

2026年



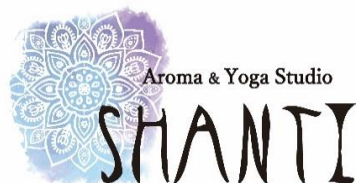
7月 アロマヨガスケジュール

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
<b>ヨガ&amp;レイキヒーリング予約制♡</b> レイキ(高次元の癒しエネルギー)でチャクラを活性化させ、心身のリラックスや不調の軽減に導きます！事前カウンセリングとヨガストレッチでリラックスしていただいてから、必要なレイキを手当療法にてしっかりとお送りいたします！ぜひ癒しのヒーリングタイムを味わってください♡ ※メンバー様は、今だけ20%割引中(9月末まで)！			1 10:00~11:10 ベーシック70(ヒロミ) pilates × yoga  カフェ休業	2 11:00~14:00 カフェサロンOPEN 13:00~チェアヨガ (30分¥1,000)	3 10:00~11:10 ビギナー70(イズミ) 足裏から整えるヨガ  12:00~14:00 カフェサロンOPEN 13:00~チェアヨガ30分	4 午前休業  13:30~14:40 セラピーヨガ(Tomo) 2名以上で開催
5	6	7	8	9	10	11
	10:00~11:10 ベーシック70(イズミ) 夏の呼吸力アップ ヨガ	10:30~12:00 <パーソナル> ヨガ&レイキヒーリング ※メンバー割引中！	10:00~11:10 ベーシック70(Tomo) 陰ヨガ&リラックス	11:00~14:00 カフェサロンOPEN 13:00~チェアヨガ (30分¥1,000)  	10:00~11:10 ビギナー70(Tomo) 陰ヨガ&リラックス  12:00~14:00 カフェサロンOPEN 13:00~チェアヨガ30分	10:30~12:00 <パーソナル> ヨガ&レイキヒーリング ※メンバー割引中！
12	13	14	15	16	17	18
定休日	10:00~11:10 ベーシック70(イズミ) 美姿勢育む 背面強化ヨガ	10:30~12:00 <パーソナル> ヨガ&レイキヒーリング ※メンバー割引中！	10:00~11:10 ベーシック70(Tomo) 肩甲骨リラックスヨガ	10:30~11:40 セラピーヨガ(Tomo) 身体メンテナンスヨガ 2名以上で開催  12:00~14:00 カフェサロンOPEN 13:00~チェアヨガ30分	10:00~11:10 ビギナー70(イズミ) やさしい骨盤調整ヨガ  12:00~14:00 カフェサロンOPEN 13:00~チェアヨガ30分	10:00~11:10 乳癌リハビリヨガ① (Tomo)¥2,200  13:30~14:40 乳癌リハビリヨガ② (祐子)¥2,200
19	20	21	22	23	24	25
定休日	10:00~11:10 ベーシック70(Tomo) 陰ヨガ&リラックス	10:30~12:00 <パーソナル> ヨガ&レイキヒーリング ※メンバー割引中！	10:00~11:10 ベーシック70(ヒロミ) めぐり回復 デトックスヨガ	11:00~14:00 カフェサロンOPEN 13:00~チェアヨガ (30分¥1,000)  	10:00~11:10 ビギナー70(Tomo) 肩甲骨リラックスヨガ  12:00~14:00 カフェサロンOPEN 13:00~チェアヨガ30分	午前休業  13:30~14:40 セラピーヨガ(Tomo) 2名以上で開催
26	27	28	29	30	31	
定休日	10:00~11:10 ベーシック70(イズミ) 巡りを促す リンパヨガ	10:30~12:00 <パーソナル> ヨガ&レイキヒーリング ※メンバー割引中！	10:00~11:10 ベーシック70(Tomo) 骨盤リラックスヨガ	10:30~11:40 セラピーヨガ(Tomo) 身体メンテナンスヨガ 2名以上で開催  12:00~14:00 カフェサロンOPEN 13:00~チェアヨガ30分	10:00~11:10 ビギナー70(Tomo) 骨盤リラックスヨガ  カフェ休業	
<b>&lt;クラス参加料&gt;</b> ◎クラス体験 ¥2,200 ◎入会金 ¥5,000 ◎4回チケット¥8,500 ◎10回チケット¥20,000 ◎週1月謝 ¥7,000 (月4回受講可)	アロマベーシック70 ★体験参加可		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、チケット1回分	
	アロマビギナー70 ★体験参加可		運動量少なめの基礎から学ぶ初心者向けヨガクラス		月謝、チケット1回分	
	セラピーヨガ70 (月謝の振替可)		呼吸法、ストレッチ、筋膜リリース、瞑想等で心身ケアするヨガクラス		チケット1回分	
	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	
	ヨガ&レイキヒーリング 90分		パーソナルヨガ+レイキヒーリング！※入会不要、女性限定、予約3日前		¥6,000	

◎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。当日空きがあれば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](mailto:aromayoga.shanti@outlook.jp)

TEL : 022-765-0658