーダーが最も望める技術を指導します。

アーユルヴェーダ独自のメニュー、カティバスティ、ネトラタルパナ・ナスヤ・ピンダスウェダナ……本格的アーユルヴェーダサロン展開が望めます。セラピスト講座と並行して学ぶことができます。

研修内容

- ・ 解剖生理学
- ・ バックアビヤング……背面中心に疲労感の多い所に集中します。
- ・ ダイエットフェイス……顔面の凝りや浮腫みを取り除き小顔が夢では有りません。
- ・ 下半身ダイエット……ピンダスウェダナ・ガルシャナ・オイルアビヤング
- ・ カティバスティ……アーユルヴェーダ究極の腰痛、背痛み、胸痛…対策
- ・ ナスヤ・ネトラタルパナ体験、ハーブボール製作
- ・ スピリチュアルヘッド……ベッドで行うシローアビヤング、ネックショルダー

* スリランカドクター仕込みの講師が指導します。アーユルヴェーダ独自のスタイルが学べます。

開講場所 ・上田校・京都校



*** アーユルヴェーダ・トライアル講座（オンライン対応可）**

終了書交付

日常生活の中にアーユルヴェーダを取入れ健康生活をして下さい。

受講費用 約 12 時間 各コース ¥ 48,000

研修教本、オイル、アロマサンプル

研修内容

📌Aコース

- ・ アーユルヴェーダの基礎
- ・ オリジナルドーシャの見方
- ・ セルフケア・3 点マッサージ（ヘッド・フット・耳）
- ・ デイナーチャリア（一日の過ごし方）

📌Bコース

- ・ アーユルヴェーダの基礎
- ・ ドーシャから健康状態のチェック
- ・ 簡単な対策（アロマ・ヨガ・アビヤング）
- ・ デイナーチャリア（一日の過ごし方）