



「強く、真っ直ぐ、そして美しく。」

～ Make your life happy by yourself～



アミーダという名前には「無量の光」という意味が込められています。

ロゴの蓮は泥水の中でも美しく咲く花です。

仕事、家事、育児など、「ストレス」を感じやすい現代社会の中で、
アミーダを通して、蓮の花のような心身ともに美しく輝く女性になってほしい。

そんな想いを込めています。

心も体も、「美しく変化した」と、自分自身で実感いただける方を

日本全国に一人でも多く増やしたい。

それが私たちの想いです。

BENEFITS

アミーダで働く魅力についてご紹介いたします



魅力 1

自分を幸せにし、周りも幸せにできる

アミーダのアカデミーや研修では、ポーズや呼吸法の習得だけでなく、解剖学や栄養学、心のケアに関する知識も学べます。これらの学びにより自分が安定することで、家族や友人、大切な人たちにも優しく接することができる——そんな“幸せの循環”を生み出せるのが、アミーダのヨガインストラクターという仕事です。

魅力 2

お客様と心の距離が近いから、やりがいも大きい

地域密着型のスタジオだからこそ、お客様とのつながりが深まります。ヨガを通して前向きな変化を感じてもらえたとき、心を開いてもらえたとき、大きなやりがいを実感できます。



魅力 3

働きながら自分自身もキレイになれる

アミーダの溶岩ホットヨガスタジオでは、遠赤外線効果で身体の芯から温まり、大量発汗によるデトックスや代謝アップが期待できます。働きながら美と健康を手に入れられるのも、インストラクターの大きな魅力。自分自身も内側から整い、心も体も自然と輝いていきます。

魅力 4

働くママを応援する制度を利用して子育ても諦めない

アミーダでは、働くママが心も体も健やかに働けるよう、産休・育休やリターン制度を整えています。子どもが小さい時は時短勤務、成長に合わせてフルタイムに復帰も可能。結婚・出産・育児といったライフイベントに柔軟に対応できる職場です。



CAREER PASS

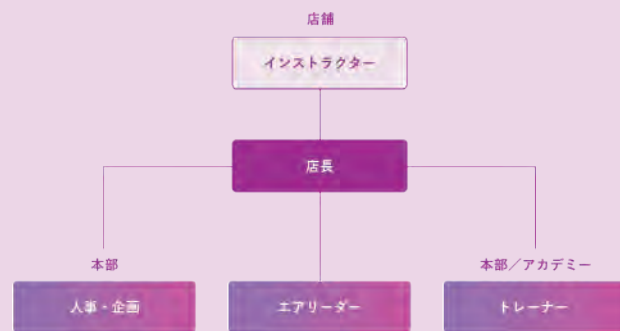
アミーダへ入社後のキャリアパスを
ご紹介いたします

TRAINING

ヨガ未経験でもゼロから学べる
アミーダの育成プログラムについてご紹介します

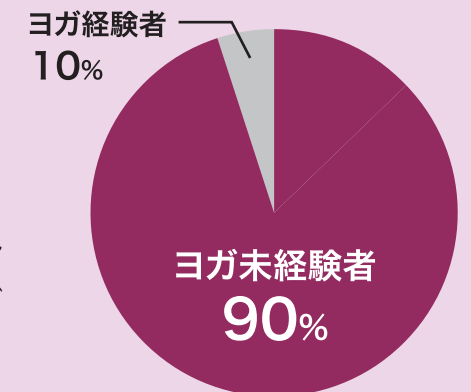
学歴や勤務年数に関係なく 様々なキャリアに挑戦できる！

アミーダでは、インストラクターとして専門性を高めるだけでなく、トレーナーや本部スタッフなど多彩なキャリアパスが用意されています。ここでは、入社後のキャリアの一例をご紹介します。



ヨガ未経験でもゼロから学べる 安心の育成プログラム

アミーダではレッスンだけでなく、解剖学やヨガ哲学、アーユルヴェーダまで学べます。ヨガ未経験でも安心して現場デビューできるのがアミーダの強みです。



CAREER 1

キャリアアップの第1歩として 店長を目指す

アミーダでは、まず店舗運営やマネジメントを担う店長を目指す方が多く、早ければ入社1年以内に抜擢されることも。年次に関係なく、意欲と実力次第でキャリアアップが可能です。

特徴 1

現場で活躍していた トレーナーから直接学べる

現場で活躍していたトレーナーから直接学べる環境が整っています。ヨガの知識はもちろん、実体験に基づくアドバイスがあなたのレッスンに生きてきます。デビュー後も継続的なサポートがあるので、安心してスキルアップを目指せます。



