

2026 年 Jennifer Gianni 福岡来日



コース A 産前産後のためのフュージョンピラティス

2026 年 2月1日(日)～2 月 4日(水) 4 days

コース B 更年期のピラティス：ムーブメントと更年期

2026 年 2月5日(木)～7日(土) 3 days

講師：ジェニファー ジアンニ / 通訳：前田 結花

受講対象者：各種トレーナーの方、助産婦、その他ご興味のある方はお問い合わせ下さい。

時間：10:00～18:00 1日7 時間＋ランチ休憩（終了時間は遅くなることもあります）

開催場所：Studio Inner Wave 福岡市中央区薬院 2 丁目19-3 IWATA ビル

受講費：コース A のみ 242,000 円（220,000 円＋Tax）

コース B のみ 154,000 円（140,000 円＋Tax）

コース A & B 374,000 円（~~360,000 円~~→340,000＋Tax）

※受講費 20,000 円割引



★アーリーバード割引★

※7/30 までに全額ご入金頂いた方に限り、消費税分割引させていただきます。

【お申し込み方法】

1. 仮予約

下記の必要事項をメールでご連絡下さい。(メール: studioinnerwave@gmail.com)

1. 受講プログラム
2. 名前 (漢字 & ローマ字両方ご記入ください)
3. 電話番号
4. メールアドレス (添付ファイルが受信できるもの)
5. 郵便番号&住所
6. 職業 & 資格



2. 本予約

ご予約メール受取後、返信メールを送ります。1週間たっても連絡がない際は再度ご連絡下さい。

期日までに、申込金をご入金確認後、予約完了となります。

コースA 申込金100,000 円 (締め切り **8/10**) 残金は **10/30** までにご入金ください。

コースB 申込金 50,000 円 (締め切り **8/10**) 残金は **10/30** までにご入金ください。

アーリーバード割引 ※7/30 までに全額ご入金頂いた方に限り、消費税分割引させていただきます。

3. 振込先

西日本シティ銀行 薬院支店 普通口座 1 3 1 6 1 8 2 口座名義人 テダカ ノリエ

※**先着順にて受講費のお振込を確認させて頂いた時点でご予約決定**とさせていただきます。

※お振込頂いたお申込金は、お客様のご都合でキャンセルされても払い戻しできません。

どうぞご了承ください。

～コース内容詳細～

コース A 産前産後のためのフュージョンピラティス

出産を控えた女性は特に健康志向が強く健康を維持するための方法を模索しています。

妊娠中の体型や重心の変化から伴う痛みや精神的な不安感、様々な問題を

抱えて妊婦期を過ごしている方は多くいらっしゃいます。

もし、あなたのスタジオが産前産後の女性に対応した高いスキルを提供できれば、

その女性たちのより良い人生をサポートすることが出来るのです。

妊婦さんが健康に妊娠期間を過ごし少ない痛みで出産し、出産後に妊娠前の体を取り戻すこと、それをお手伝いすることができれば、良好で強い絆が生まれ、出産後もその関係は末長く続いていくことでしょう。

産前産後の方だけでなく、どんなクライアントさんにも素晴らしい感覚を伝える事が出来るプログラムです。



コース B 更年期のピラティス：ムーブメントと更年期

更年期は、感情・精神・肉体面の再評価、再編成、再構築を行う時期です。またそれは魂、心、身体についての「懸案事項」と折り合いをつけるための貴重な機会を提供してくれる時期でもあります。

私たちの感情的自己と身体的自己とは密接に関係しているということが更年期では明らかになります。また心身の健康維持を助ける専門職（wellness practitioner）として、クライアントが呼吸と動きを意識的に使って身体と心の中にバランスと平穏を生み出すのをわたしたちが助けることは極めて重要です。

【私たちのピラティスに基づいたムーブメントを使ってできること】

- ・臓器脱の予防・改善を含む骨盤の健康とバランスを生み出すこと
- ・神経系を穏やかにして睡眠状態を改善すること
- ・骨減少症や骨粗しょう症を予防するために健全/強い骨を作ること
- ・乳房を健康に、そしてその健康を維持すること
- ・リンパの循環改善
- ・心の健康改善