

第10回 国際マインドフルネス指導者協会 認定指導者養成講座スクーリング (2025年1月25日)

時間	講義内容	講義時間	担当	備考
10:00~12:00	コンパッション	120分	ウィマラ先生	<受講生の皆様へ> 講義中は、画面ONとします。
12:00~13:00	休憩	60分		
13:00~13:30	伝統芸道 (ヨーガ)	30分	指導者	
13:30~14:30	導入説明 質疑応答	60分	指導者	研究方法について発表 (エントリー制)
	1人: 10~15分程度			
14:30~14:40	休憩	10分		
14:40~15:40	導入説明 質疑応答	60分	指導者	研究方法について発表 (エントリー制)
	1人: 10~15分程度			
15:40~17:00	次回プログラム案内・課題説明・質疑応答	80分	井上先生	
計		420分		