

별첨 5-1. RYTK300+요가강사자격증과정 개인수련일지

수강자 성명		
소속교육관명		
기록 월		
1. 기록사항	수련일자	
	수련시간	
	수련장소	
	수련내용	<ul style="list-style-type: none"> <li>* 아사나</li> <li>* 프라나야마</li> <li>* 명상</li> <li>* 정화법</li> <li>* 기타</li> </ul>
	느낀점 및 자기평가	
	지도자로서의 적용포인트	