

麹町モーニングカレッジ 講座一覧



「正しく歩くことを教える」を仕事にしませんか？<ビューティフル・ウォーキングスタイルストイリスト養成講座>～美しい歩きを身につけてシェイプアップ～

9月6日(火)～毎週火曜日 7:00～8:00
(9/6, 9/13, 9/20, 9/27, 10/4, 10/11) 全6回

■園原 健弘(そのはら たけひろ)

ヒューマンパフォーマンスロコモーションラボ
元パルセロナオリンピック代表
1992年バルセロナオリンピック競歩代表
1996年アトランタオリンピック陸上チームコーチ



■瀧本 修(たきもと おさむ)

ヒューマンパフォーマンスロコモーションラボ
クリニカルトレーナー

まずは皆さん自身の歩き方を見直して、この6回の講座で理想の歩き方、理想のスタイルに変化することを実感してください。シェイプアップ、まっこと腹解消、肩こり腰痛改善、二の腕の引き締め、美脚など効果的に目標を達成しましょう。
それを手に入れる為のエクササイズは日常歩行です。身体構造を上手く利用してあげれば機能が勝手に動きだしてくれます。プロの”コツ”を身につけてください。

[▶ 講座の詳細・お申し込み](#)



朝の一時間で脂肪が燃えやすい身体になる@西野七海のボイストレッチ講座

9月7日(水)～毎週水曜日※最終回のみ木曜日開催
(9/7, 9/14, 9/21, 9/28, 10/5, 10/13) 全6回

■西野七海(にしのなみ)

フリーアナウンサー。押阪忍のトークアカデミー認定講師。日本スピーチスタイル協会代表
アナウンサーが実践している本格的なボイストレーニングと効率のよいストレッチを同時に実行することで脂肪の燃えやすい身体を作ります

[▶ 講座の詳細・お申し込み](#)



筆跡で自分が変わる！成幸文字マスター講座

9月8日(木)～毎週木曜日 7:00～8:00
(9/8, 9/15, 9/22, 9/29, 10/6, 10/20)※10/13は休講 全6回

■池田 まい(いけだ まい)

昭和女子大学文学部心理学科卒業、日本筆跡診断士協会 筆跡診断士
「文字を書くだけでなりたい自分になれる」
「文字の書き方で人生が変わる」
文字だけで？本当に？ そう思ひもしませんが、本当です。

[▶ 講座の詳細・お申し込み](#)



ハッピーゴルフライフ！愛され男女のゴルフコミュニケーション＆マナー講座

9月9日(金)～毎週金曜日 7:00～9:00
(9/9, 9/16, 9/30, 10/7, 10/14, 10/21)※9/23祭日は休講 全6回

■東 由貴子(あづま ゆきこ)

化学製品メーカーOL→ゴルフ場受付兼なんちゃってインストラクター→八景島シーパラダイスイルカのお姉さん→レーテーゴンバコオーナー・フリーアナウンサー兼研修講師という異色の経歴を持つ脱サラフリーアナウンサー
ゴルフを始めたばかり！
練習はしているけれどコースにはまだ出ていまい！
コースに出たのは良いけれど、どうしたら良いのか正直分からまい！
営業ゴルフのマナーが知りたい！
もっと愛されるゴルフマナーを身につけたい！
ゴルフ婚活やゴルコンで愛されたい！！！
異性にモテるゴルフマナーを知りたい！！
スコアはもちろんいろんな方々とゴルフを健全に楽しみたい！
という皆さんへ！

[▶ 講座の詳細・お申し込み](#)

麹町モーニングカレッジ 講座一覧



女子会でトリを取ろう大作戦!!!

全6回

■ いろは (iroha)

♪流行りの女子会で”カラオケクイーン”になれちゃう方法教えます!す?"~♪-☆

歌うのは苦手だし、すぐに上手くなんてなるのかな?、なんて思っていませんか?

※実は、長期にわたるトレーニングをしなくても今持っている実力?のまま、ちょっとした”ポイント”をなおしていくだけで、すぐに?今より3倍は上手く聴かせることができます。

まずは、歌うために必要な基本三要素の習得をしていきます。

*呼吸法
*音感
*リズム感

[▶ 講座の詳細・お申し込み](#)



あなたをキラキラ輝かせる朝の「幸せ習慣」～たったの3週間で、夢実現脳が習慣化できる～

7:15～8:15 全6回

■ 原田 小百合 (はらだ さゆり)

ブレイン開発研究家。ビー・ファイン代表

【このような方の受講をおすすめします!】

悪い習慣をなくしたい方
やろうと思ったことが3日坊主や続かない方
夢を現実のものにしたい方
脳をもっと活性化して活用したい方
朝早く起きれるようになりたい方
朝時間を使って、語学や勉強など始めたい方

*受講期間中そして受講期間後も、Facebookにご参加者の「非公開グループ」を作成。アフターフォローにも含め、みなさんの交流の場の機会も持っていきたいと思います。

[▶ 講座の詳細・お申し込み](#)



朝の素肌オペレーション習慣術 & 大好きな食をビジネスにする技術

全6回

■ 遠藤 ゆかり (えんどう ゆかり)

管理栄養士 おふくろ料理研究家

■ 五十嵐 豪 (いがらし ごう)

料理研究家 株式会社フードクリエティファクトリー代表取締役



[▶ 講座の詳細・お申し込み](#)

麹町モーニングカレッジ 講座一覧

 **Facebookビジネス実践塾**
7:15~8:15 全6回

□工藤 靖(くどう やすし)
(株)Avec Plaisir 代表

【本セミナーの概要】

- ・Facebookのアカウント作成
- ・Facebookで今までの人脈を再構築する！
- ・コミュニケーションでビジネスパートナーを見つける
- ・第2のホームページをFacebookで運営する！

[▶ 講座の詳細・お申し込み](#)

 **農業って何？その問題点と今を見る**

□脇坂 真史(わきさか まさと)
農業コンシェルジュ

震災後、特に注目度があがった農業。実際に日本農業界は今どうな?っているのか？
現状の動きや過去からの推移などを見ながら現状を把握し、
新しい取り組みで動いている事例などを基に、
今後どのようになっていくのかを理解してもらいます。

[▶ 講座の詳細・お申し込み](#)

 **スペシャリストになろう♪読み聞かせマイスター養成講座**
1回3時間 全6回

□西野 七海(にしの なみ)
フリーナウンサー。押阪忍のトーカアカデミー認定講師。日本スピーチスタイル協会代表

読み聞かせにおいて最も大切なこと、、それは「子供の心に伝える」ということです
上手な読み聞かせは、子供の心に伝わり、子供の成長を促し、子供の行動を変えることが出来ます
読み聞かせは子供たちの心の成長にとても大切なものです
より効果的な読み聞かせが出来る人材を育成し「明るくて思いやりのある、心豊かな子供がどんどん増えて欲しい！」そんな想いからこの講座を開講しました

[▶ 講座の詳細・お申し込み](#)