7月　2022　基礎理論・指導理論・実践プログラムスケジュール

TRUE NATURE MEDITATION

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
				1	2 基礎練習/SittingPractice60 8:30-9:30 塩本悠美子	3
		【瞑想理論_Level2】 集中実践 _Session1 10:00-13:30　常済園美			【瞑想理論_Level2】 集中実践 _Session1 10:00-13:30　塩本悠美子	【瞑想理論_Level2】 集中実践 _Session3 10:00-13:30　門廻慎一
					【ONLINE / 瞑想理論】 六波羅蜜_Session1 10:00-13:00 河津祐貴	【ONLINE / 瞑想理論】 六波羅蜜Session3 10:00-13:00 河津祐貴
					【瞑想理論_Level2】 集中実践 _Session2 14:30-18:00　宮崎央桂	【瞑想理論_Level2】 集中実践 _Session4 14:30-18:00　門廻慎一
					【ONLINE / 瞑想理論】 六波羅蜜_Session2 14:00-17:00 河津祐貴	【ONLINE / 瞑想理論】 六波羅蜜_Session4 14:00-17:00 河津祐貴
		基礎練習/Practice120 19:00-21:00 河津祐貴				基礎練習/Practice120 18:30-20:30 門廻慎一
4	5	6	7	8	9 基礎練習/SittingPractice60 8:30-9:30 塩本悠美子	10
		【瞑想理論_Level2】 集中実践 _Session2 10:00-13:30　常済園美	【瞑想理論_Level1】瞑想入門 _Session1 10:00-13:30 塩本悠美子		【ONLINE / 指導理論_Level3】 ダルマの伝え_Session1 10:00-13:00 河津祐貴	【ONLINE / 指導理論_Level3】 ダルマの伝え_Session3 10:00-13:00 河津祐貴
			【瞑想理論_Level1】瞑想入門 _Session2 14:30-18:00 塩本悠美子		【ONLINE / 指導理論_Level3】 ダルマの伝え_Session2 14:00-17:00 河津祐貴	【ONLINE / 指導理論_Level3】 ダルマの伝え_Session4 14:00-17:00 河津祐貴
【ONLINE】 ロジョン_ Mind TRAINING 19:30-20:45 河津祐貴		基礎練習/Practice120 19:00-21:00 河津祐貴				
11	12	13	14	15	16 基礎練習/SittingPractice60 8:30-9:30 塩本悠美子	17
		【瞑想理論_Level2】 集中実践 _Session3 10:00-13:30　常済園美	【瞑想理論_Level1】瞑想入門 _Session3 10:00-13:30 塩本悠美子			
			【瞑想理論_Level1】瞑想入門 _Session4 14:30-18:00 塩本悠美子			
【ONLINE】 ロジョン_ Mind TRAINING 19:30-20:45 河津祐貴		基礎練習/Practice120 19:00-21:00 河津祐貴				基礎練習/Practice120 18:30-20:30 塩本悠美子
18	19	20	21	22	23 基礎練習/SittingPractice60 8:30-9:30 塩本悠美子	24
		【瞑想理論_Level2】 集中実践 _Session4 10:00-13:30　常済園美	【指導理論_Level1】 グループセッション指導法_Session1 10:00-13:30 塩本悠美子		【瞑想理論_Level1】 瞑想入門 _Session1 10:00-13:30 河津祐貴	【瞑想理論_Level1】 瞑想入門 _Session3 10:00-13:30 河津祐貴
			【指導理論_Level1】 グループセッション指導法_Session2 14:30-18:00 塩本悠美子		【瞑想理論_Level1】 瞑想入門 _Session2 14:30-18:00 河津祐貴	【瞑想理論_Level1】 瞑想入門 _Session4 14:30-18:00 河津祐貴
【ONLINE】 ロジョン_ Mind TRAINING 19:30-20:45 河津祐貴	【ONLINE / 応用練習】 Study Group 19:00-21:00 河津祐貴	基礎練習/Practice120 19:00-21:00 河津祐貴				
25	26	27	28	29	30 基礎練習/SittingPractice60 8:30-9:30 塩本悠美子	31
			【指導理論_Level1】 グループセッション指導法_Session3 10:00-13:30 塩本悠美子			
			【指導理論_Level1】 グループセッション指導法_Session4 14:30-18:00 塩本悠美子			
【ONLINE】 ロジョン_ Mind TRAINING 19:30-20:45 河津祐貴		基礎練習/Practice120 19:00-21:00 河津祐貴				

【デイリープログラム】はサイトにてご確認ください。https://truenature.jp/class-schedule/　　＊【ONLINE】オンライン受講限定とさせていただきます、スタジオ受講不可ですのでご注意ください。

