

サトヴィカ・ヨガスクール 4月レッスンスケジュール

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|----------|--|---|--|---|--|---|---|
| 一般クラス | <p>【シリーズクラス】経絡ヨガ入門 加藤香耶 4/6(金)スタート全3回</p> <p>4/15(日)【シリーズクラス】呼吸法(プラーナーヤーマ) 全1回 加藤香耶</p> | | | <p>○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。</p> <p>○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。</p> <p>○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・一部特別クラス・一部ワークショップを除く)</p> <p>○予約キャンセルされる際は、web手続き(2日前まで)、それ以降はメールで必ずご連絡ください。</p> | | <p>ベーシック2 9:00-10:30 吉満美穂 オープン 11:00-12:30 小川万里(代講)</p> | |
| WS 特別クラス | <p>【リトリート】心も体もデトックス*癒しの宿で新緑のヨガリトリート 加藤香耶・馬場健一 4/28(土)4/29(日)</p> | | | | | | |
| 一般クラス | <p>ベーシック2 10:00-11:30 加藤香耶 陰ヨガ 13:00-14:30 加藤香耶 ベーシック1 19:30-21:00 落合未和子</p> | <p>産後 10:00-11:30 高橋香 オープン 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 加藤香耶</p> | <p>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 加藤香耶 ベーシック2 13:00-14:30 吉満美穂 陰ヨガ 19:30-21:00 加藤香耶</p> | <p>オープン 10:00-11:30 高橋香</p> | <p>オープン 9:00-10:30 加藤香耶 ベーシック1 11:00-12:30 吉満美穂 ベーシック2 13:00-14:30 高橋香 陰ヨガ 15:00-16:30 加藤香耶</p> | <p>ベーシック2 9:00-10:30 吉満美穂 オープン 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&メディテーション) 14:00-15:30 馬場健一 陰ヨガ30分付</p> | <p>【シリーズクラス】経絡ヨガ入門① 13:00-16:00</p> | <p>【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</p> | |
| 一般クラス | <p>ベーシック2 10:00-11:30 加藤香耶 陰ヨガ 13:00-14:30 加藤香耶 ベーシック1 19:30-21:00 落合未和子</p> | <p>産後 10:00-11:30 高橋香 オープン 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 加藤香耶</p> | <p>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 加藤香耶 ベーシック2 13:00-14:30 吉満美穂 陰ヨガ 19:30-21:00 加藤香耶</p> | <p>オープン 10:00-11:30 高橋香</p> | <p>オープン 9:00-10:30 加藤香耶 ベーシック1 11:00-12:30 吉満美穂 ベーシック2 13:00-14:30 高橋香 陰ヨガ 15:00-16:30 加藤香耶</p> | <p>ベーシック2 9:00-10:30 吉満美穂 オープン 11:00-12:30 高橋香</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】経絡ヨガ入門② 13:00-16:00</p> | <p>【WS】サットサンガ瞑想会 17:30-19:30 諏訪美奈子</p> | |
| 一般クラス | <p>ベーシック2 10:00-11:30 加藤香耶</p> | <p>産後 10:00-11:30 高橋香 オープン 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 加藤香耶</p> | <p>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 加藤香耶 ベーシック2 13:00-14:30 吉満美穂 陰ヨガ 19:30-21:00 加藤香耶</p> | <p>オープン 10:00-11:30 高橋香</p> | <p>オープン 9:00-10:30 加藤香耶 ベーシック1 11:00-12:30 吉満美穂 ベーシック2 13:00-14:30 高橋香</p> | <p>ベーシック2 9:00-10:30 加藤香耶(代講) オープン 11:00-12:30 加藤香耶(代講)</p> |
| WS 特別クラス | <p>【特別クラス】新月のヨガ 月礼拝と陰ヨガ&メディテーション(女性のみ) 13:00-14:30 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&メディテーション) 14:00-15:30 馬場健一</p> | <p>【シリーズクラス】経絡ヨガ入門③ 13:00-16:00 【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</p> | | <p>【特別クラス】ティーヒーリング(陰ヨガ&メディテーション) 18:00-19:30 加藤香耶</p> <p>【サトヴィカ手芸部・菓草部】ひまし油&ホワイトセージのクリーム作り ・パワーストーンのプレスレット作り 14:00-16:00 加藤香耶</p> |
| 一般クラス | <p>ベーシック2 10:00-11:30 加藤香耶 陰ヨガ 13:00-14:30 加藤香耶 ベーシック1 19:30-21:00 落合未和子</p> | <p>産後 10:00-11:30 高橋香 オープン 13:00-14:30 高橋香</p> | <p>ベーシック1 10:00-11:30 吉満美穂(代講)</p> | <p>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 加藤香耶 ベーシック2 13:00-14:30 吉満美穂 陰ヨガ 19:30-21:00 加藤香耶</p> | <p>オープン 10:00-11:30 高橋香</p> | <p>オープン 9:00-10:30 高橋香(代講) ベーシック1 11:00-12:30 吉満美穂</p> | <p>ベーシック2 9:00-10:30 吉満美穂 オープン 11:00-12:30 高橋香</p> |
| WS 特別クラス | | | | | | <p>心も体もデトックス*癒しの宿で新緑のヨガリトリート ◎奥多摩御岳山 加藤香耶・馬場健一</p> | |
| 一般クラス | <p>ベーシック2 10:00-11:30 落合未和子</p> | <p>・特別クラス ※回数教券、マンスリーパスでご参加可能です 4日(水)7日(土)18(水)20日(金) 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 ※4日は陰ヨガ30分付 11日(水)近座の会 馬場健一・加藤香耶 16日(月)新月のヨガ 月礼拝と陰ヨガ&メディテーション(女性のみ) 加藤香耶 21日(土)ティーヒーリング(陰ヨガ&メディテーション) 加藤香耶 30日(月・祝)満月の陰ヨガ×エネルギー療法「於血取り&骨盤調整」 加藤香耶・馬場健一</p> | | | | | |
| WS 特別クラス | <p>【特別クラス】満月の陰ヨガ&エネルギー療法(於血取り骨盤調整) 14:00-16:00 加藤香耶×馬場健一</p> | <p>ワークショップ 14日(土)サットサンガ瞑想会 諏訪美奈子 22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 【サトヴィカ菓草部】ひまし油&ホワイトセージのクリーム作り</p> | | | | | |