

スタジオル・ポからのご提案

エステティシャンとトレーナーがより早く効果を実現

「フィットネス」の効果
+
「エステ」の効果

 **ESTES**
エステス



「ESTES」美 Body Make instructor

「エステス美ボディメイクインストラクター」に貴女もなりませんか？

エステス 美ボディメイク インストラクターとは

エクササイズとエステティックのマリアージュで、美しいカラダを創る美ボディメイクのスペシャリストです。

「痩せたね〜」より「キレイになったね〜」とみんなに言われるビューティーマソッドです。

カリキュラム

- 1.姿勢評価を行い、ボディメイクの設計図を作る。（体型分類によるボディメイクの最適化）
- 2.インナーマッスルをしなやかに整え、機能的な身体を創り、「リフトアップ、美デコルテ、くびれ、美脚」などボディデザインに合わせたエクササイズを行う。
- 3.エステティックにより、「セルライト」や「むくみ」による落としにくい部分へのアプローチを行い、硬くこわばった筋肉や筋膜を緩めバランスを整える。
- 4.栄養指導を行い、身体を作る材料を適正量摂取してもらい、誰もが羨む美しいスリムボディへ導きます。
- 5.天然の美容液「成長ホルモン」を分泌させ、脂肪分解でシェイプアップ！新陳代謝を良くし肌のキメ、ツヤを出す。

美しく魅せるカラダに！タイプ別ボディメイク法で理想のカラダを手に入れよう！

☆エステ美BODYMake ベーシックインストラクター全 24 時間 週二（月額 38000 円）

3 ヶ月でボディメイクの理論を学びながら自分自身を女性らしい美BODYに導く基礎コースです。
カリキュラム 1.2

特典 ベーシックインストラクター試験（10800 円）合格後、ディプロマ授与。

その後の月謝オール 10%OFF。※指導者としてインストラクター契約の可能性もあります。

☆エステ美BODYMake アドバンスインストラクター全 24 時間 週一（月額 49800 円）

痩身エステの理論・ハンド実技（一部 Machine エステあり）を学びながら自分自身も運動との相乗効果でより美しいボディラインが手に入ります。アドバンスインストラクター試験（10800 円）合格後、ディプロマ授与。その後の月謝 20%OFF インストラクター契約有

痩身エステス BODY カリキュラム 1.2.3

ゴールデンバランスエクササイズ！人の目が見て最も美しいバランスの取れた身体に導く痩身法！筋肉太り、脂肪太り、むくみ太り、タイプに合わせて最適のエクササイズを行った後、筋肉の走行に沿って深部を鍛えながら、頑固なセルライトを、もみほぐし、脂肪を燃焼しやすく分解し、立体的に身体を絞り、引き締める痩身エステを行います。

深層筋を鍛えながら行うので基礎代謝もあがりリバウンドしないスリムボディへと導いていきます。

アドバンスまで受講して頂くと、自分自身のBODYメイクは勿論、指導者として活躍出来ます！

オプション 4.5 （加圧歴 10 年以上の実績があるので安心 資格取得 108000 円～）

加圧トレーニングインストラクターの資格も当店で取得できます。ダイエット、アンチエイジング、筋力アップなどに効果バツグンです！（身体の本質に基づく痩身理論や栄養指導付き）

資格取得後の加圧インストラクター活動のコンサルティング、養成講座もお任せください。

☆エステ美BODYMake マスターインストラクター全 24 時間 週一（月額 49800 円）

リフトアップ、小顔、デコルテに対するエクササイズと FACE エステを座学、実技を交えて学べます。お顔の土台胸郭を整えお顔のインナーマッスルから鍛えるので、根本的に改善できます

※現役エステティシャンなど筋肉の重要性を学びたい方はこのコースだけの受講も可能です。

・フェイシャルバージョン（ゆりかごフェイシャル）

骨盤、胸郭の歪みにより、つきやすくなる脂肪や顔のたるみ、シワ、左右差の解消の為骨格ラインの筋肉の柔軟性、可動性、安定性のバランスを考えたエクササイズや施術を行います。

胸郭の土台を調整し、頭部の左右差やリフトアップに欠かせない筋肉へアプローチするので、表面だけではなく深部から美しい状態を創る究極のフェイシャル