

更新：2022/1/30

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

新月：1日 満月：17日

エーカダシー（新・満月から第11日目）は安定しており断食に相当：12日・27日

ヨーギーのサット・サンガや学習会の詳細は裏面をご覧ください。

## 2022年 2月

日	月	火	水	木	金	土
 <b>Yogaワークショップ</b> (毎月第4・日)は、 3月スタートの短期間講座 <b>【ハタ・ヨーガの実践と学習】講座に</b> 組み込みました。テーマを見て、 是非期間受講ください。		1 09:00~ 朝ヨーガ	2 10:00~ 朝ヨーガ	3 15:00~ タベの ヨーガ	4 13:30~月例 【聖典とヨーガ】 『BhagavadGita』 19:00~ 夜ヨーガ今月休講	5 09:00~ 10:30~ 朝ヨーガ 二部制
6 09:10~ 朝ヨーガ	7 09:00 朝ヨーガ	8 09:00~ 朝ヨーガ	9 10:00~ 朝ヨーガ 13:00~月例サンガ 【聖典とヨーガ】 『BhagavadGita』	10 15:00~ タベの ヨーガ	11	12 09:00 朝ヨーガ 一授業
09:10~ 13 朝ヨーガ 10:40~サンガ 【聖典とヨーガ】	14 09:00 朝ヨーガ	15 09:00~ 朝ヨーガ	16 10:00~ 朝ヨーガ	17 15:00~ タベの ヨーガ	18 13:30~月例 【聖者とヨーガ】 『シヴァーナンド』 19:00~ 夜ヨーガ今月休講	19 09:00~ 10:30~ 朝ヨーガ 二部制
20 09:10~ 朝ヨーガ	21 09:00 朝ヨーガ	22 09:00 朝ヨーガ	23 天皇誕生日 10:00~ 朝ヨーガ	24 15:00~ タベの ヨーガ	25 13:00~月サンガ 『いまに生きる インドの叡智』⑤講 19:00~ 夜ヨーガ今月休講	26 09:00~ 10:30~ 朝ヨーガ 二部制
09:10~ 27 朝ヨーガ 10:40~サンガ 【聖典とヨーガ】	28 09:00 朝ヨーガ	 2月は延期⇒新ヨーガ学習スタイルへ <b>【ハタ・ヨーガの実践と学習の会】</b> は 短期講座【ヨーガの実践と学習】へ 毎月第2週・土 テーマごとの短期講座ですので是非どうぞ。		 2022年月例サット・サンガ 1月~第2週(水) 13:00~14:30  <b>【聖典とヨーガ】</b> 『バガヴァッド・ギーター』		