

abhasa Academy

アバサアカデミー
カリキュラムのご紹介



abhasa Harmony

アバサハーモニー修得コースのカリキュラム

レッグコースとアッパーボディコースのBASICからEXPERTまでを修了することで、アバサハーモニーが完成し、店舗などにメニューとして導入することが可能になります。(価格はすべて税込)

レッグ コース 50H	BASIC	1 (3H)	○オリエンテーション ・アバサspaについて ・ロミロミと指圧の融合アバサハーモニーを学ぶ ○セラピストが知っておくべき基礎知識 ・マッサージのポイント&注意点 ・「うつさない・うつらない」衛生管理 ・トリートメントに必要な知識としくみ～身体編～ ・トリートメントに必要な知識としくみ～皮膚編～ ・下肢の骨格や筋肉と、血流やリンパを学ぶ	12H 150,000円
		2 (3H)	○思い通りに自分を使う ・心地良い圧を加えるための自分の身体の使い方 ・お客様の身体(脚)の感じ方 ○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～後面下肢編①～	
		3 (3H)	○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～後面下肢編②～ ○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～前面下肢編①～	
		4 (3H)	○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～前面下肢編②～ ○下肢全体のアバサハーモニーマッサージ技法の仕上げ&チェック ○身体の見方と、お客様の満足につながるアドバイス方法	
	ADVANCED	5 (3H)	○セラピストが知っておくべき基礎知識を深める ○食事・生活習慣と身体つながり	21H 262,500円
		6 (3H)	○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～後面下肢編 中級①～	
		7 (3H)	○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～後面下肢編 中級②～ ○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～前面下肢編 中級①～	
		8 (3H)	○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～前面下肢編 中級②～ ○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～両面下肢編 中級①～ ○様々なお客様へアドバイスする ・知識のレベルアップ ・雑談の中のヒント	
		9 (3H)	○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～両面下肢編 中級②～	
		10 (3H)	○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～両面下肢編 中級③～	
		11 (3H)	○下肢全体のアバサハーモニーマッサージ技法の仕上げ&チェック 中級	
	EXPERT	12 (3H)	○カウンセリングをする ・「一期一会」なトリートメントに必要な分析力 ・実践とロールプレイング	17H 212,500円
		13 (3H)	○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～両面下肢編 上級①～	
		14 (3H)	○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～両面下肢編 上級②～	
		15 (3H)	○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～両面下肢編 上級③～	
		16 (3+2H)	○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～両面下肢編 上級④～ ○下肢全体のアバサハーモニーマッサージ技法の仕上げ&チェック 上級 ・カウンセリング⇒両面下肢アバサハーモニーマッサージ技法⇒アドバイス	
合計	50H		50H 625,000円	

アッパー
ボディ
コース

70H

BASIC	1 (3H)	○セラピストが知っておくべき基礎知識 ・上半身の骨格や筋肉と血液やリンパについて	22H 275,000円
	2 (3H)	○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～背中編①～	
	3 (3H)	○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～背中編②～ ○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～腹部&腕編①～	
	4 (3H)	○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～腹部&腕編②～ ○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～デコルテ編①～	
	5 (3H)	○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～デコルテ編②～ ○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～上半身全体編①～	
	6 (3H)	○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～上半身全体編②～	
	7 (3+1H)	○身体の見方とアドバイス方法 ○上半身全体のアバサハーモニーマッサージ技法の仕上げ&チェック	
ADVANCED	8 (3H)	○セラピストが知っておくべき基礎知識を深める ○食事・生活習慣と身体のつながり	24H 300,000円
	9 (3H)	○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～背中編 中級①～	
	10 (3H)	○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～背中編 中級②～ ○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～腹部&腕編 中級①～	
	11 (3H)	○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～腹部&腕編 中級②～ ○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～デコルテ編 中級①～	
	12 (3H)	○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～デコルテ編 中級②～ ○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～上半身全体編 中級①～	
	13 (3H)	○様々なお客様へアドバイスする ○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～上半身全体編 中級②～	
	14 (3H)	○様々なお客様へアドバイスする ○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～上半身全体編 中級②～	
	15 (3H)	○上半身全体のアバサハーモニーマッサージ技法総合仕上げ&チェック	
EXPERT	16 (3H)	○カウンセリングをする ・「一期一会」なトリートメントに必要な分析力・実践とロールプレイング	24H 300,000円
	17 (3H)	○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～上半身全体(背中)編 上級①～	
	18 (3H)	○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～上半身全体(腹部&腕&デコルテ)編 上級②～	
	19 (3H)	○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～上半身全体編 上級③～	
	20 (3H)	○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～上半身全体編 上級④～	
	21 (3H)	○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～上半身全体編 上級⑤～	
	22 (3H)	○アバサハーモニーマッサージ技法を学ぶ～上半身全体編 上級⑥～ ○上半身全体のアバサハーモニーマッサージ技法上級レベル総合仕上げ&チェック ・カウンセリング⇒上半身アバサハーモニーマッサージ技法⇒アドバイス	
	23 (3H)	○全身のアバサハーモニーマッサージ技法上級レベル最終確認	
合計	50H		70H 625,000円

