9/23 (金)
Day 1

A 会場

9:00-9:15
Opening celemony

9:20-10:50
Standing Pilates & Mat work
Kathy Corey

11:10-12:40
マットワークの側屈と回旋の
バリエーションを増やそう
高橋なぎ

13:00-14:30
ピラティスサーキットクラス
スパインフィッター **武田**
チェア **坂口**
アーク **樋口**

14:50-15:50
健康で機能的な肩甲帯をバランスドボディのムーブメント
プリンシパルに沿ってトレーニングするレッスン
セラバンド
大本沙樹

16:00-17:30
ピラティスによる胸郭アプローチ
アーク
青山竜太

18:00-19:30
ピラティスアークとマットワーク
～重力と背骨の動き～
アーク フェイスタオル
櫻井淳子

B 会場

9:40-10:40
Womens health,Rehabilitaion for Breast cancer patient
乳がん患者のためのリハビリ
Julieta Elliott

11:00-12:00
ピラティスを日常動作に繋げましょう！
米田由紀

12:30-13:30
マタニティピラティス
バスタオル
辻茜

13:50-15:10
The gentry / Larsson approach
武内将吾

16:10-17:40
アレキサンダーの発見
姿勢の脳科学を解き明かす
Jeremy Chance

17:50-19:20
姿勢評価と姿勢分類別ピラティス
フォームローラー スモールボール
花岡正敬

9/24 (土)
Day 2

A 会場

8:30-9:30
Pre-Pilates breathing exercise
Dolly Kelepecz

10:00-11:30
フランクリンメソッドで
筋膜バイオモーションを体感しよう
フランクリンボール
Morten Dithmer

12:10-13:40
モーターコントロールエクササイズとしてのピラティス
～その意義と実践のエッセンス
武田淳也

14:00-15:30
ピラティスサーキットクラス
サークル **櫻井**
チェア **Hugo**
アーク **辻**

16:10-17:10
側湾症の為のピラティス
チェア
更科枝里

17:30-19:00
Find your Powerhouse with the Elastiband®
Elastiband®
HUGO G. CODARO

19:00-19:15
Closing celemony

20:00-22:00
After party
要予約

B 会場

8:50-9:50
Morning Pilates flow
Saori Teraoka Young

10:10-11:40
ピラティス with Stretch-eze®
Stretch-eze®
吉田かおり

12:30-13:30
Pilates on the beat
樋口敬勇

13:50-15:20
Come to Your Senses
セラバンド
坂口加織

15:50-17:20
BASIピラティス
～シンプルな原理原則からピラティスの本質を～
永田美千代

18:00-19:00
PHI Pilatesの今とこれから インストラクターの考え方と在り方について
桑原匠司