

更新 2022/8/1

新月：27日 満月：12日

エーカダシー（新・満月から第11日目）：8日・23日

学習会の詳細は裏面をご覧ください。

青色…	トリャンバカム・ヨーガ・センター (泉の森会館・3階ホール)
緑色…	ヨーガの森・岩戸地域センター
橙色…	ヨーガ学びの森・喜多見地区会館
黄色…	トリャンバカム・ヨーガ・センター 自宅より配信

2022年 8月						
日	月	火	水	木	金	土
	1 休講 09:00～ 朝ヨーガ	2 休講 09:00～ 朝ヨーガ	3 休講 10:00～ 朝ヨーガ	4 休講 15:00～ タベの ヨーガ	5 休講 19:00～ 夜ヨーガ	6 休講 10:00～ 朝ヨーガ 一部 の
7 休講 09:00～ 朝ヨーガ	8 休講 09:00～ 朝ヨーガ	9 休講 09:00～ 朝ヨーガ	10 10:00～ 朝ヨーガ 13:00～15:00 ヨーガ学びの森・学習 【BAGAVAD GITA】	11 山の日 盆休暇をいただきます。8/11(木)～8/16(火)	12	13
14 盆休暇	15 8/11(木)～8/16(火)	16	17 10:00～ 朝ヨーガ	18 15:00～ タベの ヨーガ	19 19:00～ 夜ヨーガ	20 09:00～ 10:30～ 朝ヨーガ 二部 制
21 09:00～ グループ:ヨーガの森 朝ヨーガ	22 09:00～ 朝ヨーガ	23 09:00～ グループ:ヨーガの森 朝ヨーガ	24 10:00～ 朝ヨーガ	25 15:00～ タベの ヨーガ	26 13:00～15:00 ヨーガ学びの森・学習 【インドの叢智】 夜ヨーガ休講	27 09:00～ 10:30～ 朝ヨーガ 二部 制
28 09:00～ グループ:ヨーガの森 朝ヨーガ	29 09:00～ 朝ヨーガ	30 09:00～ グループ:ヨーガの森 朝ヨーガ	31 休講	お家🏠deリトリート 夏期は休みにします。 今回は年末年始です。		