

サトヴィカ・ヨガスクール 5月レッスンスケジュール

	月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5	6
一般 クラス	5/11(金)スタート 【シリーズクラス】 ヨガ哲学入門 全3回 アーサナパーシク ク 全6回 ご予約受付中です	産後 10:00-11:30 高橋香 オープン 13:00-14:30 高橋香	ベーシック1 10:00-11:30 加藤香耶	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	休校	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 9:00- 10:30 吉満美穂 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) 陰ヨガ30分付 14:00-15:30 馬場健一	4/30-5/6までは ゴールデンウィーク特別スケジュールになります		【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) 18:00-19:30 加藤香耶		
一般 クラス		産後 10:00-11:30 高橋香 オープン 13:00-14:30 高橋香	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	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	ベーシック2 10:00- 11:30 高橋香	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	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
WS 特別クラス			【特別クラス】 近座の会 14:00-15:30 馬場健一・加藤香耶		【シリーズクラス】 ヨガ哲学入門① 12:30-15:30 アーサナパーシク① 15:30-18:30 【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	【WS】 サットサンガ瞑想会 17:30-19:30 諏訪美 奈子	【WS】 ディープリラックス 17:00-19:00 水落香澄
一般 クラス		産後 10:00-11:30 高橋香 オープン(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 加藤香耶 ベーシック2 19:30- 21:00 加藤香耶	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	ベーシック2 10:00- 11:30 高橋香	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	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
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) 14:00-15:30 馬場健一			【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) 18:00-19:30 加藤香耶	【森林セルフケア】 ナチュラルアーシング体 験会@東高根森林公園 9:30 馬場健一 【特別クラス】 陰ヨガ×エネルギー療法 瘀血取り&骨盤調整 14:00-16:00 加藤香耶 ×馬場健一
一般 クラス		産後 10:00-11:30 高橋香 オープン 13:00-14:30 高橋香	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)	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	ベーシック2 10:00- 11:30 高橋香	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	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
WS 特別クラス					【シリーズクラス】 ヨガ哲学入門② 12:30-15:30 アーサナパーシク② 15:30-18:30	【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	
一般 クラス		産後 10:00-11:30 高橋香 オープン(満月のヴィン 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	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	ベーシック2 10:00- 11:30 高橋香		
WS 特別クラス			【特別クラス】 陰ヨガ&エネルギー療法 (瘀血取り&骨盤調整) 14:00-16:00 加藤香耶 ×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・一部特別クラス・一部ワークショップを除く)

○予約キャンセルされる際は、web手続き(2日前まで)、

***特別クラス ※回数券、マンズリーパスでご参加可能です**

2日(水) 11日(金) 16日(水) 26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
※2日は陰ヨガ30分付
9日(水) 近座の会 馬場健一・加藤香耶
15日(火) 新月のヴィンヤサ 高橋香
5日(土) 19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
20日(日) 【森林セルフケア】ナチュラルアーシング体験会 馬
場健一
20日(日) 30日(水) 陰ヨガ×エネルギー療法 加藤香耶×馬場
健一
29日(火) 満月のヴィンヤサ 高橋香

***ワークショップ**

1 2日(土) サットサンガ瞑想会 諏訪美奈子
1 3日(日) ディープリラックス 水落香澄