

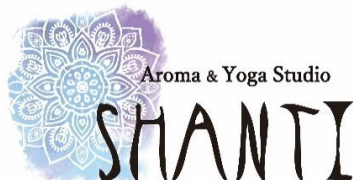
2026 年 10 月 アロマヨガスケジュール

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
★シャンティ7周年イベント★ ① 10/12(月祝) 10:00~11:30「フェイシャルヨガワークショップ」 担当: 馬淵いずみ 参加費 ¥3,000 ② 10/10(土) & 10/31(土)「リストラティブヨガ90」 参加費 ¥2,200 ③ 11/3(火祝) 10:00~11:30「動いて、ととのう! 香りのヨガ×ピラティス アロマスプレー作り付き」 担当: 佐藤宏美 ④ 入会金 & 年会費無料キャンペーン(11月末迄)				1	2	3
				10:00~11:10 セラピー70 リリース&リラックス 3名限定	10:00~11:10 ビギナー70 秋のデトックスヨガ 12:00~14:00 カフェタイム &ワークショップ	10:00~11:10 セラピー70 リリース&リラックス 3名限定
4	5	6	7	8	9	10
定休日	10:00~11:10 ベーシック70(イズミ) 秋の呼吸を深めるヨガ 12:00~14:00 カフェタイム (+ ワークショップ)	<パーソナル90> メンテナンスヨガ &ヒーリング ①10:00~11:30 ②13:00~14:30 要予約	10:00~11:10 ベーシック70(ヒロミ) ピラティス×ヨガ 12:00~14:00 カフェタイム (+ ワークショップ)	10:00~11:10 セラピー70 リリース&リラックス 3名限定	10:00~11:10 ビギナー70(イズミ) 背骨を整える やさしいヨガ 12:00~14:00 カフェタイム (+ ワークショップ)	10:00~11:30 <7周年イベント> リストラティブヨガ90 極上リラックス! 参加費 ¥2,200 3名限定
11	12	13	14	15	16	17
定休日	10:00~11:30 <7周年イベント> フェイシャルヨガ ワークショップ (担当: イズミ) 参加費 ¥3,000	<パーソナル90> メンテナンスヨガ &ヒーリング ①10:00~11:30 ②13:00~14:30 要予約	10:00~11:10 ベーシック70 秋のデトックスヨガ 12:00~14:00 カフェタイム (+ ワークショップ)	10:00~11:10 セラピー70 リリース&リラックス 3名限定	10:00~11:10 ビギナー70 ハートチャクラを 開くヨガ 12:00~14:00 カフェタイム (+ ワークショップ)	10:00~11:10 セラピー70 リリース&リラックス 3名限定
18	19	20	21	22	23	24
	10:00~11:10 ベーシック70(イズミ) 下半身を整えるヨガ 12:00~14:00 カフェタイム (+ ワークショップ)	<パーソナル90> メンテナンスヨガ &ヒーリング ①10:00~11:30 ②13:00~14:30 要予約	10:00~11:10 ベーシック70 骨盤調整&底筋ヨガ 12:00~14:00 カフェタイム (+ ワークショップ)		10:00~11:10 ビギナー70(イズミ) めぐりを整える リラックスヨガ 12:00~14:00 カフェタイム (+ ワークショップ)	13:30~14:40 乳癌リハビリヨガ (祐子) ¥2,200
25	26	27	28	29	30	31
定休日	10:00~11:10 ベーシック70(イズミ) 自律神経を整える ヨガ 12:00~14:00 カフェタイム (+ ワークショップ)	<パーソナル90> メンテナンスヨガ &ヒーリング ①10:00~11:30 ②13:00~14:30 要予約	10:00~11:10 ベーシック70 ハートチャクラを 開くヨガ 12:00~14:00 カフェタイム (+ ワークショップ)	10:00~11:10 セラピー70 リリース&リラックス 3名限定	10:00~11:10 ビギナー70 筋膜リリースヨガ 12:00~14:00 カフェタイム (+ ワークショップ)	10:00~11:30 <7周年イベント> リストラティブヨガ90 極上リラックス! 参加費 ¥2,200 3名限定
<クラス参加料> ◎ヨガ体験 ¥2,200 ◎入会金 ¥5,000 ◎4回チケット ¥8,500 ◎8回チケット(10月末迄) ¥15,000 ◎週1回 月謝会員 ¥7,000 (固定曜日、月4回受講可)			アロマベーシック70	運動量中程度のスタンダードなハタヨガクラス、女性限定	月謝、ヨガチケット1	
			アロマビギナー70	運動量少なめの基礎からヨガを学ぶ初心者向けクラス、女性限定	月謝、ヨガチケット1	
			セラピーヨガ70	簡単ストレッチ&ヨガ、筋膜リリース等で心身をメンテナンスするクラス	ヨガチケット1	
			乳癌リハビリヨガ70	乳癌経験者限定のリハビリヨガ ※入会不要	¥2,200	
			パーソナル90	メンテナンスヨガ&ヒーリング ※入会不要、女性限定、2日前まで要予約	¥6,000	
			午後のワークショップ	アロマスプレー作り¥1100、化粧水作り¥2200、チェアヨガ¥1100など	前日まで要予約	

◎ご予約は基本的に前日の20時まで(月謝生を除く)、専用予約サイト、LINEにてお願いします。当日空きあれば2時間前まで予約可

◎レッスン内容や日時変更がある場合はLINE、メール等でお知らせいたしますので、ご確認の上ご参加ください

◎キャンセルのご連絡は前日までお願いします。当日キャンセルはレッスン料1回分請求させていただきます



アロマヨガスタジオ シャンティ

仙台市泉区南中山2丁目42-1-2F

Homepage : <https://www.aromayoga-shanti.com>

E-mail : aromayoga.shanti@outlook.jp

TEL : 022-765-0658

