

千葉日曜コース・津田沼月曜コース・津田沼水曜コース

千葉スタジオ／日曜日16:30-20:30

2019年4月21日	イントロダクション(ヨガ哲学Ⅰ)	MIZUE
2019年4月28日	—	—
2019年5月5日	—	—
2019年5月12日	ヨガとリラクゼーション	MITSUYO
2019年5月19日	呼吸法	KYOKO
2019年5月26日	流派(リストラティブ)/道具の使い方	MITSUYO
2019年6月2日	アーユルヴェーダⅠ	KAZUYA
2019年6月9日	瞑想	MIMO
2019年6月16日	マントラとチャクラ	CHIKA
2019年6月23日	浄化法	MIMO
2019年6月30日	バンダ	MIZUE
2019年7月7日	アーユルヴェーダⅡ+ヨガ料理	KAZUYA
2019年7月14日	ヨガ哲学Ⅱ	MIZUE
2019年7月21日	ヨガ哲学Ⅲ	MIZUE
2019年7月28日	ヨガ哲学Ⅳ	MIZUE
2019年8月4日	予備日(卒業試験含む)	MIZUE

津田沼スタジオ／月曜日10:00-14:00

2019年4月22日	イントロダクション(Basic-1)	MIZUE
2019年4月29日	解剖学Ⅰ	HINA
2019年5月6日	—	—
2019年5月13日	解剖学Ⅱ	HINA
2019年5月20日	アサナ(Basic-2)	MIZUE
2019年5月27日	アサナ(Basic-3)	MIZUE
2019年6月3日	アサナ(Basic-4)	MIZUE
2019年6月10日	アサナ(Basic-5)	MIZUE
2019年6月17日	アサナ(Basic-6)	MIZUE
2019年6月24日	アサナ(Basic-7)	MIZUE
2019年7月1日	アサナ(Basic-8)	MIZUE
2019年7月8日	アサナ(Basic-9)	MIZUE
2019年7月15日	—	—
2019年7月22日	アサナ(Basic-10)	MIZUE
2019年7月29日	指導演習1	MIZUE
2019年8月5日	予備日(卒業試験含む)	MIZUE

津田沼スタジオ／水曜日12:00-16:00

2019年4月3日	イントロダクション(Basic-1)	MIZUE
2019年4月10日	解剖学Ⅰ	HINA
2019年4月17日	解剖学Ⅱ	HINA
2019年4月24日	アサナ(Basic-2)	MIZUE
2019年4月30日	—	—
2019年5月8日	アサナ(Basic-3)	MIZUE
2019年5月15日	アサナ(Basic-4)	MIZUE
2019年5月22日	アサナ(Basic-5)	MIZUE
2019年5月29日	アサナ(Basic-6)	MIZUE
2019年6月5日	アサナ(Basic-7)	MIZUE
2019年6月12日	アサナ(Basic-8)	MIZUE
2019年6月19日	アサナ(Basic-9)	MIZUE
2019年6月26日	アサナ(Basic-10)	MIZUE
2019年7月3日	指導演習1	MIZUE
2019年7月10日	イントロダクション(指導演習Ⅱ)	MIZUE
2019年7月17日	アサナ(Advance-1)	MIZUE
2019年7月24日	アサナ(Advance-2)	MIZUE
2019年7月31日	アサナ(Advance-3)	MIZUE
2019年8月7日	アサナ(Advance-4)	MIZUE

2019年8月11日	—	—
2019年8月18日	イントロダクション(Basic-1)	MIZUE
2019年8月25日	解剖学Ⅰ	HINA
2019年9月1日	アサナ(Basic-2)	MIZUE
2019年9月8日	解剖学Ⅱ	HINA
2019年9月15日	アサナ(Basic-3)	MIZUE
2019年9月22日	アサナ(Basic-4)	MIZUE
2019年9月29日	アサナ(Basic-5)	MIZUE
2019年10月6日	アサナ(Basic-6)	MIZUE
2019年10月13日	—	—
2019年10月20日	アサナ(Basic-7)	MIZUE
2019年10月27日	アサナ(Basic-8)	MIZUE
2019年11月3日	—	—
2019年11月10日	アサナ(Basic-9)	MIZUE
2019年11月17日	アサナ(Basic-10)	MIZUE
2019年11月24日	指導演習1	MIZUE
2019年12月1日	予備日(卒業試験含む)	MIZUE

