

エレガンスライフアカデミーのご案内



この度は松原ちかのエレガンスライフアカデミーをご検討くださりありがとうございます。

【エレガンスライフアカデミーで学べること】

5 Bases Program

～5つの土台をバランスよく整える仕組み～



すべてを自分が心地よいもので満たす

- ✓5つの土台を整え、自分で自分を幸せにする自立したエレガントな女性に導きます
- ✓松原ちかがメンターとなり伴走します
- ✓家庭でも職場でもない第3の場所のコミュニティで視野を広げ、仲間をつくることができます



エレガントライフで手に入る理想の状態とは？

Now



After



自信がなく人の目を気にする
落ち込みやすい、感情コントロールが苦手

マインド
&思考

自分の幸せに忠実に、人目を気にしない
どんなこともポジティブにいつもご機嫌

外見に自信が持てない、垢ぬけない
年齢を感じるようになった

外見美
健康美

私を素敵にワンランクアップ
健康美習慣で体調もご機嫌もアップ

部屋が片付かず生活感がありすぎる
とりあえずの生活になっている

衣食住
ライフ

スッキリ片付いたときめくお部屋
私が心地よい丁寧な暮らし

言いたいことがうまく伝えられない
人間関係でストレスを感じることもある

人間関係
コミュニケーション

誰からも愛されるコミュニケーション力
周りが喜んで協力してくれる幸運体質に

時間とやることに追われ心の余裕が無い
時間はあるけどうまく使えていない

時間管理

仕事も家庭も大事にしながら、私時間をつくり、すべてに余裕を持って楽しむ

松原ちかの強み

効果的&再現性の高いものをシンプルに
知っていれば誰でも実践することができます。



衣食住ライフ

ホテルウーマン&
ウェディングプランナーで
磨いた食空間プロデュース
やおもてなしスキル

タイムマネジメント

2児ママ・フルタイム管理職
でも起業もしながら
私のための時間を生み出してきた
時間管理術

マインド&思考

自分が嫌いだったから
ネガティブをポジティブに
変えてきた独自の
幸せの選択メソッド

コミュニケーション

10万人以上の接客・クレーム
対応で磨いたコミュ美人力
大手企業管理職の
マネジメント&ビジネススキル

外見美

マリソルプロガーとして
ファッション・美容への高い感度
ホテルウーマンの品格ある
印象・所作



カリキュラム以外のことも、ご相談いただけます。(個別セッションまたはLINE)
モヤモヤをエレガントに解消し、理想の未来へ導くことを生きがいにしています♡

Elegance Life Academy エレガンスアカデミーカリキュラム

| | グループレッスン・テーマ | グループ コンサル | ブラッシュアップ朝会 | 個別セッション | リアル会 |
|---------------|-------------------------|-------------------------|--------------------------------------|--------------------|-------------|
| オリエン テーション | アカデミーのご説明 学び方・プレワーク | テーマについて 疑問・課題の 解決 | 自己理解&メタ認知 幸せの選択&セルフラブ 自己浄化&手放し | プレセッション 現状把握 | 東京 |
| 1カ月 | マインド・思考 幸せのバランス・目標設定 | | 未来創造ワーク マイコンセプト ビジョンボード | 1回目 目標設定 手放し | 名古屋 |
| 2カ月 | タイムマネジメント | | 理想の1週間 生活を整える ときめき習慣 | 2回目 進捗確認 | 関西 |
| 3カ月 | 外見美・大人の品格 | | ファッション ヘアメイク 所作・振舞い・気遣い | 3回目 進捗確認 | エレガンス 合宿 |
| 4カ月 | コミュニケーション | | コミュ美人の伝え方 話の聴き方 論理的に伝える | | 東京 |
| 5カ月 | 住空間と食生活・暮らし | | テーブルコーディネート ときめき空間づくり 健康美食習慣 | | 名古屋 |
| 6カ月 | まとめ | | 現在地の確認 振り返り | | 関西 |

※カリキュラムは目安となり、内容は変更になることがあります

【サービス内容】

サービス期間 6カ月 **※1年間再受講できます**

◆ グループセミナー (zoom) 月 1 回 | 180 分× 6 回
5つの土台を学ぶメインレッスン。毎月1つのテーマを取り上げます
聞くばかりではなくグループワークや感想のシェアで理解を深めながら楽しく進みます

◆ グループコンサルティング 月1回～ | 90 分×6 回～
メインレッスンの内容を実施する中での疑問解決や、学びの理解を深めるフォローアップです
仲間の悩みをシェアすることでひとりでは得られない気づきと成長があります

◆ メンバー朝会 (zoom) 月 1 回～ | 60 分 **※お申し込み後から参加可能**
テーマの理解を深めアウトプットする勉強会で、メンバー同士の交流の場でもあります
ひとりだと下がってしまうモチベーションを維持し習慣化するのに役立ちます

◆ 個別セッション (zoom) 60 分×3 回
松原ちかと一対一のプライベートコーチングセッションです
プライベートな内容もじっくりと丁寧にお伺いし、解決策へ導きます

◆ メンバー専用動画コンテンツ
マインド・思考、学び方のベースとなる基礎知識、コミュニケーション、マナー、言葉遣い、ビューティー、お片付け、暮らし、ホームパーティーなど様々なジャンルの動画レッスンを好きな時に学んでいただけます

◆ 個別 LINE サポート **※お申し込み後から相談可能**
松原ちかの個別サポート・いつでも相談していただけるLINEサポートです
気になったときにすぐに聞けることが、早く確実に成長する秘訣です！

◆名古屋・東京・関西でのリアルミートアップ
一緒にアフタヌーンティーやランチを楽しむ機会もあります。

◆エレガンスツアー
学びと開運、自分を楽しむ、泊りでのツアーも企画しています
(国内・年1~2回程度予定)

※旅費、飲食代は各自負担

【受講費用】価格は税込

基本価格 6ヶ月 65万円

※初回スペシャルオファー **当日のお申込で 44万**

※特典※

再受講**6ヶ月(20万円)無料**

プレ個別セッションプレゼント

【お支払い方法】

・一括 銀行振込 または クレジットカード払い

・クレジットカード払いは手数料がかかります

※ペイパル利用で手数料3%がかかります(44万の場合 46万となります)

・クレジットは24回までの分割払いが可能です。分割回数をご相談ください

【開講スケジュール】

※お申込手続きがお済みの方から、動画レッスンをご受講いただけます

ご不明な点はお気軽お問合せください

エレガンスライフアカデミー主宰

松原ちか

chicca.behappylyfe@gmail.com

電話: 090-7954-0285