

8月

7/1配布

満月：2.31日 新月：16日
ekadasi：12日. 27日

青色...	トリアンバカム・ヨーガ・センター (泉の森会館・3階ホール)
緑色...	ヨーガの森・岩戸地域センター
桃色...	ヨーガ学びの森・喜多見地区会館
黄色...	トリアンバカム・ヨーガ・センター 自宅より配信

2023年 8月

日	月	火	水	木	金	土
		1 05:00~05:40 早朝ヨーガ	2 05:00~05:40 早朝ヨーガ	3 05:00~05:40 早朝ヨーガ	4 05:00~05:40 早朝ヨーガ	5 終日 泉の森20周年祭
		09:00~10:00 お家で朝ヨーガ	10:10~11:40 朝ヨーガ	09:00~10:00 お家で朝ヨーガ	09:00~10:00 お家で朝ヨーガ	カルチャー教室 展示(2階)
		18:50~20:20 夜ヨーガ				
6 泉の森会館 20周年祭	7 05:00~05:40 早朝ヨーガ	8 05:00~05:40 早朝ヨーガ	9 05:00~05:40 早朝ヨーガ	10 05:00~05:40 早朝ヨーガ	11 05:00~05:40 早朝ヨーガ	12 09:10~10:30 朝ヨーガ
11:00~11:40 Tryambakam Yoga ワークショップ	09:00~10:00 お家で朝ヨーガ	09:00~10:00 お家で朝ヨーガ	10:10~11:40 朝ヨーガ	09:00~10:00 お家で朝ヨーガ	09:05~10:00 お家で朝ヨーガ	10:40~12:00 朝ヨーガ
		18:50~20:20 夜ヨーガ	13:30~15:00 [SAGAYAD GITA]		10:00~11:30 CYC(cultivation yoga) 修養コース 実技解説 <small>ハタ・ヨーガ</small>	
13 09:00~10:30 朝ヨーガ	14	15	16	17	18	19 09:10~10:30 朝ヨーガ
10:40~12:10 CYC(cultivation yoga) 修養コース 実技解説 <small>ハタ・ヨーガ</small>	お盆休暇 8/14・月~18・金 5日間					10:40~12:00 朝ヨーガ
20 09:00~10:30 朝ヨーガ	21	22	23	24	25	26 09:10~10:30 朝ヨーガ
10:40~12:10 CYC(cultivation yoga) 修養コース 実技解説 <small>ハタ・ヨーガ</small>	05:30~06:10 早朝ヨーガ	05:30~06:10 早朝ヨーガ	05:30~06:10 早朝ヨーガ	05:30~06:10 早朝ヨーガ	05:30~06:10 早朝ヨーガ	10:40~12:00 朝ヨーガ
	09:00~10:00 お家で朝ヨーガ	09:00~10:00 お家で朝ヨーガ	10:10~11:40 朝ヨーガ	09:00~10:00 お家で朝ヨーガ	09:05~10:00 お家で朝ヨーガ	
		18:50~20:20 夜ヨーガ			10:00~11:30 CYC(cultivation yoga) 修養コース 坐学『インドの瞑想』	ゲスト! 川崎あき子氏
27	28	29	30	31		
09:00~10:30 朝ヨーガ (オンラインのみ)	05:30~06:10 早朝ヨーガ	05:30~06:10 早朝ヨーガ	05:30~06:10 早朝ヨーガ	05:30~06:10 早朝ヨーガ		
	09:00~10:00 お家で朝ヨーガ	09:00~10:00 お家で朝ヨーガ	10:10~11:40 朝ヨーガ	09:00~10:00 お家で朝ヨーガ		
※地域センターは、 市の行事で使用不可		18:50~20:20 夜ヨーガ				
3回 オンライン3回	オンライン3回	4回	4回 教典学習1回	オンライン4回	オンライン3回 学習会2回	3回 ※振替下さい オンライン4回