

レッスン 時間割表

- | | |
|---|---|
|  一般クラス (必要チケット枚数: 2枚) |  ワークショップクラス (必要チケット枚数: 3枚) |
|  初心者クラス (必要チケット枚数: 2枚) |  座学クラス (必要チケット枚数: 2枚) |
|  指導者向けクラス (必要チケット枚数: 4枚) |  ビジネスクラス (必要チケット枚数: 4枚) |

9月21日 (土)									
	F205	F201		F203	F202	ホワイエ	ラウンジA	ラウンジB	座学/ビジネス
11:30 ~13:30	自主練習を育む ワークショップ [21A2]  吉川めい	陽ヨガ 「クラウチングライオン・ フライングドラゴン」 [21B2]  サイモン ロー	11:00 ~12:30	首と肩のためのヨガ [21D2]  ドミニカ芹々野	基礎から学ぶ呼吸法と瞑想。 深い呼吸とその効果を 実感してみよう！ [21C2]  シュミツ千栄子	アシュタंगाヨガ ハーフプライマリー レッド+フルプライマリーへの扉 [21G2]  Momo	女性がもっとキレイで 幸せになるヨガ [21F2]  森脇じゅん (旧姓: ミヤケ・純)	マイ (私・舞) ヨガ ~Body・Heart・ Soulの原点~ [21H2]  CoCo Zhu	ヨガ指導と スタジオ経営について [21Z2]  ケンハラクマ
				立位のポーズを学び、 異なるアーサナ 全てに活かす90分 [21D3]  ヤスシ	ヨガって何？ (ヨガ歴1年未満の方限定) [21C3]  綿本彰	腕は肩甲骨から動かし。 [21G3]  坂東 イキ	女性のための 月経血コントロールヨガ [21H3]  仁平美香	アシュタंगाヨガ ビギナーズクラス [21F3]  原田陽子	マクロビオティックの取り組み方や 陰陽についてのお話 [21Z3]  中島デコ
14:00 ~16:00	SHIHO×ケン・ハラクマ スペシャルクラス [21B3]  SHIHO	リストラティブヨガ ~リラックスと解剖学~ [21A3]  chama	15:00 ~16:30	ミラクルくるくるくるくるヨガ 第三弾 [21G4]  RYUZI (羽山隆次)	リザ・ロウィッツによる リストラティブヨガワークショップ [21D4]  Leza Lowitz	バーナヨガ <ダイナミック・クレンジング> [21H4]  ジョン・オギルビー	アライメントの基本 [21C4]  ドミニカ芹々野	ヒーリング・ラブ: 生命力の根本につながる 呼吸とムーブメントと瞑想 [21F4]  大内雅弘	ロールフing(R)に学ぶ 幸せな筋骨のためのレシビ [21Z4]  扇谷孝太郎
				ケンハラクマの 指導者特別クラス (ハタヨガの指導方法) [21D5]  ケンハラクマ	思いやりの心をもつ ~ヴィンヤサフロー・アーサナ、 マントラ、瞑想 [21C5]  Leza Lowitz	マタニティ・ヨガの 知恵から学ぶ女性の為の ヨガ講座 [21H5]  片岡まりこ	視野を広げる 「重力の芸術」 [21F5]  キミ	ハタヨガ [21G5]  大友麻子	アナミック骨盤ヨガ イントロダクションクラス (アサナクラス) [21Z5]  内田かつり
16:30 ~18:30	股関節360度 [21B4]  マスター・スガカー	ヨガクックアーツ: フロー・テクニク [21A4]  ダンカン・ウォン	17:00 ~18:30						

