

サトヴィカ・ヨガスクール 10月レッスンスケジュール

	月 1	火 2	水 3	木 4	金 5	土 6	日 7
一般 クラス	ベーシック2 10:00-11:30 吉瀬美穂 陰ヨガ 13:00-14:30 加藤香那 【セミ・プライベート】 ベーシック1・2 15:00-16:15 加藤香那	産後 10:00-11:30 高橋香 アドバンス1 13:00-14:30 高橋香	ベーシック1 10:00-11:30 加藤香那 ベーシック2 19:30-21:00 加藤香那	エネルギー療法（ハンド ヒーリング&メディテー ション） 9:00-9:45 馬場健一 陰陽ヨガ 10:00-11:30 加藤香那 ベーシック2 13:00- 14:30 高橋香 【セミ・プライベート】 陰 ヨガ・陰陽ヨガ 15:00-16:15 加藤香那 陰ヨガ 19:30-21:00 加藤香那	ベーシック2 10:00-11:30 落合未和子	アドバンス2 8:00- 9:30 加藤香那 ベーシック1 10:00- 11:30 高橋香 ベーシック2 13:00- 14:30 高橋香 【セミ・プライベート】 陰 ヨガ・陰陽ヨガ 15:00-16:15 加藤香那 ベーシック1・2 16:45-18:00 加藤香那	ベーシック2 9:00-10:30 加藤香那 アドバンス1 11:00-12:30 高橋香
9/21(金)~10/21日 まちゼミ在武蔵新城 サトヴィカは10/5・12・19(金)と21(日)にイベントやります							
	完全プライベートクラス開始 by 加藤香那 月・火・金・日 1回75分 16:00~ 開始時間選べます。		【特別クラス】 エネルギー療法 ハンドヒーリング&メディ テーション 陰ヨガ30分付 14:00-15:30 馬場健一・加藤香那		【まちゼミ】 知って得する まらのゼミナール 「ヨガで手足までポカポ カ！パワナムクアアサ ナ」 13:00-14:30 加藤香那	【特別クラス】 ディープヒーリング (陰ヨガ&メディテーショ ン) 18:30-20:00 加藤香那	【シリーズクラス】 経絡ヨガ入門 1日目 13:00-18:00 加藤香那
	8	9 新月	10	11	12	13	14
一般 クラス	【特別クラス】 陰ヨガ&エネルギー療法 (瘀血とり&骨盤調整) 9:30-11:30 加藤香那・馬場健一	産後 10:00-11:30 高橋香 アドバンス1 (新月のヴィンヤサ) 13:00-14:30 高橋香	ベーシック1 10:00-11:30 加藤香那 ベーシック2 19:30-21:00 加藤香那	エネルギー療法（ハンド ヒーリング&メディテー ション） 9:00-9:45 馬場健一 陰陽ヨガ 10:00-11:30 加藤香那 ベーシック2 13:00- 14:30 高橋香 【セミ・プライベート】 陰 ヨガ・陰陽ヨガ 15:00-16:15 加藤香那 陰ヨガ 19:30-21:00 加藤香那	ベーシック2 10:00-11:30 落合未和子	アドバンス2 8:00- 9:30 高橋香(代講) ベーシック1 10:00- 11:30 吉瀬美穂(代講) アドバンス1 11:00-12:30 高橋香 ベーシック2 13:00- 14:30 高橋香	ベーシック2 9:00-10:30 高橋香(代講) アドバンス1 11:00-12:30 高橋香
WS 特別クラ ス	【シリーズクラス】 経絡ヨガ入門2日目 13:00-18:00 加藤香那	【新月のサトヴィカ手芸 部】 ・パワーストーンのプレス レット作り 15:00- 17:00 【サトヴィカ茶華部】 ハ ーブチンキ作り体験会 15:00-16:00	【特別クラス】 近座の会 14:00-15:30 馬場健一・加藤香那		【まちゼミ】 知って得する まらのゼミナール 「ヨガで手足までポカポ カ！パワナムクアアサ ナ」 13:00-14:30 加藤香那	【奥多摩御岳・ヨガリトリート】 ～譲の目的を知る～ 学びの秋のヨガリトリート 馬場健一・加藤香那	
	15	16	17	18	19	20	21
一般 クラス	ベーシック2 10:00-11:30 吉瀬美穂 陰ヨガ 13:00-14:30 加藤香那 【セミ・プライベート】 ベーシック1・2 15:00-16:15 加藤香那	産後 10:00-11:30 高橋香 アドバンス1 13:00-14:30 高橋香	ベーシック1 10:00-11:30 加藤香那 ベーシック2 19:30-21:00 加藤香那	エネルギー療法（ハンド ヒーリング&メディテー ション） 9:00-9:45 馬場健一 陰陽ヨガ 10:00-11:30 加藤香那 ベーシック2 13:00- 14:30 高橋香 【セミ・プライベート】 陰 ヨガ・陰陽ヨガ 15:00-16:15 加藤香那 陰ヨガ 19:30-21:00 加藤香那	ベーシック2 10:00-11:30 落合未和子	アドバンス2 8:00- 9:30 加藤香那 ベーシック1 10:00- 11:30 高橋香 ベーシック2 13:00- 14:30 高橋香 【セミ・プライベート】 陰 ヨガ・陰陽ヨガ 15:00-16:15 加藤香那 ベーシック1・2 16:45-18:00 加藤香那	ベーシック2 9:00-10:30 加藤香那 アドバンス1 11:00-12:30 高橋香
