



The Divine Life Society (Hong Kong Branch) Yoga Centre

聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心

簡介

聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心於 2000 年成立及在香港註冊，是印度總會認可的唯一香港分會。

本會秉承印度當代瑜伽上師 施化難陀大師 (Swami Sivananda 1887-1963) 的教導，宏揚綜合瑜伽的理論與實踐方法，讓學員透過修習得到身體、精神及靈性方面的健康。

- ✧ 以非牟利方式運作推廣傳統的瑜伽
- ✧ 無分宗教、信仰、性別
- ✧ 課程循序漸進，學員進度得到保障
- ✧ 歡迎愛好修習瑜伽者參加

師資：為確保教學素質，本會之瑜伽班導師均獲取印度聖潔生命會總會前會長 慈達難陀大師 (Swami Chidananda) 及副會長 瑜伽斯樂巴難陀大師 (Swami Yogaswarupananda) 頒發之瑜伽導師證書。

電話：2887 8719

地址：香港北角明園西街 26 號曉峯地下
(港鐵北角站 B1 出口)

電郵地址：dlshk@ymail.com

網址：<http://www.hkyoga-dls.org>





聖潔生命會(香港分會)瑜伽中心

The Divine Life Society (Hong Kong Branch) Yoga Centre

哈達瑜伽班

基本課程： 每期 8 課，每週上課 1 次，每課約 1½ 小時；

費用：

	會員
上、下午班	\$450
晚上班、星期六下午班	\$540

每班學員名額： 約 20 人

持有長者卡可申請優惠 (晚上班除外)

報名/查詢： **2887 8719**

星期	上午班	下午班	晚上班
一	10:00-11:30	12:30-2:00 6:05-7:30	7:00-8:30 7:45-9:10
二	09:45-11:15		6:30-7:55
三	7:30-9:00 9:45-11:15	12:30-2:00 2:30-4:00	6:30-7:55 8:10-9:35
四	10:00-11:30	1:00-2:00 (每期 12 課) 6:05-7:30	6:30-8:00 7:45-9:10
五	10:00-11:30	12:30-2:00 ★6:05-7:30	★ 7:45-9:10
六		2:55-4:25	

★(初習者不宜)

所有班別只接受年滿 18 歲或以上人士申請

- 如有更改，以本會提供為準。

每月	星期六	北角本會	青山道本會
第一個	唱誦聚會	下午 5:00-6:00	下午 6:30-7:30
第二個	靈修聚會	下午 6:45-9:00	-
第三個	唱誦聚會	下午 6:45-7:45	下午 6:30-7:30
第四個	唱誦聚會	-	下午 6:30-8:00
	講解經典瑜伽作品	-	下午 8:00-9:00 鄭驊峰老師講解
第五個 (如有)	唱誦聚會	下午 6:45-7:45	下午 6:30-7:30

如有更改，以本會提供為準。

歡迎會員報名: 非定期舉辦的瑜伽班：唱誦班、瑜伽理論與修習方法、瑜伽研習工作坊、印度總會派大師 (Swami) 來港主持--瑜伽講座、瑜伽式子研習、瑜伽宿營等...

申請入會：歡迎愛好修習瑜伽者申請加入本會為會員，支持本會主辦之瑜伽活動；無分宗教信仰、年齡性別，凡對瑜伽有興趣者均可申請；只需填妥會員申請表，連相片一張及繳交會費，經本會批准，便可成為本會會員；會員年費\$100.- 有效期一年