

訂正がありました！更新：2021. 10. 27

※ お手元のカレンダーと照合ください

青色枠…	泉の森会館
緑色枠…	喜多見教室
黄色枠…	リモートのみ

エーカダスイー（11日目：平等・安定日：断食日）：1日・15日・30日 新月：5日 満月：19日

2021年 11月

日	月	火	水	木	金	土	
28(日) yogaサンガは 基本の呼吸 受講希望生 受付中！	09：00～ 1 朝ヨーガ 13:00～15:00 ハタ学習会最終回	2 09：00～ 朝ヨーガ	3 10：00～ 朝ヨーガ	4 15：00～ タベの ヨーガ	5 13：30～ 坐学 『Bhagavad- Gita』	6 09：00～ 10：30～ 朝ヨーガ 二部制	
7 09：00～ 朝ヨーガ	8 09：00～ 朝ヨーガ	9 09：00～ 朝ヨーガ	10 10：00～ 朝ヨーガ	11 15：00～ タベの ヨーガ	12 19：00～ 夜ヨーガ	13 09：00～ 朝ヨーガ 一授業	
14 09：10～ 朝ヨーガ	15 09：00 朝ヨーガ	16 09：00～ 朝ヨーガ	17 10：00～ 朝ヨーガ	18 15：00～ タベの ヨーガ	19 13：30～ 聖者に触れる講 座 19：00～ 夜ヨーガ	20 09：00～ 10：30～ 朝ヨーガ 二部制	
21 09：00～ 朝ヨーガ	22 09：00 朝ヨーガ	23 09：00 朝ヨーガ	24 10：00～ 朝ヨーガ	25 15：00～ タベの ヨーガ	26 13：00～ 『いまに生きる イ ンドの叡智』② 19：00～ 夜ヨーガ	27 09：00～ 10：30～ 朝ヨーガ 二部制	
28 09:10～10:30 朝ヨーガ 10:50～12:00 YOGA サンガ	29 09：00 朝ヨーガ	30 09：00 朝ヨーガ	2022年第3期 ヨーガ・サーダナ生募集 毎月第2週(土)14-16時 喜多見教 室 2/12(土)～第①講 (全18講)			2022年 定例学習新規開講 1月～第2週(水) 13:00～14:30 『バガヴァッド・ギーター』 ※ 別紙ご案内をご参照ください。	