

2018\_5/5~7/22 RYT200(周末場) 課表

Dates	08:00-10:00 am	10:15-12:15pm	01:15-03:15 pm	03:30-05:30 pm	05:30-06:30 pm
5-May	晨練 Morning Asana Practice	博伽梵歌1 Bhagavad Gita 1	瑜珈哲學咒語和祈禱文 1 Yoga Philosophy、Mantras & Prayers 1	教學技巧改正、調整 Teaching Methodology Corrections & Adjustments	Q&A / 禪瑜珈/ 冥想 Q&A / Yoga Nidra/ Meditation
	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Karina	授課老師 / Karina	授課老師 / Karina
6-May	晨練 Morning Asana Practice	瑜珈哲學咒語和祈禱文 2 Yoga Philosophy、Mantras & Prayers 2	瑜珈生活與倫理 Yogic Lifestyle & Ethics	教學技巧改正、調整 Teaching Methodology Corrections & Adjustments	Q&A / 禪瑜珈/ 冥想 Q&A / Yoga Nidra/ Meditation
	授課老師 / Karina	授課老師 / Karina	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Yogi James
12-May	晨練 Morning Asana Practice	博伽梵歌 2 Bhagavad Gita 2	教學技巧改正、調整 Teaching Methodology Corrections & Adjustments	呼吸法基礎 Pranayama Basics	Q&A / 禪瑜珈/ 冥想 Q&A / Yoga Nidra/ Meditation
	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Karina	授課老師 / Karina	授課老師 / Karina
13-May	母親節 Mother's Day				
19-May	校外教學 (全國舞藝展演：示範瑜珈體位法 + 台中半日遊) ※6:30 瑜珈境集合				
20-May	晨練 Morning Asana Practice	博伽梵歌 3 Bhagavad Gita 3	內音瑜珈 Nada Yoga	內音瑜珈 Nada Yoga	內音瑜珈 Nada Yoga
	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Monica	授課老師 / Monica	授課老師 / Monica
26-May	晨練 Morning Asana Practice	博伽梵歌 4 Bhagavad Gita 4	瑜珈哲學咒語和祈禱文3 Yoga Philosophy、Mantras & Prayers 3	教學實習 Teaching Practicum	反饋 / 禪瑜珈/ 冥想 Feedback / Yoga Nidra/ Meditation
	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Karina	授課老師 / Karina	授課老師 / Karina
27-May	呼吸法基礎&體位法練習 Basic Pranayama & Asana Practice	呼吸法基礎 Pranayama Basics	教學技巧改正、調整 Teaching Methodology Corrections & Adjustments	體位法練習 Afternoon Asana Practice	Q&A / 禪瑜珈/ 冥想 Q&A / Yoga Nidra/ Meditation
	授課老師 / Karina	授課老師 / Karina	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Yogi James
2-Jun	晨練 Morning Asana Practice	解剖學 & 生理學 1 Anatomy & Physiology 1	解剖學 & 生理學 2 Anatomy & Physiology 2	教學實習 Teaching Practicum	反饋 / 禪瑜珈/ 冥想 Feedback / Yoga Nidra/ Meditation
	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Jordi	授課老師 / Jordi	授課老師 / Karina	授課老師 / Karina
3-Jun	呼吸法基礎&體位法練習 Basic Pranayama & Asana Practice	解剖學 & 生理學 3 Anatomy & Physiology 3	解剖學 & 生理學 4 Anatomy & Physiology 4	體位法練習 Afternoon Asana Practice	Q&A / 禪瑜珈/ 冥想 Q&A / Yoga Nidra/ Meditation
	授課老師 / Karina	授課老師 / Jordi	授課老師 / Jordi	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Yogi James
9-Jun	晨練 Morning Asana Practice	解剖學 & 生理學 5 Anatomy & Physiology 5	解剖學 & 生理學 6 Anatomy & Physiology 6	教學實習 Teaching Practicum	反饋 / 禪瑜珈/ 冥想 Feedback / Yoga Nidra/ Meditation
	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Jordi	授課老師 / Jordi	授課老師 / Karina	授課老師 / Karina
10-Jun	呼吸法基礎&體位法練習 Basic Pranayama & Asana Practice	解剖學 & 生理學 7 Anatomy & Physiology 7	解剖學 & 生理學 8 Anatomy & Physiology 8	體位法練習 Afternoon Asana Practice	Q&A / 禪瑜珈/ 冥想 Q&A / Yoga Nidra/ Meditation
	授課老師 / Karina	授課老師 / Jordi	授課老師 / Jordi	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Yogi James
16-Jun	晨練 Morning Asana Practice	解剖學 & 生理學 9 Anatomy & Physiology 9	解剖學 & 生理學 10 Anatomy & Physiology 10	教學實習 Teaching Practicum	反饋 / 禪瑜珈/ 冥想 Feedback / Yoga Nidra/ Meditation
	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Jordi	授課老師 / Jordi	授課老師 / Karina	授課老師 / Karina