8月　2022　基礎理論・指導理論・実践プログラムスケジュール

TRUE NATURE MEDITATION

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
1	2	3	4	5	6	7
					基礎練習/SittingPractice60 8:30-9:30 塩本悠美子	
					【瞑想理論_Level3】 マインドフルネス概論_Session1 10:00-13:30　塩本悠美子	【瞑想理論_Level3】 マインドフルネス概論_Session3 10:00-13:00　門廻慎一
					【ONLINE / 瞑想理論】 5つの智恵_Session1 14:00-17:00 河津祐貴	【ONLINE / 瞑想理論】 5つの智恵_Session3 14:00-17:00 河津祐貴
	【瞑想理論_Level4】 コンパション概論_Session1 14:00-17:30　宮﨑央桂				【瞑想理論_Level3】 マインドフルネス概論_Session2 14:30-18:00　門廻慎一	【瞑想理論_Level3】 マインドフルネス概論_Session4 14:30-18:00　門廻慎一
					【ONLINE / 瞑想理論】 5つの智恵_Session2 14:00-17:00 河津祐貴	【ONLINE / 瞑想理論】 5つの智恵_Session4 14:00-17:00 河津祐貴
【ONLINE】 ロジョン_ Mind TRAINING 19:30-20:45 河津祐貴		基礎練習/Practice120 19:00-21:00 河津祐貴				基礎練習/Practice120 18:30-20:30 塩本悠美子
8	9	10	11	12	13	14
					基礎練習/SittingPractice60 8:30-9:30 塩本悠美子	指導者養成実技試験 10:00-13:30
			【ONLINE /応用理論】 人生の輪_Session3 10:00-13:00 河津祐貴		【指導理論_Level1】 グループセッション指導法_Session1 10:00-13:30　宮﨑央桂	【指導理論_Level1】 グループセッション指導法_Session3 10:00-13:30　門廻慎一
			【瞑想理論_Level1】 瞑想入門 _Session1 10:00-13:30 塩本悠美子			
	【瞑想理論_Level4】 コンパション概論_Session2 14:00-17:30　宮﨑央桂		【ONLINE /応用理論】 人生の輪_Session4 14:30-18:00　河津祐貴		【指導理論_Level1】 グループセッション指導法_Session2 14:30-18:00　常住園美	【指導理論_Level1】 グループセッション指導法_Session4 14:30-18:00　門廻慎一
【ONLINE】 ロジョン_ Mind TRAINING 19:30-20:45 河津祐貴		基礎練習/Practice120 19:00-21:00 河津祐貴	【瞑想理論_Level1】 瞑想入門 _Session2 14:30-18:00 塩本悠美子			
15	16	17	18	19	20	21
					基礎練習/SittingPractice60 8:30-9:30 塩本悠美子	
			【瞑想理論_Level1】 瞑想入門 _Session3 10:00-13:30 塩本悠美子			
			【瞑想理論_Level1】 瞑想入門 _Session4 14:30-18:00 塩本悠美子			
【ONLINE】 ロジョン_ Mind TRAINING 19:30-20:45 河津祐貴		基礎練習/Practice120 19:00-21:00 河津祐貴				基礎練習/Practice120 18:30-20:30 門廻慎一
22	23	24	25	26	27	28
					基礎練習/SittingPractice60 8:30-9:30 塩本悠美子	
			【瞑想理論_Level2】 集中実践 _Session1 10:00-13:30　塩本悠美子		【瞑想理論_Level1】 瞑想入門 _Session1 10:00-13:30 河津祐貴	【瞑想理論_Level1】 瞑想入門 _Session3 10:00-13:30 河津祐貴
	【瞑想理論_Level4】 コンパション概論_Session3 14:00-17:30　宮﨑央桂		【瞑想理論_Level2】 集中実践 _Session2 14:30-18:00　塩本悠美子		【瞑想理論_Level1】 瞑想入門 _Session2 14:30-18:00 河津祐貴	【瞑想理論_Level1】 瞑想入門 _Session4 14:30-18:00 河津祐貴
【ONLINE】 ロジョン_ Mind TRAINING 19:30-20:45 河津祐貴	【ONLINE / 応用練習】 Study Group 19:00-21:00 河津祐貴	基礎練習/Practice120 19:00-21:00 河津祐貴				
29	30	31				
					基礎練習/SittingPractice60 8:30-9:30 塩本悠美子	
	【瞑想理論_Level4】 コンパション概論_Session4 14:00-17:30　宮﨑央桂					
【ONLINE】　ロジョン_ Mind TRAINING 19:30-20:45 河津祐貴		基礎練習/Practice120 19:00-21:00 河津祐貴				

