

サトヴィカ・ヨガスクール 2月レッスンスケジュール

	月	火	水	木 1	金 2	土 3	日 4
一般 クラス			ベーシック1 10:00-11:30 吉瀬美穂 ベーシック2 13:00-14:30 吉瀬美穂 オープン 19:30-21:00 小川万里	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 陰ヨガ 10:00-11:30 加藤香耶 ベーシック1 13:00-14:30 水落香澄 ベーシック2 15:00-16:30 高橋香 陰ヨガ 19:30-21:00 加藤香耶	オープン 10:00-11:30 加藤香耶	ベーシック1 9:00-10:30 高橋香 オープン 11:00-12:30 伊藤英美 陰ヨガ 13:00-14:30 加藤香耶 ベーシック2 15:00-16:30 吉瀬美穂(代講)	ベーシック2 9:00-10:30 吉瀬美穂 オープン 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) 19:30-21:00 馬場健一	【特別クラス】ティーブヒーリング(陰ヨガ&メディテーション) 17:00-18:30 加藤香耶	【森林セラフケア】等々力渓谷セルフケアウォーキング 9:00-11:00 馬場健一 【シリーズクラス】アーサナ・ベーシック①
	5	6	7	8	9	10	11
一般 クラス	ベーシック2 10:00-11:30 高橋香 陰ヨガ 13:00-14:30 吉瀬美穂 ベーシック2 19:30-21:00 落合未和子	産後 10:00-11:30 高橋香 オープン 13:00-14:30 伊藤英美	ベーシック1 10:00-11:30 吉瀬美穂 ベーシック2 13:00-14:30 吉瀬美穂 オープン 19:30-21:00 小川万里	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 陰ヨガ 10:00-11:30 加藤香耶 ベーシック1 13:00-14:30 水落香澄 ベーシック2 15:00-16:30 高橋香 陰ヨガ 19:30-21:00 加藤香耶	オープン 10:00-11:30 高橋香(代講)	ベーシック1 9:00-10:30 加藤香耶(代講) オープン 11:00-12:30 伊藤英美 陰ヨガ 13:00-14:30 加藤香耶 ベーシック2 15:00-16:30 高橋香(代講)	ベーシック2 9:00-10:30 吉瀬美穂 オープン 11:00-12:30 高橋香
WS 特別クラス		【特別クラス】 ティーブヒーリング (陰ヨガ&メディテーション) 15:00-16:30 加藤香耶			【シリーズクラス】アーサナ・ベーシック①		【シリーズクラス】アーサナ・ベーシック②
	12	13	14	15	16	17	18
一般 クラス	【特別スケジュール】 オープン 9:00-10:30 加藤香耶 ベーシック2 11:00-12:30 落合未和子  陰ヨガ×エネルギー療法 冷えとり&骨盤調整 13:30-15:30 加藤香耶・馬場健一	産後 10:00-11:30 高橋香 オープン 13:00-14:30 伊藤英美	ベーシック1 10:00-11:30 吉瀬美穂 ベーシック2 13:00-14:30 吉瀬美穂 オープン 19:30-21:00 小川万里	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 陰ヨガ 10:00-11:30 加藤香耶 ベーシック1 13:00-14:30 水落香澄 ベーシック2 15:00-16:30 高橋香 陰ヨガ 19:30-21:00 加藤香耶	オープン 10:00-11:30 加藤香耶	ベーシック1 9:00-10:30 高橋香 オープン 11:00-12:30 伊藤英美 陰ヨガ 13:00-14:30 加藤香耶 ベーシック2 15:00-16:30 吉瀬美穂(代講)	ベーシック2 9:00-10:30 加藤香耶(代講) オープン 11:00-12:30 高橋香
WS 特別クラス	サトヴィック・ヨガ体験クラス 16:00-17:30 高橋香	【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) 15:00-16:30 馬場健一 ※陰ヨガ30分付			【シリーズクラス】アーサナ・ベーシック②	【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) 18:00-19:30 馬場健一	【シリーズクラス】解剖学講座①
	19	20	21	22	23	24	25
一般 クラス	ベーシック2 10:00-11:30 高橋香 陰ヨガ 13:00-14:30 吉瀬美穂 ベーシック2 19:30-21:00 落合未和子	産後 10:00-11:30 高橋香 オープン 13:00-14:30 伊藤英美	ベーシック1 10:00-11:30 吉瀬美穂 ベーシック2 13:00-14:30 吉瀬美穂 オープン 19:30-21:00 小川万里	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 陰ヨガ 10:00-11:30 加藤香耶 ベーシック1 13:00-14:30 水落香澄 ベーシック2 15:00-16:30 高橋香 陰ヨガ 19:30-21:00 加藤香耶	オープン 10:00-11:30 加藤香耶	ベーシック1 9:00-10:30 高橋香 オープン 11:00-12:30 伊藤英美 陰ヨガ 13:00-14:30 加藤香耶 ベーシック2 15:00-16:30 加藤香耶	ベーシック2 9:00-10:30 吉瀬美穂 オープン 11:00-12:30 高橋香
WS 特別クラス		【特別クラス】 近座の会 15:00-16:30 馬場健一・加藤香耶			【シリーズクラス】アーサナ・ベーシック③	【WS】 サットサンガ瞑想会 17:00-19:00 諏訪美奈子	【シリーズクラス】ヨガ哲学入門① 13:30-16:30 加藤香耶
	26	27	28	<p><b>・特別クラス ※回数券、フリーパスでご参加可能です</b>                      3日(土)6日(火) ティーブヒーリング(陰ヨガ&amp;メディテーション) 加藤香耶                      4日(日) 【森林セラフケア】等々力渓谷セルフケアウォーキング 馬場健一                      12日(月・祝) 陰ヨガ×エネルギー療法「冷えとり&amp;骨盤調整」加藤香耶・馬場健一                      12日(月・祝) サトヴィック・ヨガ体験クラス 高橋香                      2(金)・13日(火)・17日(土)・27(火) エネルギー療法 馬場健一 ※13日は陰ヨガ30分付                      ※13日、27日は終了後にパーソナルセッションとしてエネルギー療法体験ができます(20分2000円、予約制)                      20日(火)近座の会 馬場健一・加藤香耶                      ・ワークショップ                      24日(土)サットサンガ瞑想会 諏訪美奈子</p>			
一般 クラス	ベーシック2 10:00-11:30 高橋香 陰ヨガ 13:00-14:30 吉瀬美穂 ベーシック2 19:30-21:00 落合未和子	産後 10:00-11:30 高橋香 オープン 13:00-14:30 伊藤英美	ベーシック1 10:00-11:30 吉瀬美穂 ベーシック2 13:00-14:30 吉瀬美穂 オープン 19:30-21:00 小川万里				
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) 15:00-16:30 馬場健一					

○急な休講や中止については、サトヴィカのfacebookでお知らせいたします。  
 ○陰ヨガ、ベーシック1、ベーシック2、オープン、エネルギー療法の定員は12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(木曜9時クラス・特別クラスを除く)  
 ○予約キャンセルされる際は、web(2日前まで)、それ以降はメールで必ずご連絡ください。