17-Jun	端午節 Dragon Boat Festival				
23-Jun	晨練 Morning Asana Practice	解剖學 & 生理學 11 Anatomy & Physiology 11	解剖學 & 生理學 12 Anatomy & Physiology 12	教學實習 Teaching Practicum	反饋 / 禪瑜珈/ 冥想 Feedback / Yoga Nidra/ Meditation
	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Jordi	授課老師 / Jordi	授課老師 / Karina	授課老師 / Karina
24-Jun	呼吸法基礎&體位法練習 Basic Pranayama & Asana Practice	解剖學 & 生理學 13 Anatomy & Physiology 13	解剖學 & 生理學 14 Anatomy & Physiology 14	體位法練習 Afternoon Asana Practice	Q&A / 禪瑜珈/ 冥想 Q&A / Yoga Nidra/ Meditation
	授課老師 / Karina	授課老師 / Jordi	授課老師 / Jordi	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Yogi James
30-Jun	晨練 Morning Asana Practice	吠陀經1 Vedanta Philosophy 1	教學技巧改正、調整 Teaching Methodology Corrections & Adjustments	教學實習 Teaching Practicum	反饋 / 禪瑜珈/ 冥想 Feedback / Yoga Nidra/ Meditation
	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Yogi James
1-Jul	晨練 Morning Asana Practice	吠陀經 2 Vedanta Philosophy 2	教學技巧改正、調整 Teaching Methodology Corrections & Adjustments	體位法練習 Afternoon Asana Practice	Q&A / 禪瑜珈/ 冥想 Q&A / Yoga Nidra/ Meditation
	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Yogi James
7-Jul	晨練 Morning Asana Practice	瑜珈經 1 Yoga Sutra 1	瑜珈經 2 Yoga Sutra 2	教學實習 Teaching Practicum	反饋 / 禪瑜珈/ 冥想 Feedback / Yoga Nidra/ Meditation
	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Karina	授課老師 / Karina	授課老師 / Karina	授課老師 / Karina
8-Jul	呼吸法基礎&體位法練習 Basic Pranayama & Asana Practice	瑜珈經 3 Yoga Sutra 3	瑜珈經 4 Yoga Sutra 4	體位法練習 Afternoon Asana Practice	Q&A / 禪瑜珈/ 冥想 Q&A / Yoga Nidra/ Meditation
	授課老師 / Karina	授課老師 / Karina	授課老師 / Karina	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Yogi James
14-Jul	晨練 Morning Asana Practice	吠陀經 3 Vedanta Philosophy 3	解剖學 & 生理學 測驗 Anatomy & Physiology Exam	教學實習 測驗 Teaching Practicum Exam	反饋 / 禪瑜珈/ 冥想 Feedback / Yoga Nidra/ Meditation
	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Jordi	授課老師 / Karina	授課老師 / Karina
15-Jul	呼吸法基礎&體位法練習 Basic Pranayama & Asana Practice	瑜珈經 5 Yoga Sutra 5	教學技巧改正、調整 Teaching Methodology Corrections & Adjustments	體位法練習 Afternoon Asana Practice	Q&A / 禪瑜珈/ 冥想 Q&A / Yoga Nidra/ Meditation
	授課老師 / Karina	授課老師 / Karina	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Yogi James
21-Jul	晨練 Morning Asana Practice	吠陀經 4 Vedanta Philosophy 4	瑜珈經 6 Yoga Sutra 6	教學技巧改正、調整 Teaching Methodology Corrections & Adjustments	Q&A / 禪瑜珈/ 冥想 Q&A / Yoga Nidra/ Meditation
	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Yogi James	授課老師 / Karina	授課老師 / Karina	授課老師 / Karina
22-Jul	晨練 Morning Asana Practice	內音瑜珈 Nada Yoga	內音瑜珈 Nada Yoga	內音瑜珈 Nada Yoga 16:30 畢業典禮 Graduation	
	授課老師 / Karina	授課老師 / Monica	授課老師 / Monica		