

日本ヨーガ禅道友会 本部定例研修会

2026 年 10 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
10月	3	井上信男	10月	4	玻名城富士子
	10	中佐孝子		11	矢野妙子
	17	小田みゆき		18	神田唯美子 (サンスクリットに親しむ)
	24	お休み（教師会）		25	お休み（教師会）
	31	萬里小路和美			

〈学習会〉10月18日(日)・11月22日(日) 10:00～12:00

10月 『バガヴァッド・ギーター』に見られるサーンキャ思想
11月 『バガヴァッド・ギーター』に見られるヴィシュヌ信仰

講師：西尾秀生先生

〈サンスクリットに親しむ〉10月18日(日)・11月22日(日) 13:30～15:30

「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。

講師：神田唯美子

〈ヨーガ禅を深めよう〉11月8日(日) 13:30～15:30

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。
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)

講師：森真弓 ゴームカ・アーサナ（背中で握手する体位）

- ・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 1,500 円（午前午後 2,500 円）／一般 2,000 円（午前午後 3,500 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）／一般 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 9 月 6 日現在