



トリヤンバカム ヨーガ センター  
**Tryambakam Yoga Center**  
狛 江

トリヤンバカム・ヨーガ・センターのトリヤンバカムとは  
「第三の眼(真実の目)を持つ者」という意味で、シヴァ神の別名です。  
シヴァ神はヒンドゥー教三大神でありヨーガの開祖。  
真実を見つめる目をヨーガによって開いていく・・・。  
そんな方々が集まるヨーガのセンター(中心・発信点)です。

2004年に狛江市で開校し今年で17年目。受講者数は延べ4万人。  
ヨーガの指導者育成は第5期まで実施し12名が各地で現在ヨーガを指導。  
2年に一度、希望者を募ります。

2020年のコロナにより時代は新たな流れを生みました。  
授業は2020年4月よりリモートで実授業と同時配信をスタート。  
一人ひとりに任された時代。

あらゆる情報発信はますます多様、複雑化するでしょう。  
リモート授業の工夫をされに駆使しつつ、正しくヨーガを伝えていきます。

皆さんのヨーガは暮らしに生きる。  
ヨーガの実践面は毎日伝え、月に何度も通えるフリー回数制。  
尽きない皆さんの可能性力を開発、成長へ回転させるのは学習です！  
ヨーガの学習面も正しく伝えます。

指導員は早野智子。成瀬 貴良氏に師事。  
聖地リシケーシのアーシュラム(ヨーガの道場)と提携しています。