更新 2022/6/3

新月:27日 満月:12日

エーカダスイー (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

ナ自云の計画は表面とこ見てたこと。						
2022年 8月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	09:00~	09:00~ _{グループ:} ヨーガの森	10:00~	15:00~		09:00~ 部制
	朝ヨーガ	朝ヨーガ	朝ヨーガ	タベの ヨーガ	19:00~ 夜ヨーガ	^{10∶30∼} 朝 ヨーガ
7	8	9	10	11 森山の日	12	13
09:15~	09:00~	09:00~	10:00~ 朝ヨーガ		リート 8/8(月)~8	
朝ヨーガ	朝ヨーガ	朝ヨーガ	ョーガ学びの森・学習 【BAGAVAD GITA】	<u>通常クラスはお</u>	<u>盆休暇中(11・木〜16・</u> 夜ヨーガ 休 講	<u>火)お休み</u> です。
14	15	16	17	18	19	20 =
		<u>ルタン</u> (インド版賛美	10:00~			部 09:00~ 制
歌と火儀)を行なう期 〆切7/31。	何になりまり。 布主	白に辞神配布。中込	朝ヨーガ	15:00~ タベの ヨーガ	19:00~ 夜ヨーガ	10:30~ 朝ヨ ー ガ
21	22	23	24	25	26	27 ₌
09:15~	09:00~	09:00~	10:00~	15:00~	13:00~15:00 ヨーガ学びの森・学習	部 09:00~ 制
朝ヨーガ	朝ヨーガ	朝ヨーガ	朝ヨーガ	タベの ヨーガ	【インドの叡智】 夜ヨーガ休講	^{10:30∼} 朝ヨ ー ガ
28	29	30	31	2022年お盆 お家^へdeリトリート10日間		
09:00~ _{グループ:} ヨーガの森	09:00~	09:00~ _{グループ:} ヨーガの森	休講	〈早朝瞑想・夕べのキールタン> をする日常を見つめ直すリトリート。		
朝ヨーガ	朝ヨーガ	朝ヨーガ		3-	-ガ生活を是非どう	そ 。