

更新日：2021年4月25日 緊急事態宣言発生後

※ 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… | 喜多見地区会館 |
| 黄色枠… | リモートのみ  |

エーカダシー（11日目：平等・安定日：断食日）：7日・22日

新月：12日 満月：26日

## 2021年 5月

| 日                                            | 月                                   | 火                                                                                                                         | 水                    | 木                         | 金                                                  | 土                                        |
|----------------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|---------------------------|----------------------------------------------------|------------------------------------------|
| 2<br>09：10～<br>朝ヨーガ                          | 3<br>10：00～<br>朝ヨーガ                 | 4<br>09：10～<br>朝ヨーガ                                                                                                       | 5<br>10：00～<br>朝ヨーガ  | 6<br>15：00～<br>午後ヨーガ      | 7<br>13：30～<br>『Bhagavad-Gita』<br>19：00～<br>夜ヨーガ   | 1・8<br>10時<br>朝ヨーガ<br>14：00～<br>成瀬先生『BG』 |
| 9<br>09：10～<br>朝ヨーガ                          | 10<br>10時～<br>朝ヨーガ<br>13時～<br>ハタ学習会 | 11<br>09：10～<br>朝ヨーガ                                                                                                      | 12<br>10：00～<br>朝ヨーガ | 13<br>15：00～<br>午後<br>ヨーガ | 14<br>19：00～<br>夜ヨーガ                               | 15<br>10：00～<br>朝ヨーガ                     |
| 16<br>09：10～<br>朝ヨーガ<br>会場未定                 | 17<br>10：00～<br>朝ヨーガ                | 18<br>09：10～<br>朝ヨーガ                                                                                                      | 19<br>10：00～<br>朝ヨーガ | 20<br>15：00～<br>午後<br>ヨーガ | 21<br>13：30～<br>『Sivananda-Yoga』<br>19：00～<br>夜ヨーガ | 22<br>10：00～<br>朝ヨーガ<br>12：30～茶話サンガ      |
| 23<br>09：10～10：50<br>YOGAワーク<br>ショップ<br>会場未定 | 24<br>10：00～<br>朝ヨーガ                | 25<br>09：10～<br>朝ヨーガ                                                                                                      | 26<br>10：00～<br>朝ヨーガ | 27<br>15：00～<br>午後<br>ヨーガ | 28<br>インドの観智は6月<br>にスタートします<br>19：00～<br>夜・休講      | 29<br>10：00～<br>朝ヨーガ                     |
| 30<br>09：10～<br>朝ヨーガ                         | 31<br>10時～<br>朝ヨーガ<br>13時～<br>ハタ学習会 | <div>NEW！金曜</div> <div>期間限定10回！一春夏期一</div> <div>夜ヨーガ 泉の森</div> <div>今年もGW</div> <div>YOGAリトリート</div> <div>5/1～7の7日間</div> |                      |                           |                                                    |                                          |