WS 特別クラ ス			【特別クラス】 エネルギー療法 ハンドヒーリング&メディ テーション 陰ヨガ30分付 14:00-15:30 馬場健一・加藤香那		【まちゼミ】 知って得する まらのゼミナール 「ヨガで手足までポカポ カ！パワナムクアアサ ナ」 13:00-14:30 加藤香那 【特別クラス】 エネルギー療法 (ハンドヒーリング&メ ディテーション) 19:30-21:00 陰ヨガ&ヨーガニードラ付 馬場健一・加藤香那	【特別クラス】 ディープヒーリング (陰ヨガ&メディテーショ ン) 18:30-20:00 加藤香那	【サトヴィカ手芸部】 ・パワーストーンのプレス レット作り 16:00- 18:00 ・ハーブチンキ作り体験会 16:00-16:30 加藤香那
	22	23	24	25 満月	26	27	28
一般 クラス	ベーシック2 10:00-11:30 吉瀬美穂 陰ヨガ 13:00-14:30 加藤香那 【セミ・プライベート】 ベーシック1・2 15:00-16:15 加藤香那	産後 10:00-11:30 高橋香 アドバンス1 13:00-14:30 高橋香	ベーシック1 10:00-11:30 加藤香那 ベーシック2 19:30-21:00 加藤香那	エネルギー療法（ハンド ヒーリング&メディテー ション） 9:00-9:45 馬場健一 月礼拝と陰ヨガ 10:00- 11:30 加藤香那 ベーシック2 13:00- 14:30 高橋香 ディープヒーリング(陰ヨ ガ&メディテーション) 19:30-21:00 加藤香那	ベーシック2 10:00-11:30 落合未和子	アドバンス2 8:00- 9:30 加藤香那 ベーシック1 10:00- 11:30 高橋香 ベーシック2 13:00- 14:30 高橋香 【セミ・プライベート】 陰 ヨガ・陰陽ヨガ 15:00-16:15 加藤香那 【セミ・プライベート】 ベーシック1・2 16:45-18:00 加藤香那	ベーシック2 9:00-10:30 加藤香那 アドバンス1 11:00-12:30 高橋香
WS 特別クラ ス			【特別クラス】 陰ヨガ&エネルギー療法 (瘀血とり&骨盤調整) 14:00-16:00 加藤香那・馬場健一	満月の特別クラス ※上記参照	【シリーズクラス】 呼吸法基礎 13:00-15:00 加藤香那	【特別クラス】 エネルギー療法 (ハンドヒーリング&メ ディテーション) 18:30-20:00 陰ヨガ&ヨーガニードラ付 馬場健一・加藤香那	【シリーズクラス】 ヨガ哲学入門 ハガヴァッド・ギータ勉強 会 13:30-16:30 加藤香 那 【WS】 サッドサンガ瞑想会 17:30-19:30 諏訪美奈子
	29	30	31	10/22(月)~10/25(木) ふらっと1000bero in 武蔵新城			
一般 クラス	ベーシック2 10:00-11:30 吉瀬美穂 陰ヨガ 13:00-14:30 加藤香那 【セミ・プライベート】 ベーシック1・2 15:00-16:15 加藤香那	産後 10:00-11:30 高橋香 アドバンス1 13:00-14:30 高橋香	ベーシック1 10:00-11:30 加藤香那 ベーシック2 加藤香那	<p>11/3(土・祝) 日帰りリトリート</p> <p>■ 【檜原村都民の森】森林セラピーロード・ハイキング 参加費5,500円(10/20締切) 早割5,000円(10/3までに申し込みの場合)</p> <p>【シリーズクラス】</p> <p>■ 経絡ヨガ入門 10/7(日)8(月・祝)休日2日間集中コース 参加費28,000円(早割27,000円)</p> <p>■ 呼吸法基礎(プラーナーヤーマ) 10/26(金)13:00-15:00 参加費5,500円(早割5,000円)</p> <p>■ ヨガ哲学入門②ハガヴァッド・ギータ勉強会 10/28(日)スタート 全3回 10/28スタート 日曜コース・11/9スタート 金曜コース 参加費19,000円(早割18,000円)</p>			
WS 特別クラ ス			【特別クラス】 『誰かのための』手当療法 エネルギー交換会 (陰ヨガ付) 14:00-16:00 馬場健一・加藤香那				
裏面もご覧ください							