2019年8月12日	—	—
2019年8月19日	イントロダクション(指導演習Ⅱ)	MIZUE
2019年8月26日	アサナ(Advance-1)	MIZUE
2019年9月2日	アサナ(Advance-2)	MIZUE
2019年9月9日	アサナ(Advance-3)	MIZUE
2019年9月16日	アサナ(Advance-4)	MIZUE
2019年9月23日	アサナ(Advance-5)	MIZUE
2019年9月30日	ヨガと怪我	HINA
2019年10月7日	ヨガと筋膜	JIN
2019年10月14日	—	—
2019年10月21日	流派(沖ヨガ/シヴァナンダ)	SANO/NANA
2019年10月28日	アサナ(Advance-6)	MIZUE
2019年11月4日	—	—
2019年11月11日	アサナ(Advance-7)	MIZUE
2019年11月18日	アサナ(Advance-8)	MIZUE
2019年11月25日	アサナ(Advance-9)	MIZUE
2019年12月2日	予備日(卒業試験含む)	MIZUE

2019年8月13日	—	—
2019年8月21日	アサナ(Advance-5)	MIZUE
2019年8月28日	アサナ(Advance-6)	MIZUE
2019年9月4日	アサナ(Advance-7)	MIZUE
2019年9月11日	ヨガと筋膜	JIN
2019年9月18日	ヨガと怪我	HINA
2019年9月25日	アサナ(Advance-8)	MIZUE
2019年10月2日	アサナ(Advance-9)	MIZUE
2019年10月9日	流派(沖ヨガ/シヴァナンダ)	SANO/NANA
2019年10月16日	予備日(卒業試験含む)	MIZUE
2019年10月23日	イントロダクション(バンダ)	MIZUE
2019年10月30日	マントラとチャクラ	CHIKA
2019年11月6日	アーユルヴェーダⅠ	KAZUYA
2019年11月13日	瞑想	MIMO
2019年11月20日	浄化法	MIMO
2019年11月27日	アーユルヴェーダⅡ+ヨガ料理	KAZUYA
2019年12月11日	予備日(卒業試験含む)	MIZUE

2020年1月5日	イントロダクション(指導演習Ⅱ)	MIZUE
2020年1月12日	アサナ(Advance-1)	MIZUE
2020年1月19日	アサナ(Advance-2)	MIZUE
2020年1月26日	アサナ(Advance-3)	MIZUE
2020年2月2日	アサナ(Advance-4)	MIZUE
2020年2月9日	アサナ(Advance-5)	MIZUE
2020年2月16日	ヨガと怪我	HINA
2020年2月23日	ヨガと筋膜	JIN
2020年3月1日	流派(沖ヨガ/シヴァナンダ)	SANO/NANA
2020年3月8日	アサナ(Advance-6)	MIZUE
2020年3月15日	アサナ(Advance-7)	MIZUE
2020年3月22日	アサナ(Advance-8)	MIZUE
2020年3月29日	アサナ(Advance-9)	MIZUE
2020年4月5日	予備日(卒業試験含む)	MIZUE

2020年1月6日	イントロダクション(ヨガ哲学Ⅰ)	MIZUE
2020年1月13日	ヨガ哲学Ⅱ	MIZUE
2020年1月20日	ヨガ哲学Ⅲ	MIZUE
2020年1月27日	ヨガ哲学Ⅳ	MIZUE
2020年2月3日	呼吸法	KYOKO
2020年2月10日	マントラとチャクラ	CHIKA
2020年2月17日	アーユルヴェーダⅠ	KAZUYA
2020年2月24日	瞑想	MIMO
2020年3月2日	浄化法	MIMO
2020年3月9日	アーユルヴェーダⅡ+ヨガ料理	KAZUYA
2020年3月16日	流派(リストラティブ)/道具の使い方	MITSUYO
2020年3月23日	バンダ	MIZUE
2020年3月30日	ヨガとリラクゼーション	MITSUYO
2020年4月6日	予備日(卒業試験含む)	MIZUE

2020年1月8日	イントロダクション(Basic-1)	MIZUE
2020年1月15日	解剖学Ⅰ	HINA
2020年1月22日	アサナ(Basic-2)	MIZUE
2020年1月29日	解剖学Ⅱ	HINA
2020年2月5日	アサナ(Basic-3)	MIZUE
2020年2月12日	アサナ(Basic-4)	MIZUE
2020年2月19日	アサナ(Basic-5)	MIZUE
2020年2月26日	アサナ(Basic-6)	MIZUE
2020年3月4日	アサナ(Basic-7)	MIZUE
2020年3月11日	アサナ(Basic-8)	MIZUE
2020年3月18日	アサナ(Basic-9)	MIZUE
2020年3月25日	アサナ(Basic-10)	MIZUE
2020年4月1日	指導演習1	MIZUE
2020年4月8日	予備日(卒業試験含む)	MIZUE

※津田沼水曜コースの講義系ブロックのうち 哲学Ⅰ-Ⅳ、呼吸法、リストラティブは津田沼月曜コース、または千葉日曜コースで受講になります。

※2020年1月～分及び、水曜2019年10月23日以降講義日及び内容は未確定です

※都合により講義内容の変更がある場合があります。事前のお知らせを致しますが、振替受講の方は特にお気をつけ下さい