

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 2 8 - 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
	1 2	野崎雅代 (ヨーガ禅を深めよう)		1 3	横田成子
	1 9	松本ゆみ		2 0	福島正人
	2 6	黄瀬史子		2 7	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：野崎雅代 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、お気軽にお話してください。
- ・ 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