9月22日 (日)									
	F203	F201		F205	F202	ホワイエ	ラウンジA	ラウンジB	座学/ビジネス
9:00 ~11:00	アシュタंगाヨガ フルプライマリーレッド [22A1]  ケンハラクマ	アーサナと呼吸の解剖学 [22B1]  中村尚人	9:00 ~10:30	ペインレス ペルヴィス フロー Painless Pelvic Flow [22F1]  マスター・スガカー	初心者向けクラス 「誰もが味わえる yogaの醍醐味」 [22C1]  峯岸道子	セラピーヨガ ~痛みのない肩周り・肩甲骨 [22H1]  Viha	キレイになるヨガ [22D1]  つぐみ	挑戦してみよう！ ハンドバランス [22G1]  イーサンリー	ヨガ・ボディワークス系 通訳になりたい人のための 基礎講座 [22Z1]  渡瀬 ひとみ
				瞑想ヨガ [22D2]  綿本彰	シヴァナンダヨガ [22C2]  ひかる	チャクラ・ チューニングクラス [22G2]  ジュルス・フェブレ	チベットハートヨガシリーズ2、 マハムドラー [22F2]  Norika	リッパ ~アーサナの王と 女王を楽しむ [22H2]  乳井 真介	ヨガをビジネスとして考える 「実践的ウェブマーケティング」 [22Z2]  杉田裕一
11:30 ~13:30	「ウェストにシグマラインを 生み出す肩甲骨と 骨盤操作」 [22B2]  峯岸道子	感、愛、射 [22A2]  マック久美子	13:00 ~14:30	ブロードウェイ・ヨガ [22G3]  Will Blunderfield	アーユルヴェーダooooーガ [22C3]  西川真知子	「動」の中で自分を 再発見してみよう [22F3]  ロベルトミッレティー	自然を感じて ~moon & sea ヨガ [22H3]  田中律子	楽しいハタヨガ2013 ~呼吸に大切に！ 骨盤底筋！！~ [22D3]  太田美枝子	野外ヨガイベント集客のノウハウ ~つなぐこと~ [22Z3]  石原来美
				みんなのアシュタंगाヨガ [22D4]  chama	ヨガニードラ [22C4]  マック久美子	テンセグリティー・ヨガ [22H4]  A C O	ココロがやさしくなるヨガ [22G4]  佐藤 ゴウ	Priya Vinyasa Yoga (フリース・ヴィンヤサ・ヨガ) [22F4]  キム・ヒュン	ヨガ指導者のための アーユルヴェーダ (座学) [22Z4]  ひかる
14:00 ~16:00	あなたのヨガを 深めるための 「アシスト・アジャストメント」 WS [22B3]  中島正明	ヴァイクンタヨガ ~予防医療としての 新しいヨガの形~ [22A3]  坂東 イキ	15:00 ~16:30	瞑想を深めるための 陰ヨガポーズ [22H5]  ジャネット・ラウ	癒しの陰ヨガ & ヨガニードラ [22D5]  GORI宮下	目覚めよ、体！ ~アーサナ上達メソッド~ [22F5]  小神瑠璃子/池川亜矢子	ウィバリタカラニードラ: 練習と人生に自信を [22C5]  バトリック・オアシア/堀江 里子	音とYOGA [22G5]  チェンミン	ヨガ指導者のための アーユルヴェーダ (座学) [22Z5]  橋村伸也
				YOGA SHOW [22B4]  西浦莉紗 Will Blunderfield 池田 美千瑠/峯岸道子	ヨガを人生に生かす [22A4]  ドミニカ芹々野				
16:30 ~18:30			17:00 ~18:30						

9月23日 (月・祝)									
	F205	F203		F201	F202	ホワイエ	ラウンジA	ラウンジB	座学/ビジネス
9:00 ~11:00	伝統的マントラ瞑想の PCM純粋意識瞑想への アプローチ [23A1]  シュミツ千栄子	瞑想に向けてのハタクラス [23B1]  ひかる	9:00 ~10:30	セラピーヨガ ~快適な後屈 [23H1]  Viha	初心者の為の アシュタंगाヨガ [23C1]  ケンハラクマ	ハタヨガ ~自信と勇気を身につける~ [23G1]  佐久間涼子	Flow Pilates [23F1]  関口智弘	Vinyasa flow ~Awakening the prana and opening the heart~ [23D1]  Sebastian	chama & TYGに 聞いてみよう。 [23Z1]  chama
				ヨガフロークラス [23F2]  柳本和也	ヨガの基礎を 体感するクラス [23C2]  吉川めい	Dextox Your Body and Mind with Kundalini Yoga [23G2]  Gloria Latham	ハタ・クンダリーニ [23D2]  橋本光	ハートチャクラを開く [23H2]  デビッド・ウェイ	マントラ・チャントングと 瞑想ワークショップ [23Z2]  ニチアナ・トウドウ
11:30 ~13:30	異なるアーサナを体験し、 共通するメソッドを学ぶ 120分 [23A2]  ヤスシ	フェニックス・ライズン・ ヨガセラピー [23B2]  三浦健志郎	13:00 ~14:30	プラナフロー [23G3]  Haider Ali	力を抜いて力が出る？ 脱力 & 流体パワーを 体感するヨガの実践 [23C3]  中島正明	身近な人にヨガを 教えてみよう！ [23F3]  鈴木まゆみ	HATHAYOGA DEEP BREATH FLOW [23D3]  赤沼直美	Budokon Yoga プライマリーシリーズ [23H3]  ドナートヘルプリング	ヨガビジネス講座 『セルフブランディングと PRについて』 [23Z3]  酒造 博明 (MIKIZO)
				Active REST & 陰ヨガ [23G4]  野沢和香	ヨガクックアーツ・ヴィンヤサフローを 楽しむ！ [23F4]  ダンカン・ウォン	五大母音 チャントングによる チャクラメディテーション・ヨガ [23D4]  橋本光	プラーナと繋がる プレスポイント [23C4]  三浦健志郎	スティラ・スクラム・アーサナ: コアとなる基礎 [23H4]  堀江 里子	超脳トレヨガ 眠っている脳の 97パーセントが目覚めるヨガ [23Z4]  西川真知子
14:00 ~16:00	ケンハラクマ & 吉川めい スペシャルコラボ [23A3]  ケンハラクマ / 吉川めい	heart will open [23G3]  綿本彰 Will Blunderfield	15:00 ~16:30						