

更新日：2021年4月3日

※ お手元のカレンダーと照合ください

※会場の表記

→青色枠…

泉の森会館

※全授業配信

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）：8日・22日

新月：12日

満月：27日

2021年 4月

日	月	火	水	木	金	土
NEW！金曜 受講生募集 ヨーガを生んだインドを知って日常に落とす！ 『いまに生きるインドの叡智』一五期生一				1 15：00～ 午後 ヨーガ	2 13：30～ 『Bhagavad-Gita』	3 10：00～ 朝ヨーガ 14:00～ 成瀬先生『BG』
4 09：10～ 朝ヨーガ	5 10時～ 朝ヨーガ 13時～ ハタ学習会	6 09：10～ 朝ヨーガ	7 10：00～ 朝ヨーガ	8 15：00～ 午後 ヨーガ	9	10 10：00～ 朝ヨーガ
11 09：10～ 朝ヨーガ	12 10：00～ 朝ヨーガ	13 清掃休館日 09：10～ 朝ヨーガ	14 10：00～ 朝ヨーガ	15 15：00～ 午後 ヨーガ	16 13：30～ 『Sivananda-Yoga』	17 10：00～ 朝ヨーガ 12:30～サットサンガ
18 09：10～10：50 YOGAワーク ショップ【心の パロメータ】	19 10時～ 朝ヨーガ 13時～ ハタ学習会	20 09：10～ 朝ヨーガ	21 10：00～ 朝ヨーガ	22 15：00～ 午後 ヨーガ	23	24 10：00～ 朝ヨーガ
25 09：10～ 朝ヨーガ	26 10：00～ 朝ヨーガ	27 09：10～ 朝ヨーガ	28 10：00～ 朝ヨーガ	29 15：00～ 午後 ヨーガ	30	5/1 10：00～ 朝ヨーガ 14:00～ 成瀬先生『BG』