日本ヨーガ禅道友会　本部定例研修会

2026 年 9 月予定表　会場：鶴林山　眞福寺（京都市伏見区桃山町鍋島２８－１）

土曜日〈実技研修〉13：30～15：30			日曜日〈実技研修・サンスクリット講座〉13：30～15：30		
月	日	担当	月	日	担当
9月	5	井上信男	9月	6	丹羽順子
	１２	野﨑雅代 （ヨーガ禅を深めよう）		１３	横田成子
	１９	松本ゆみ		２０	福島正人
	２６	黄瀬史子		２７	神田唯美子 （サンスクリットに親しむ）

☆９月６日（日）佐保田鶴治先生祥月御命日の墓参会

・宝塔寺に 10 時にお集まりください（申込不要）。
・昼食会はありません。

〈ヨーガ禅を深めよう〉
テーマを決めた講義や実技、質疑応答も交えながらじっくり学んでいく研修です。
9 月 12 日(土)　講師：野﨑雅代　　アナンタ・アーサナ（アナンタの体位）
ハヌマーン・アーサナ（猿王の体位）
アーサナの押さえどころを意識しながら丁寧に取り組みます。
（担当以外の講師からも「気づき」につながるようお声掛けすることもあります）

〈サンスクリットに親しむ〉
「般若心経」をサンスクリットの原語で読み、１つ１つ単語の意味を文法から読み解き深くあじわいます。
9 月 27 日(日)　講師：神田唯美子

〈学習会〉
『バガヴァッド・ギーター』に見られる仏教思想
9 月 27 日(日)　10:00～12:00
講師：西尾秀生先生

〈理論研修〉
「ヨーガ・スートラ勉強会」
9 月 20 日(日)　12:15～13:15　講師：福島正人
参加費：会員 500 円／非会員 1,000 円

・各講座予約は不要です。当日会場にお越しください。
・午前午後参加の方は会場で昼食をとっていただけます。ご持参ください。
・午後の講座終了後にお茶をご用意しております。講師に質問などがありましたら、お気軽にお話しください。
・参加費　会員 1,000 円（午前午後 1,500 円）／非会員 1,500 円（午前午後 3,000 円）

◆予定表はホームページからダウンロードできます。
◆担当講師の予定は、予告なく変更になる場合があります。予めご了承ください。
◆お車でお越しの方は専用駐車場がございませんので、近くのパーキングをご利用ください。
◆午前の講座は午前７時、午後の講座は午前 10 時現在、京都市に警報発令の場合はお休みです。
ホームページでご確認ください。

****

【参加費改定のお知らせ】

昨今の諸物価や運営経費の高騰に伴い、現行の参加費を維持することが困難な状況となりました。
つきましては本年１０月より下記の通り参加費を改定させていただきます。
皆様にはご負担をおかけいたしますが、今後とも当会の活動を安定的に継続していくため、
何卒ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。

〈改定後の参加費〉
会員 1,500 円（午前午後 2,500 円）／非会員 2,000 円（午前午後 3,500 円）

事務所　Tel：075-748-7722　Fax：075-748-7721
E-mail: jimukyoku@yogazen-doyu.com
ホームページ：https://www.yogazen-doyu.com ⇒

2026 年 6 月 26 日現在