骨洗いマッサージ

リンパマッサージ修得コースのカリキュラム

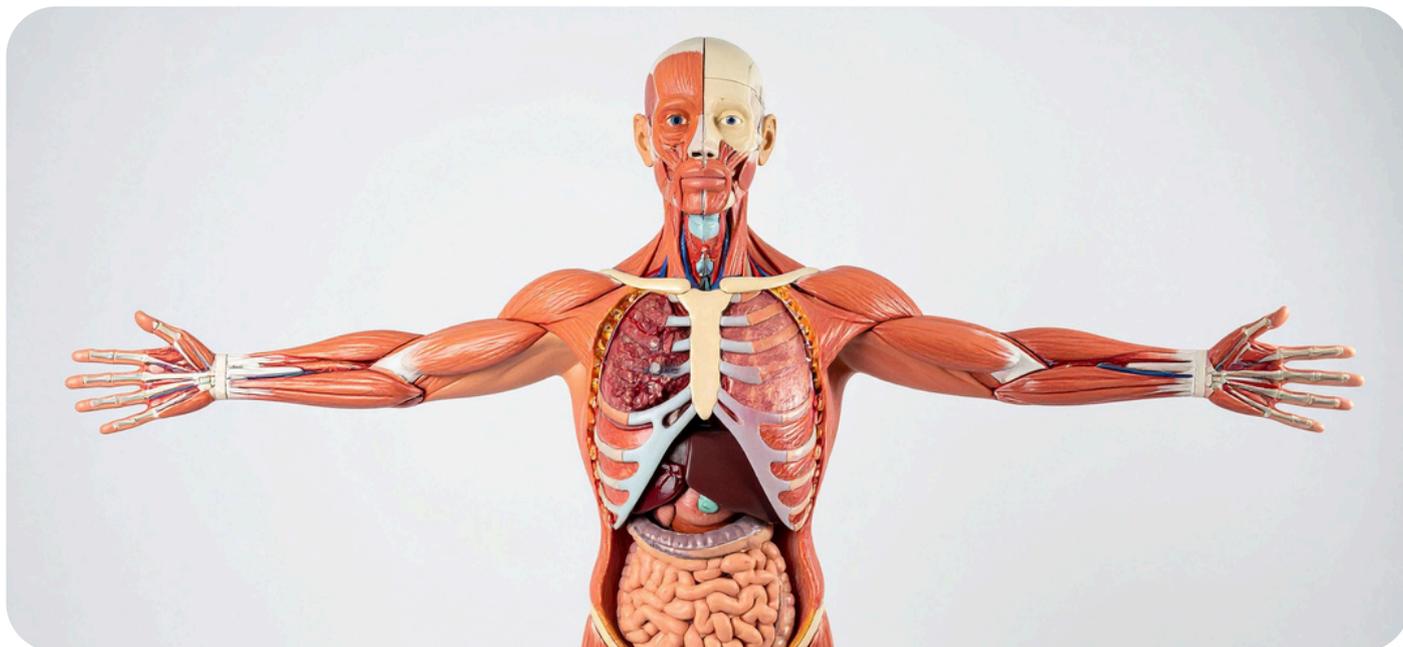


エステティシャンとして50年のキャリアをもつ藤井峯子が開発した“骨洗い”マッサージを学ぶコース。表面のトリートメントだけでは見落とされがちな細かな隙間こそリンパが詰まりやすいことに着目し、「掻き出す」「洗い流す」といった独自の手技で、身体の深部からすみずみまで大掃除しているようなスッキリ感とリラックス感が味わえるのが特徴です。

