

サトヴィカ・ヨガスクール 11月レッスンスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日		
				1	2	3	4		
	<p><b>11/3(土・祝) 日帰りリトリート</b>  <b>【榎原村都民の森】森林セラピーロード・ハイキング</b>                      馬場健一・加藤香耶                      参加費5,000円(10/20締切)早割5,000円</p> <p><b>12/24(月・祝)9:30-16:00 サトヴィカでプチリトリート</b>  <b>ナチュラルアーシング・陰ヨガ・エネルギー療法and more</b>                      コンビネーションヒーリング&amp;メッセージカード付♪                      馬場健一・加藤香耶                      参加費3,500円(12/17締切)</p>			<p>エネルギー療法(ハンドヒーリング&amp;メディテーション)                      9:00-9:45 馬場健一                      陰陽ヨガ 10:00-11:30                      加藤香耶                      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                      15:30-16:45 加藤香耶                      陰ヨガ 19:30-21:00                      加藤香耶</p>	<p>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                      11:30                      吉瀬美穂(代講)                      ベーシック2 13:00-14:30                      高橋香</p>	<p>ベーシック2 10:00-11:30                      落合未和子</p>	<p>アドバンス2 8:00-9:30                      加藤香耶                      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                      15:30-16:45 加藤香耶</p>	<p>ベーシック2 9:00-10:30                      加藤香耶                      アドバンス1 11:00-12:30                      高橋香</p>	<p>【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 加藤香耶</p>
	5	6	7	8 新月	9	10	11		
一般クラス	<p>ベーシック2 10:00-11:30                      吉瀬美穂                      陰ヨガ 13:00-14:30                      加藤香耶                      【セミ・プライベート】                      ベーシック 15:30-16:45 加藤香耶</p>	<p>産後 10:00-11:30                      高橋香                      アドバンス1 13:00-14:30                      高橋香</p>	<p>ベーシック1 10:00-11:30                      加藤香耶                      ベーシック2 19:30-21:00                      高橋香(代講)</p>	<p>エネルギー療法(ハンドヒーリング&amp;メディテーション)                      9:00-9:45 馬場健一                      ティーフヒーリング(新月の陰陽ヨガとヨーガニードラ) 10:00-11:30                      加藤香耶                      ベーシック2 13:00-14:30                      高橋香                      ティーフヒーリング(新月の陰ヨガとヨーガニードラ) 19:30-21:00                      加藤香耶</p>	<p>ベーシック2 10:00-11:30                      落合未和子</p>	<p>アドバンス2 8:00-9:30                      加藤香耶                      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                      15:30-16:45 加藤香耶</p>	<p>ベーシック2 9:00-10:30                      加藤香耶                      アドバンス1 11:00-12:30                      高橋香</p>	<p>【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 加藤香耶</p>	
WS 特別クラス			<p>【特別クラス】                      エネルギー療法                      ハンドヒーリング&amp;メディテーション                      陰ヨガ30分付                      14:00-15:30                      馬場健一・加藤香耶</p>	<p>※新月の特別クラス                      上記参照</p>	<p>【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                      13:00-16:00 加藤香耶</p>	<p>【特別クラス】                      エネルギー療法                      (ハンドヒーリング&amp;メディテーション)                      18:30-20:00                      陰ヨガ&amp;ヨーガニードラ付                      馬場健一・加藤香耶</p>	<p>【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 加藤香耶</p>		
	12	13	14	15	16	17	18		
一般クラス	<p>ベーシック2 10:00-11:30                      吉瀬美穂                      ベーシック0(50代からのヨガ) 13:00-14:30                      高橋香</p>	<p>産後 10:00-11:30                      高橋香                      アドバンス1 13:00-14:30                      高橋香</p>	<p>ベーシック1 10:00-11:30                      加藤香耶</p>	<p>エネルギー療法(ハンドヒーリング&amp;メディテーション)                      9:00-9:45 馬場健一                      陰陽ヨガ 10:00-11:30                      加藤香耶                      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                      15:30-16:45 加藤香耶                      陰ヨガ 19:30-21:00                      加藤香耶</p>	<p>ベーシック2 10:00-11:30                      落合未和子</p>	<p>アドバンス2 8:00-9:30                      加藤香耶                      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】                      ベーシック 15:30-16:45 加藤香耶</p>	<p>ベーシック2 9:00-10:30                      加藤香耶                      アドバンス1 11:00-12:30                      高橋香</p>	<p>【特別クラス】 陰ヨガ×エネルギー療法(瘀血とり&amp;骨盤調整)                      14:00-16:00                      加藤香耶・馬場健一</p>	
