

3

March 2021

Radha Krishna Ashram

MON

TUE

WED

THU

FRI

SAT

SUN

**1**  
9:00 モーニングプージャ(Misato)  
10:00 沖ヨガ120 (Aki)

**2**

**3**  
9:00 モーニングプージャ(Aki)  
10:00 健康ヨガ90 (Kozue)  
12:30 - 14:00《読合わせシェア会》  
**バガヴァット・ギター**  
19:00 夜ヨガ90 (Yumi)

**4**  
9:00 モーニングプージャ(Kozue)

**5**

**6** 下弦の月  
9:00 モーニングプージャ(Yosuke)  
10:00 沖ヨガ120 (Yumi)

**7**

**8**  
『ヨーガと氣愛味噌づくり』  
～立春から春分へ～  
9:00 モーニングプージャ(Misato)  
10:00 沖ヨガ120 (Aki)  
13:00 - 14:30 氣愛味噌仕込み

**9**

**10**  
9:00 モーニングプージャ(Aki)  
10:00 健康ヨガ90 (Kozue)

**11**  
15:00 - 準備  
17:00 - 19:00《ヒンドゥー祭祀》  
**マハ・シヴァラートリ**  
～シヴァ神を讃えるお祭り～

**12**

**13** 新月  
9:30 - 祭壇お掃除ヨガ  
11:00 - 13:30  
プージャから始まる  
**オーム・チャンティング**

**14** 9:00プージャ(Yosuke)  
10:00 沖ヨガ120 (Ayaka)  
12:30 極楽リセット60 (Hiroko)  
11:00 - 15:00 1Day Restaurant  
**スーリヤ・デーヴ**  
～南インドスタイル・カレー屋～

**15**  
9:00 モーニングプージャ(Misato)  
10:00 沖ヨガ120 (Aki)

**16**

**17**  
9:00 モーニングプージャ(Aki)  
10:00 健康ヨガ90 (Kozue)

**18**  
9:00 モーニングプージャ(Kozue)  
10:00 沖ヨガ120 (Miwa)  
Salon room Rental

**19**

**20** 春分の日  
春分スペシャルクラス  
10:00 - 13:00  
『春を探しにお散歩ヨガ冥想』  
～春のカレー会～

**21** 上弦の月  
13:00 - 16:00  
**バジャン会♪**  
～ 神様を讃える歌 ～

**22**  
9:00 モーニングプージャ(Misato)  
10:00 沖ヨガ120 (Aki)

**23**

**24**  
9:00 モーニングプージャ(Aki)  
10:00 健康ヨガ90 (Kozue)  
12:30 - 14:00《読合わせシェア会》  
**バガヴァット・ギター**  
19:00 夜ヨガ90 (Yumi)

**25**  
9:00 モーニングプージャ(Kozue)  
10:00 沖ヨガ120 (Miwa)  
Salon room Rental

**26**

**27**  
9:00 モーニングプージャ(Yosuke)  
10:00 沖ヨガ120 (Ayaka)  
12:30 極楽リセット60 (Ayaka)

**28****29** 満月**30****31**

《 クラス参加 》はご予約制です／前日19時まで受付  
《 プージャ 》ヒンドゥーのお祈りの時間 どなたでもご参拝いただけます／女性の方は頭にかぶるショールを持参ください  
《 スペシャルクラス&ヒンドゥーの祭事 》詳細は Instagram、Facebookをご覧ください  
《 1Day Restaurant & CAFE 》キッチン&サロンルームにて、ハッピーベジタリアンをテーマに  
テーマに様々なシェフがお越しくださり、飲食営業をしております！