CAREER 2

トレーナーとして育成のプロへ

アミーダでは、入社3年でトレーナー（インストラクター育成担当）にステップアップする社員もいます。ヨガの知識やスキルをさらに深めながら、人を育てるやりがいを感じられるポジションです。新人の成長を支える中で、自分自身の成長も実感できる、次のキャリアとして魅力ある道です。



CAREER 3

これまでの経験を活かして 現場から本部へ

現場で培った経験を活かし、本部スタッフとして人事やバックオフィス業務を担当する道もあります。店舗運営を支える重要な役割で、デスクワークに興味がある方にもおすすめです。



特徴 3

インストラクターデビュー後も 安心のスキルアップ体制

全体研修や様々な内部研修を通して、インストラクターとして成長し続けられる環境が整っています。常に新しい学びがあり、意欲次第でさらなる高みを目指せます。



特徴 2

2つのヨガの資格が取得できる

アミーダでは「全米ヨガアライアンス認定RYT200」や「IYSA認定マスターインストラクター」の資格取得が可能です。中でもRYT200は、世界で通用するヨガ資格。インストラクターの約9割が取得し、国内外で活躍できる力を身につけています。



THE RIGHT FIT

アミーダに向いている性格・人物像



プラス思考で 変化を楽しめる人

変化を楽しみ、前向きに取り組める方と一緒に働きたいと考えています。ヨガの世界では、常に進化する姿勢が大切。お客様と共に成長し、新しい価値を生み出していきたいです。



向上心を持ち 新しいことに挑戦する人

アミーダでは、向上心を持って新しいことに挑戦したい方を歓迎しています。キャリアアップに年次は関係なし。やってみたいという気持ちを全力でサポートします！



個人で勝つより チームで勝ちたい人

質の高いレッスンはインストラクター同士の協力＝チームワークから生まれます。アミーダでは、“チームで勝ちたい”という想いを持った仲間と共に、ヨガの魅力を広げています。

SCHEDULE

アミーダの1日のスケジュールについて
ご紹介いたします



9:30 オープン・フロント業務
お客様のお出迎えやチェックイン業務。1人1人が店舗の顔です！



10:00 レッスン
レッスンは25種類以上。レベルは★0.5～5まであります！



11:00 フロント業務
お客様の入会手続きや、各種申請書類の対応など。



13:00 清掃・準備
レッスンごとにスタジオ内を清掃。バスタオル・マットを準備。



15:00 ヨガイベント打ち合わせ
普段のレッスンとはひと味違う、特別イベントの企画立案。



17:00 退勤
ヨガを通して一緒に心も身体も磨いていきましょう！

INTERVIEW

実際にアミーダで活躍されている先輩の声を
ご紹介いたします

井上 尚子

結婚・出産後もアミーダで活躍！
いつまでも自分らしく働き続けられる環境です！

復帰後のキャリアについて教えてください

結婚と出産の復帰後はインストラクターとしてではなく、インストラクターのトレーナーとして勤務したい気持ちが強かったため、アミーダヨガアカデミーに入りました。その結果、トレーナーになるという目的を達成でき、新しいキャリアをつくることに成功しました。



アミーダで働く良さ/働きがいは何ですか？

アミーダでは自分がこうしたい！というのを実現しやすい環境があると思います。
また、働きがいという観点でいうと、仲間との一体感を強く感じる事ができるのがアミーダの良いところです。
アミーダは人間性重視の採用をしているので、人間力が高い人が集まっているように感じます。



MESSAGE

人のために尽くすことが最大の喜び
人に喜んでもらえたら嬉しい
そんな人に入社していただきたいです

代表取締役会長兼社長

野澤 克巳

未経験の方はこれからヨガをしっかりと学んでいただくことになりますが、
ヨガを学ぶことで、自分の魂と向き合うことができるんです。

ヨガを通じて皆さんに感じてほしいのは、毎日が素晴らしいものだということ。
それが言うまでもなく一番伝えたいことです。
まずは自分自身が良くなっていくことを感じてほしい。
自分が良くなったときに、人にも是非喜んでもらいたいという気持ちになる。
そんな風に、自然と考え、行動できるようになりますので。

ただ、ヨガのやり方を教えるのがインストラクターではない、
ヨガで体も心も整ったその実感を、お客様に丁寧に伝えられる人になってほしいです。