WS 特別クラス			<p>【特別クラス】                      近座の会 14:00-15:30                      馬場健一・加藤香耶</p>		<p>【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                      13:00-16:00 加藤香耶</p>	<p>【特別クラス】                      近座の会 14:00-15:30                      馬場健一・加藤香耶</p>	<p>【特別クラス】 陰ヨガ×エネルギー療法(瘀血とり&amp;骨盤調整)                      14:00-16:00                      加藤香耶・馬場健一</p>		
	19	20	21	22	23 満月	24	25		
一般クラス	<p>ベーシック2 10:00-11:30                      吉瀬美穂                      陰ヨガ 13:00-14:30                      加藤香耶                      【セミ・プライベート】                      ベーシック 15:30-16:45 加藤香耶</p>	<p>産後 10:00-11:30                      高橋香                      アドバンス1 13:00-14:30                      高橋香</p>	<p>ベーシック1 10:00-11:30                      加藤香耶                      ベーシック2 19:30-21:00                      吉瀬美穂(代講)</p>	<p>エネルギー療法(ハンドヒーリング&amp;メディテーション)                      9:00-9:45 馬場健一                      陰陽ヨガ 10:00-11:30                      加藤香耶                      ベーシック2 13:00-14:30                      高橋香                      陰ヨガ 19:30-21:00                      加藤香耶</p>	<p>ベーシック2 10:00-11:30                      落合未和子</p>	<p>アドバンス2 8:00-9:30                      加藤香耶                      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 18:00-19:15                      加藤香耶</p>	<p>ベーシック2 9:00-10:30                      加藤香耶                      アドバンス1 11:00-12:30                      高橋香</p>		
WS 特別クラス			<p>【特別クラス】                      エネルギー療法                      ハンドヒーリング&amp;メディテーション                      陰ヨガ30分付                      14:00-15:30                      馬場健一・加藤香耶</p>		<p>【満月のサトヴィカ手芸部】                      ・パワーストーンのパレスレット作り                      14:00-16:00                      加藤香耶                      【特別クラス】                      エネルギー療法「神聖な女性性のエネルギーを高める手当て」※チャクラ瞑想のための陰ヨガ付                      18:00-20:00                      馬場健一・加藤香耶</p>	<p><b>呼吸法基礎(ブリーナーヤマ)</b>                      10/26(金)13:00-15:00                      参加費5,500円(早割5,000円)</p> <p><b>ヨガ哲学入門②</b>  <b>ハガヴァッド・ギータ勉強会</b>  <b>10/28(日)スタート 全3回</b>                      10/28スタート 日曜コース                      13:30-16:30                      11/9スタート 金曜コース                      13:00-16:00                      参加費19,000円(早割18,000円)</p> <p><b>ヨガ哲学入門①</b>  <b>ヨガの歴史とヨーガ・スートラ勉強会</b>                      2019年1月13日(日)・14日(月・祝)                      13:30-18:00                      参加費19,000円(早割18,000円)</p>			
	26	27	28	29	30				
一般クラス	<p>ベーシック2 10:00-11:30                      吉瀬美穂                      陰ヨガ 13:00-14:30                      加藤香耶                      【セミ・プライベート】                      ベーシック 15:30-16:45 加藤香耶</p>	<p>産後 10:00-11:30                      高橋香                      アドバンス1 13:00-14:30                      高橋香</p>	<p>ベーシック1 10:00-11:30                      加藤香耶</p>	<p>エネルギー療法(ハンドヒーリング&amp;メディテーション)                      9:00-9:45 馬場健一                      陰陽ヨガ 10:00-11:30                      加藤香耶                      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                      15:30-16:45 加藤香耶                      陰ヨガ 19:30-21:00                      加藤香耶</p>	<p>ベーシック2 10:00-11:30                      落合未和子</p>				
WS 特別クラス			<p>【特別クラス】                      陰ヨガ&amp;エネルギー療法(瘀血とり&amp;骨盤調整)                      14:00-16:00                      加藤香耶・馬場健一</p>		<p>【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                      13:00-16:00 加藤香耶</p>				

裏面をご覧ください

**\*特別クラス ※回数券、マンスリーパスでご参加可能です**

7日(水) 10日(土) 21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

8日【新月】ディープヒーリング(新月の陰ヨガ) 10:00-11:30/19:30-21:00 加藤香耶

14日(水) 17日(土) 近座の会 馬場健一・加藤香耶

23日(金・祝)【満月】エネルギー療法×陰ヨガ 神聖な女性性を高める手当て ※女性クラス 10:00-11:30 馬場健一・加藤香耶

18日(日) 28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

**\*ワークショップ ※マンスリー会員・リピーター割引有**

23日(金・祝)【満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

※サットサンガ瞑想会は、受付窓口が変わりました。

**\*プライベートクラス 75分6,000円(マンスリーパス会員は5,000円) 定員1名**

月・火・金・日 夕方~夜 開始時間を選べます。

曜日により予約可能時間が異なります。

※事前ヒアリングシートをwebにてご入力いただきますので、前日までにご予約ください。

〇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。

〇ベーシック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。

〇クラス開始の30分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・木曜9時クラスは3時間前まで)

〇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。)