



YOGA TTC

集中合宿沖縄リトリート

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13 10:00-11:00 テンボディ クンダリーニヨガ 11:00 中間試験説明 40日クリヤスタート	14	15	16
17	18	19	20 ちか到着日	21 1日目 レインドロップ カップリング	22 2日目	23 3日目 クンダリーニヨガ 怒りの解放
24 休み	25 4日目	26 5日目	27 6日目	28 休み	29 休み	30 7日目 クンダリーニヨガ 第1チャクラ
やんばるリトリート泊						

12/2025 December

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
1 8日目	2 休み	3 9日目	4 10日目	5 休み	6 休み	7 ヨガ哲学WS 10-11:30 11日目
8	9 休み	10 帰る日	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

YOGA *Routine*



インテンション 意図

11月

○ 11/12 (水) 10:00-11:00 テンボディ クンダリーニヨガ YUKI試験

○ 11:00 中間試験とクリヤの説明 40日間クリヤスタート

○ 11/20 (木) ちか 沖縄到着 & チェックイン

1日目 11/21 (木) レインドロップ&カップング 朝10時-15時 場所：MIMIのスタジオ

2日目 11/22 (金) クンダリーニヨガと指導練習 朝10時-15時 場所：MIMIのスタジオ

3日目 11/23 (日) クンダリーニヨガ 朝10時-11時半 場所：MIMIのスタジオ
オンライン合同 怒りの解放

11/24 (月・祝日) 休み

4日目 11/25 (火) やんばる 朝10時 集合場所：MIMIのスタジオ

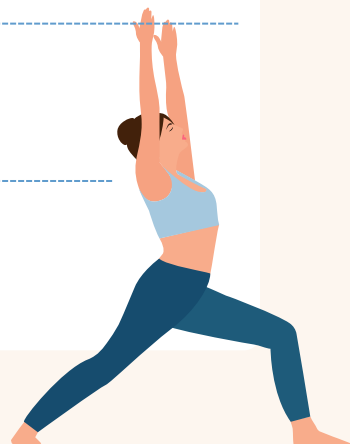
辺戸岬か大石林山：NLPアンカリング インディゴ宿泊9500円

5日目 11/26 (水) やんばる 朝10時 奥山原 奥やんばるの里宿泊+BBQ

6日目 11/27 (木) やんばる 朝10時 奥山原 帰る日
やんばる 湧水くみ

11/28 (金) 休み

11/29 (土) 休み



YOGA *Routine*



インテンション 意図

12月

7日目 11/30 (日) クンダリーニヨガと指導練習 朝10時-15時 場所：MIMIのスタジオ
オンライン合同 第1チャクラ

8日目 12/1 (月) クンダリーニヨガと指導練習 朝10時-15時 場所：MIMIのスタジオ
12/2 (火) 休み

9日目 12/3 (水) クンダリーニヨガと指導練習 朝10時-15時 場所：MIMIのスタジオ
オンライン合同 リバースクリヤ (潜在意識の大掃除 ハウスクリーニングシリーズ)

10日目 12/4 (木) NLP 朝10時-11時半 場所：MIMIのスタジオ

12/5 (金) 休み

12/6 (土) 休み

11日目 12/7 (日) さちこWS ヨガ哲学 朝10:00-11:30

12/8 (月) 予備日

12/9 (火) 休み

12/10 (水) 帰る日