***特別クラス ※回数券、マンスリーパスでご参加可能です**

3日(水) 17日(水) 19日(金) 27日(土)

エネルギー療法 (ハンドヒーリング&メディテーション) 馬場健一

※陰ヨガ付または陰ヨガ&ヨーガ・ニードラ付

6日(土)・20日(土)ディープヒーリング(陰ヨガ&メディテーション) 加藤香耶

10日(水) 近座の会 馬場健一・加藤香耶

8日(月・祝) 24日(水)陰ヨガ×エネルギー療法「お血とり&骨盤調整」 加藤香耶×馬場健一

25日(木)【満月の特別クラス】月礼拝と陰ヨガ 10:00~/ディープヒーリング(陰ヨガ&メディテーション) 19:30~ 加

31日(日) 陰ヨガ&エネルギー療法 【『誰かのための』手当療法】エネルギー交流会 馬場健一・加藤香耶

***ワークショップ ※マンスリー会員・リピーター割引有**

9日(火)【新月のサトヴィカ手芸部】パワーストーンのプレスレット作り 参加費5,000円

21日(日)【サトヴィカ手芸部】パワーストーンのプレスレット作り 参加費5,000円

9日(火)・21日(日)【サトヴィカ薬草部】ハーブチンキ作り体験会 参加費1,000円

28日(日) サットサンガ瞑想会 諏訪美奈子 参加費3,000円

○急な休講や中止については、ご予約のメールへのご連絡とサトヴィカのfacebookでお知らせいたします。

○ベーシック2、オープンは12名、陰ヨガ、ベーシック1、エネルギー療法は10名、産後は8名です。

○クラス開始の2時間前まで予約可能です

(一部特別クラス・一部ワークショップを除く・土日祝8:00&9:00クラスは1時間前まで・木曜9時クラスは3時間前まで)

○予約キャンセルされる際は、クラス開始の3時間前までに自動返信のメールに記載のURL

またはマイページよりご自身でお手続きください。

3時間前を過ぎた場合のみメールにてご連絡ください。(電話でのキャンセルは受け付けておりません。)