2022/4/1発

※会場の表記　→青色枠…　泉の森会館
※全授業配信　緑色枠…　喜多見教室
黄色枠…　リモートのみ

エーカダスィー（月の第11日目は安定日です）：１２日・２６日　　新月：１日　　満月：１７日

２０２２年　４月

日	月	火	水	木	金	土
月例・第２週・水曜講座【聖典とヨーガ】『バガヴァッド・ギーター』を読む会 月のたった1日だけですが、聖典と向き合いませんか？ ヒンドゥー教聖典であると同時にヨーガを説く教典で、世界中の人々に					1 19：00～ 夜ヨーガ	2 二部制 09：00～ 10：30～ 朝ヨーガ
3 09：00～ 朝ヨーガ	4 09：00～ 朝ヨーガ	5 09：10～ 朝ヨーガ	6 10：00～ 朝ヨーガ	7 15：00～ 夕べのヨーガ	8 19：00～ 夜ヨーガ	9 一授業 時間チェック！ 08：00～ 朝ヨーガ 講座【ハタ・ヨーガの実践・学習】Ⅰ① 変則→次週へ
10 09：10～ 朝ヨーガ 10：40～ 聖者とヨーガ	11 09：00～ 朝ヨーガ	12 09：00～ 朝ヨーガ	13 10：00～ 朝ヨーガ 13：00～ 聖典『Bhagavad-Gita』	14 15：00～ 夕べのヨーガ	15 19：00～ 夜ヨーガ	16 二部制 09：00～ 10：30～ 朝ヨーガ 13：00～ 講座【ハタ・ヨーガの実践・学習】Ⅰ①
17 09：00～ 朝ヨーガ	18 09：00～ 朝ヨーガ	19 09：10～ 朝ヨーガ	20 10：00～ 朝ヨーガ	21 15：00～ 夕べのヨーガ	22 13：00～ 『いまに生きるインドの叡智』⑦講 19：00～ 夜ヨーガ	23 二部制 09：00～ 10：30～ 朝ヨーガ
24 09：10～ 朝ヨーガ 10：40～ 聖者とヨーガ	25 09：00～ 朝ヨーガ	26 09：00～ 朝ヨーガ	27 10：00～ 朝ヨーガ	28 15：00～ 夕べのヨーガ	29昭和の日	30 二部制 09：00～ 10：30～ 朝ヨーガ