

EXTENSION GUIDELINES

Pre-Training 자격 계약 기간

자이로토닉 Pre-Training 자격 계약 기간 기간은 자이로토닉 Pre-Training Course 마지막 날로부터 3개월 동안 유효합니다. 학생이 3개월의 기간을 초과하는 경우 Pre-Training 자격 계약을 연장하는 것이 필요합니다. 이 연장하는 것을 통해 학생은 Foundation Course에 참여할 수 있습니다.

연장 요건

1. 연장을 받기 위해서는 우선 자이로토닉 레벨1 Foundation Course에 등록되어야 합니다.
2. 연장 요청은 extensions@gyrotonic.com으로 이메일로 보내야 합니다. 연장 승인이 유효하려면 서면/이메일로 승인되어야 합니다.
3. 연장 요구 사항은 다음 차트에 요약되어 있습니다. 연장은 Foundation Course 날짜까지 유효합니다.

Pre-Training Course와 Foundation Course 사이의 기간

연장 요건 요구사항

3-6 개월

학생이 자이로토닉 Pulley Tower Combination Unit을 사용할 수 있는 경우:

1. 자이로토닉 Pre-Training 운동 리스트에 있는 운동을 매주 연습하십시오. 가능하면 라이선스가 있는 자이로토닉 강사에게 매주 자이로토닉 수업을 들읍니다.
2. 일주일에 최소 3번 자이로토닉 homework sequence를 연습하십시오.

학생이 자이로토닉 Pulley Tower Combination Unit을 사용할 수 없는 경우:

일주일에 최소 3번 자이로토닉 homework sequence를 연습하십시오.

EXTENSION GUIDELINES

last updated 1/10/2025

Pre-Training Course와 Foundation Course 사이의 기간

연장 요건

6-9 개월

학생이 자이로토닉 Pulley Tower Combination Unit을 사용할 수 있는 경우:

1. 일주일에 최소 3번 자이로토닉 homework sequence를 연습하십시오.
2. 다음 중 하나를 수행합니다.
 - 라이선스가 있는 자이로토닉 강사에게 일주일에 적어도 한 번의 자이로토닉 세션 (Foundation Course 이전에 수강)을 수강하십시오. 수강시간은 Pre-Training Extension log sheet(아래 첨부)에 문서화되어야 합니다.
 - 라이선스가 있는 자이로토닉 Pre-Trainer 또는 라이선스가 있는 자이로토닉 Master Trainer에게 자이로토닉 레벨 1 Pre-Training 운동동작의 리뷰우 레슨을 받으세요. 필요한 시간은 다음과 같이 다릅니다.
 - Pre-Training Course와 Foundation Course 사이가 6개월 - 3시간 리뷰우 레슨
 - Pre-Training Course와 Foundation Course 사이가 7개월 - 6시간 리뷰우 레슨
 - Pre-Training Course와 Foundation Course 사이가 8개월 - 9시간 리뷰우 레슨
 - Pre-Training Course와 Foundation Course 사이가 9개월 - 12시간 리뷰우 레슨

학생이 자이로토닉 Pulley Tower Combination Unit을 사용할 수 없는 경우:

1. 일주일에 최소 3번 자이로토닉 homework sequence를 연습하십시오.
2. 라이선스가 있는 자이로토닉 Pre-Trainer 또는 라이선스가 있는 자이로토닉 Master Trainer에게 자이로토닉 레벨 1 Pretraining Course 운동동작의 리뷰우 레슨을 받습니다.
 - Pre-Training Course와 Foundation Course 사이가 6개월 - 3시간 리뷰우 레슨
 - Pre-Training Course와 Foundation Course 사이가 7개월 - 6시간 리뷰우 레슨
 - Pre-Training Course와 Foundation Course 사이가 8개월 - 9시간 리뷰우 레슨
 - Pre-Training Course와 Foundation Course 사이가 9개월 - 12시간 리뷰우 레슨

EXTENSION GUIDELINES

last updated 1/10/2025

<p>Pre-Training Course와 Foundation Course 사이의 기간</p>	<p>연장 요건</p>
<p>10-12개월</p>	<p>라이센스가 있는 자이로토닉 Pre-Trainer 또는 라이센스가 있는 자이로토닉 Master Trainer에게 전체 Pretraining Course 운동동작 리뷰우 레슨을 받습니다. 이 레슨은 하루 4시간씩 4일동안, 총 16시간에 걸쳐 수행해야 합니다. 리뷰우 레슨은 Foundation Course 시작되기 3개월 이내에 수행되어야 합니다.</p> <p>레슨 시간은 Pre-Training Extension log sheet(아래 첨부)에 문서화되어야 합니다.</p>
<p>12개월이 넘는 경우</p>	<p>다음 중 하나를 수행합니다.</p> <ul style="list-style-type: none"> ◦ 자이로토닉 레벨1 Pre-Training Course 재수강(30시간) ◦ 자이로토닉 Pre-Trainer 또는 자이로토닉 Master Trainer에게 자이로토닉 레벨1 Pre-Training Course 운동 목록을 (4-5일/24시간) 리뷰우 개인 레슨 받습니다.

