

4月

2/15 配布

満月：2日

新月：17日

ekadasi：13日・28日

色文字…

別料金：一般・会員・フリー生

枠の色青色…

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

桃色…

喜多見地区会館

紫色…

らいふ遊・狛江カルチャー

黄色…

配信（前夜までにご予約を）

2026年 4月

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | 1 10:00~11:30 朝ヨーガ 月例 Tryambakam サット・サンガ | 2 05:50~06:30 早朝ヨーガ 09:00~10:00 朝ヨーガ | 3 05:50~06:30 早朝ヨーガ 09:00~10:00 朝ヨーガ 16:00~17:00 B・ギター | 4 09:00~09:45 ジャバ・ヨーガ 10:00~11:30 朝ヨーガ 月例 Tryambakamサンガ |
| 5 09:30~11:00 朝ヨーガ 月例 Tryambakamサンガ | 6 05:50~06:30 早朝ヨーガ 09:00~10:00 朝ヨーガ | 7 05:50~06:30 早朝ヨーガ 09:00~10:00 朝ヨーガ | 8 10:00~11:30 朝ヨーガ | 9 05:50~06:30 早朝ヨーガ 09:00~10:00 朝ヨーガ | 10 05:50~06:30 早朝ヨーガ 10:00~11:30 朝ヨーガ 16:00~17:00 B・ギター | 11 09:00~09:45 ジャバ・ヨーガ 10:00~11:30 朝ヨーガ 12:00~13:00 ヨーガ・ストラ |
| 12 09:30~11:00 朝ヨーガ | 13 05:50~06:30 早朝ヨーガ 09:00~10:00 朝ヨーガ | 14 05:50~06:30 早朝ヨーガ 09:00~10:00 朝ヨーガ 14:00~15:00 Y.L.S. 定例学習会 | 15 10:00~11:30 朝ヨーガ 12:00~13:00 ヨーガ・ストラ | 16 05:40~06:20 早朝ヨーガ 09:00~10:00 朝ヨーガ | 17 05:40~06:20 早朝ヨーガ 09:00~10:00 朝ヨーガ | 18 09:00~09:45 ジャバ・ヨーガ 10:00~11:30 朝ヨーガ キールタン楽団 練習会 |
| 19 09:30~11:00 朝ヨーガ 11:00~11:50 ヨーガ・ストラ | 20 05:40~06:20 早朝ヨーガ 09:00~10:00 朝ヨーガ | 21 05:40~06:20 早朝ヨーガ 09:00~10:00 朝ヨーガ | 22 10:00~11:30 朝ヨーガ 12:00~13:00 B・ギター | 23 05:40~06:20 早朝ヨーガ 09:00~10:00 朝ヨーガ | 24 05:40~06:20 早朝ヨーガ 10:00~11:30 朝ヨーガ | 25 09:00~09:45 ジャバ・ヨーガ 10:00~11:30 朝ヨーガ 12:00~13:00 B・ギター |
| 26 09:30~11:00 朝ヨーガ 11:00~11:50 B・ギター | 27 05:40~06:20 早朝ヨーガ 09:00~10:00 朝ヨーガ | 28 05:40~06:20 早朝ヨーガ 09:00~10:00 朝ヨーガ | 29 昭和の日 祝日 休講 | 30 5週目 休講 | | |
| 4回 | 4回 | 4回 | 4回 | 4回 | 4回 | 4回 |