【デイリープログラム】はサイトにてご確認ください。https://truenature.jp/class-schedule/

＊【ONLINE】オンライン受講限定とさせていただきます、スタジオ受講不可ですのでご注意ください。

9月　2022　基礎理論・指導理論・実践プログラムスケジュール

TRUE NATURE MEDITATION

Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun
			1	2	3	4
					基礎練習/SittingPractice60 8:30-9:30 塩本悠美子	
			【瞑想理論_Level2】 集中実践 _Session3 10:00-13:30　塩本悠美子		【瞑想理論_Level4】 コンパション概論_Session1 10:00-13:30　門廻慎一	【瞑想理論_Level4】 コンパション概論_Session3 10:00-13:30　　宮﨑央桂
					【ONLINE / 瞑想理論】 シャンバラ_Session1 14:00-17:00 河津祐貴	【ONLINE / 瞑想理論】 シャンバラ_Session3 14:00-17:00 河津祐貴
			【瞑想理論_Level2】 集中実践 _Session4 14:30-18:00　塩本悠美子		【瞑想理論_Level4】 コンパション概論_Session2 14:30-18:00　門廻慎一	【瞑想理論_Level4】 コンパション概論_Session4 14:30-18:00　塩本悠美子
					【ONLINE / 瞑想理論】 シャンバラ_Session2 14:00-17:00 河津祐貴	【ONLINE / 瞑想理論】 シャンバラ__Session4 14:00-17:00 河津祐貴
						基礎練習/Practice120 18:30-20:30 塩本悠美子
5	6	7	8	9	10	11
					基礎練習/SittingPractice60 8:30-9:30 塩本悠美子	【指導理論_Level 2】　プライベートセッション指導法_Session3 10:00-13:30 河津祐貴
	【瞑想理論_Level1】 瞑想入門 _Session1 10:00-13:30　宮﨑央桂		【瞑想理論_Level1】 瞑想入門 _Session3 10:00-13:30 塩本悠美子		【指導理論_Level 2】　プライベートセッション指導法_Session1 10:00-13:30 河津祐貴	【指導理論_Level 2】　プライベートセッション指導法_Session4 14:30-18:00 河津祐貴
	【瞑想理論_Level1】 瞑想入門 _Session2 14:30-18:00　宮﨑央桂		【瞑想理論_Level1】 瞑想入門 _Session4 14:30-18:00 塩本悠美子		【指導理論_Level 2】　プライベートセッション指導法_Session2 14:30-18:00 河津祐貴	指導者養成実技試験 14:30-18:00
【ONLINE】 ロジョン_ Mind TRAINING 19:30-20:45 河津祐貴		基礎練習/Practice120 19:00-21:00 河津祐貴				
12	13	14	15	16	17	18
					基礎練習/SittingPractice60 8:30-9:30 塩本悠美子	
		【瞑想理論_Level2】 集中実践 _Session1 10:00-13:30　常住園美	【指導理論_Level1】 グループセッション指導法_Session1 10:00-13:30　塩本悠美子			
			【指導理論_Level1】 グループセッション指導法_Session2 14:30-18:00　塩本悠美子			
【ONLINE】 ロジョン_ Mind TRAINING 19:30-20:45 河津祐貴		基礎練習/Practice120 19:00-21:00 河津祐貴				基礎練習/Practice120 18:30-20:30 門廻慎一
19	20	21	22	23	24	25
					基礎練習/SittingPractice60 8:30-9:30 塩本悠美子	
			【指導理論_Level1】 グループセッション指導法_Session3 10:00-13:30　塩本悠美子		【瞑想理論_Level1】 瞑想入門 _Session1 10:00-13:30 河津祐貴	【瞑想理論_Level1】 瞑想入門 _Session3 10:00-13:30 河津祐貴
		【瞑想理論_Level2】 集中実践 _Session2 10:00-13:30　常住園美	【指導理論_Level1】 グループセッション指導法_Session4 14:30-18:00　塩本悠美子		【瞑想理論_Level1】 瞑想入門 _Session2 14:30-18:00 河津祐貴	【瞑想理論_Level1】 瞑想入門 _Session4 14:30-18:00 河津祐貴
【ONLINE】 ロジョン_ Mind TRAINING 19:30-20:45 河津祐貴		基礎練習/Practice120 19:00-21:00 河津祐貴				
26	27	28	29	30		
					基礎練習/SittingPractice60 8:30-9:30 塩本悠美子	
【ONLINE】 ロジョン_ Mind TRAINING 19:30-20:45 河津祐貴	【ONLINE / 応用練習】 Study Group 19:00-21:00 河津祐貴	基礎練習/Practice120 19:00-21:00 河津祐貴				

【デイリープログラム】はサイトにてご確認ください。https://truenature.jp/class-schedule/　　＊【ONLINE】オンライン受講限定とさせていただきます、スタジオ受講不可ですのでご注意ください。