2020年4月

日	月	火	水	木	金	土
			1 10:00~ 朝ヨーガ 19:10~ 夜ヨーガ	2 10時～ヨーガコース 15：10～ やさしい ヨーガ	3 エーカダシ	4 9:10~/10:30~ ゆったりヨーガ 朝ヨーガ
5 9：10～ 朝ヨーガ サーダナ教室	6 10：30～ 朝ヨーガ	7 09：10 朝ヨーガ	8 満月 10:00~ 朝ヨーガ 19:10~ 夜ヨーガ	9 令2年度 第2 週目㈭閉講	10	11 9:10~/10:30~ ゆったりヨーガ 朝ヨーガ
12 9：10～ 朝ヨーガ	13 10：30～ 朝ヨーガ	14 会館清掃日 閉講	15 10:00~ 朝ヨーガ 19:10~ 夜ヨーガ	16 10時～ヨーガコース 15：10～ やさしい ヨーガ	17 13：00～ 月例学習会 『B. ギーター』 とインド思想	18 9:30～11:30 第4回：朝ヨーガと 『B. ギーター』
カダシ 19 9：10～ 朝ヨーガ サーダナ教室	20 10：30～ 朝ヨーガ	21 09：10 朝ヨーガ	22 10:00~ 朝ヨーガ 19:10~ 夜ヨーガ	23 新月 15：10～ やさしい ヨーガ	24	25 9:10~/10:30~ ゆったりヨーガ 朝ヨーガ
26	27 10：30～ 朝ヨーガ	28 09：10～ 朝ヨーガ	29 昭和の日	23 15：10～ やさしい ヨーガ	月１日学習	４回
２回	４回	3回	４回	４回		

Tryambakam
YOGA CENTER

info@tryambakam.jp

NEWS

新年度です。以下をご確認ください。

● ㈭は第二週目（※週数は㈯基準）が閉講になります。在籍クラスの方は相談に応じますので遠慮なくお申し出ください。

● ㈰の朝ヨーガは第4週目のみ閉講で、月３回に増えます。●㈭ヨーガ学習・実践講座スタート