時間	種別	講師・セミナータイトル

7月4日 （土）～対面形式　合計 CEUs（途中参加、途中退席の場合は受講時間分の単位を合算）　※対面形式（会場：銀座フェニックスプラザ-東京都中央区）

10:00～10:15		開会式
10:15～12:15	セミナーA (2.0h) 1.0CEU	セミナーA　Christine Romani-Ruby先生　※実技有 **『姿勢改善のための骨盤コントロール』**
12:15~13:15		昼休憩
13:15~14:15	セミナーB (1.0h) 0.5CEU	セミナーB　久世 佳典先生　※実技有 **『受傷メカニズムから紐解く ハムストリングス肉離れ再発予防のためのピラティスアプローチ』**
14:30~15:30	セミナーC (1.0h) 0.5CEU	セミナーC　石井 完厚先生　※実技有 **『なぜ「肩を下げ続ける」と肩は機能を失うのか ～肩甲帯と上部胸郭の構造戦略～』**
15:45~16:45	セミナーD (1.0h) 0.5CEU	セミナーD　坂元 大海先生　※実技有 **『ピラティスのための胸郭学 - 呼吸・回旋・伸展の”本質”を解剖学から読み解く』**
17:00~18:00	セミナーE (1.0h) 0.5CEU	セミナーE　菅原 順二先生　※実技有 **『伸展』**

7月5日 （日）～対面形式　合計 CEUs（途中参加、途中退席の場合は受講時間分の単位を合算）　※対面形式（会場：銀座フェニックスプラザ-東京都中央区）

9:00～10:00	セミナーF (1.0h) 0.5CEU	セミナーF　桂 良太郎先生　※実技有 **『コアトレーニングを競技のハイパフォーマンスと日常のライフパフォーマンスに繋げるために必要なこと - 反射的制御に基づく機能的エクササイズ戦略 - 』**
10:15～11:15	セミナーG (1.0h) 0.5CEU	セミナーG　西良 浩一先生　※実技無 **『腰痛』**
11:30~12:30	セミナーH (1.0h) 0.5CEU	セミナーH　田沢 優先生　※実技有 **『頭頸部へのピラティスアプローチ - 2026版』**
12:30~13:30		昼休憩
13:30~14:30	セミナーI (1.0h) 0.5CEU	セミナーI　小林 俊夫先生　※実技有 **『運動制御＆運動学習理論から考えるコントロロジーと動作改善』**
14:45～15:45	セミナーJ (1.0h) 0.5CEU	セミナーJ　小田島 政樹先生　※実技有 **『ピラティスからその先へ - アスリート指導の現場で問われる"動きをみる視点"』**
16:00～17:00	セミナーK (1.0h) 0.5CEU	セミナーK　Christine Romani-Ruby先生・桑原 匠司先生　※実技無 **『ピラティス、PHIピラティス、そしてPHIピラティスジャパンの歴史と未来』**
17:00～17:15		閉会式