

Zoom ライブ配信

夜の瞑想
追加決定

インドの首都ニューデリーが属するウッタープラデシュ州唯一のガンジス河聖地に位置するガナガンガ・バーラタ・ヨーガ・ニケタンにて、ラージャ・ヨーガ集中修行会を3年ぶりに開催いたしますが、この度現地参加出来ない方のために、朝の瞑想・アーサナ・呼吸法と夕方のアーサナ・呼吸法の Zoom 配信を行なうことになりました。参加ご希望の方は、日本ヨーガ・ニケタンのホームページからお申し込み下さい。

10月17日(月)ガナガンガ2日目

▶瞑想・アーサナ・呼吸法 (インド時間の6:00~10:00/日本時間の9:30~13:30)

参加費 5000円/0.5ポイント

▶アーサナ・呼吸法・夜の瞑想 (インド時間の15:00~18:15/日本時間の18:30~21:45)

参加費 3500円/0.5ポイント

10月18日(火)ガナガンガ3日目

▶瞑想・アーサナ・呼吸法 (インド時間の6:00~10:00/日本時間の9:30~13:30)

参加費 5000円/0.5ポイント

▶アーサナ・呼吸法・夜の瞑想 (インド時間の15:00~18:15/日本時間の18:30~21:45)

参加費 3500円/0.5ポイント