初級コース	3H×14回	身体に触れることも初めて！という方が、ボディマッサージについて理解するコース。全身の滞りを解消し、流れをスムーズにする骨洗いマッサージを通して、身体の理論も入り、しっかり知識と技術をリンクさせることが可能。プロの技術である“骨洗い”は、まずはここが第一歩。	42H 369,600円
中級①コース	3H×14回	骨洗いマッサージの基礎を学び、身体それぞれのパーツのマッサージ術を習得。脚の両面と背中へのケアまで学べるので、趣味レベルでご家族やお友達へ施術をしてあげたい方にもおすすめ。	42H 369,600円
中級②コース	3H×10回	身体パーツごとの復習から入り、本格的な技術を習得するコース。全身の骨周りと筋肉周りを意識して、背面～前面（デコルテを除く）の全身の流れを、スムーズにマッサージできるようになることを目指す。同時に、時間を意識した施術を行っていく。	30H 264,000円
上級コース	3H×17回	骨周りや筋肉周りをしっかりと理解し、ポイントに入れるスキルを習得する。全身のマッサージの流れをスムーズに、そしてリズムカルに行い、お客様に結果を感じてもらえる施術ができるようになることを目指す。また、お客様へのマナーや決められた時間での施術ができるようにしていく。本格的なプロ技術や骨洗い技術で開業をお考えの方は、ここまでクリアできればOK。	51H 448,800円
マスターコース	3H×14回	フェイシャルの骨洗いマッサージを習得しながら、骨洗いを極める「セラピストコース」、または、骨洗いを理論から学び、教えることができるようになる「インストラクターコース」のいずれかが選択可能。	42H 369,600円
合計	207H		207H 1,821,600円

エステティック理論

エステティックに関する知識修得コースのカリキュラム



皮膚や身体の構造、化粧品成分、栄養の基礎知識はもちろん、お客様の心に寄り添うカウンセリングのコツまで、サロンワークに欠かせない知識を幅広く学びます。理論を深く理解することで、「なぜこの手技が効果的なのか」を論理的に説明できるようになり、お客様との揺るぎない信頼関係を築くことができます。

	1 (3H)	<ul style="list-style-type: none">・エステティック概論・エステティシャンとその気づき	エステティシャンとは エステティックの歴史と現在
	2 (3H)	<ul style="list-style-type: none">・皮膚科学・肌トラブルの基礎	皮膚のしくみと働き 基本的な肌トラブルの原因や発生機序
	3 (3H)	<ul style="list-style-type: none">・解剖生理学・身体のトラブルについて・衛生管理	身体の構造としくみ 身体の基本的なトラブルについて 公衆衛生/エステティックの衛生管理
	4 (3H)	<ul style="list-style-type: none">・化粧品学・栄養学	クレンジング概論/化粧品の基本 栄養の基本/肌や身体を作る栄養
	5 (3H)	<ul style="list-style-type: none">・肌別理論・肌の見方*トリートメント構成	肌質と肌状を学ぶ/ノーマル・ドライ・オイリーの見分け方 フェイシャルのトリートメント構成について
	6 (3H)	<ul style="list-style-type: none">・フェイシャルとボディのエステティックカウンセリング	カウンセリング概論 肌や身体のカウンセリング基本知識
合計	18H		126,000円

「ここから、あなたの未来が動きはじめます」

この度は、アバサアカデミーのカリキュラムにご興味をお寄せいただき、心よりありがとうございます。この資料を手にした今、あなたはすでに「未来の働き方を変える一歩目」を踏み出しています。アバサアカデミーは、“個人で活躍したい”“本物の技術を身につけたい”そんな思いを持つ方を、現場経験豊富な講師陣が全力で支えるスクールです。



1. カリキュラム内容の変更について

当スクールでは、常に最新の知識と技術をご提供できるよう、カリキュラム内容や受講回数、時間割などについて、予告なく変更となる場合がございます。ダウンロードされた時点の情報と、実際にご提供する内容が異なる場合があることをあらかじめご了承ください。最新かつ詳細な情報につきましては、必ず無料説明会または個別相談にてご確認ください。

2. 受講レベルと回数に関するご相談について

受講される方のこれまでの経験（資格・実務経験など）やスキル、目標とされるレベルに応じて、

- スタートする適切なレベル
- 必要な受講回数

などを個別に調整・ご相談いただくことが可能です。「自分にどのコースが合っているか」「経験があるから短縮できないか」など、ご不安な点やご希望がございましたら、お気軽にお問い合わせ窓口までご相談ください。受講生一人ひとりに合わせた最適な学びのプランをご提案いたします。

＼質問・参加申し込みはすべてこちらから／

アカデミーサイト
問合せフォーム



まずは、話してみませんか？

まだ受講を決めなくて大丈夫です。

「少し気になる」「もう少し詳しく知りたい」

「どんな技術か体験したい」

そんな気持ちがあれば、まずは質問や無料体験会を活用してください。



株式会社ベネレ



03-5797-8730



<https://venere-co.com/>



東京都港区赤坂1-7-3 第6新倉ビル3F



アバサアカデミー



<https://abhasa-academy.com/>



東京都港区赤坂1-7-3 第6新倉ビル2F

