

# 2023 年 2 月 アロマヨガスケジュール

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	
<p><b>&lt;アロマ手作り教室はいかが？&gt;</b>                      ヨガクラス後にアロマスプレー(¥880)やリップクリーム(¥1100)等のミニ手作り教室を開催できます！30分程度で完成できるものがほとんどです。2日前までにご予約ください。あなたの好きな香りでアロマグッズを作って、素敵なアロマ生活を楽しんでみませんか♡</p>			1	2	3	4	
			10:30~11:30 ベーシック60 肩甲骨スッキリヨガ 13:00~14:00 オンラインのみ 肩甲骨スッキリヨガ	10:30~11:30 ベーシック60 肩甲骨スッキリヨガ (↑オンライン受講可)	10:30~11:30 ビギナー60 肩甲骨スッキリヨガ	10:30~12:00 ベーシック90 肩甲骨スッキリヨガ	
5	6	7	8	9	10	11	
休業	10:30~11:30 ベーシック60 骨盤ゆがみ調整ヨガ (↑オンライン受講可)	休業	10:30~11:30 ベーシック60 骨盤ゆがみ調整ヨガ 13:00~14:00 オンラインのみ 骨盤周リスッキリヨガ	10:30~11:30 パワーヨガ60 太陽礼拝フロー	10:30~11:30 ビギナー60 骨盤調整ヨガ	10:30~12:00 ベーシック90 骨盤ゆがみ調整ヨガ 13:30~15:30 プライベートレッスン枠	
12	13	14	15	16	17	18	
休業	10:30~11:30 ベーシック60 ハートチャクラヨガ (↑オンライン受講可)	休業	10:30~11:30 ベーシック60 ハートチャクラヨガ 13:00~14:00 オンラインのみ 寝ころびストレッチヨガ	10:30~11:30 ベーシック60 ハートチャクラヨガ (↑オンライン受講可)	10:30~11:30 ビギナー60 胸を開くヨガ	10:30~12:00 ベーシック90 ハートチャクラヨガ 13~15時『バガヴァッド・ギーター』読書会 ※参加費 ¥2000	
19	20	21	22	23	24	25	
10:15~11:30 乳癌体験者のためのセラピーヨガ (参加費 ¥1,500)	10:30~11:30 ベーシック60 じっくり陰ヨガストレッチ (↑オンライン受講可)	休業	10:30~11:30 ベーシック60 じっくり陰ヨガストレッチ 13:00~14:00 オンラインのみ 免疫力UPヨガ	10:30~12:00 ベーシック90 じっくり陰ヨガストレッチ ↑90分クラスです！	10:30~11:30 ビギナー60 陰ヨガビギナー	10:30~12:00 ベーシック90 じっくり陰ヨガストレッチ	
26	27	28	<p><b>&lt;スタジオクラスについて&gt;</b> ご予約の方は、クラス開始10分前まで動きやすい服装でご来店ください。ヨガチケットをお持ちの方はカウンターにあるBOXにご提出ください。お支払が必要な方は15分前までご来店ください。午前中のクラス後は、バクティヨガのお話や交流のお時間としています(15分程度)。お時間ある方はお残りください。</p>			<p><b>&lt;ご紹介特典あります！&gt;</b>                      お友達やご家族をご紹介ください！体験後ご入会された場合は、ご紹介者・入会者どちらにも割引券をプレゼントしております。ぜひ体験レッスンにお連れください♡</p>	
<p><b>&lt;ヨガチケット好評販売中&gt;</b>                      お得なチケットでスムーズにチェックインしましょう！  <b>¥1,500×5チケット ¥7,000</b>  <b>¥2,000×5チケット ¥9,500</b>                      ※5チケットは4ヶ月有効です。ご購入後、残った分の払い戻しはできません。</p>			オンラインヨガ	zoomアプリ使用	60分 ¥1,000、1ヶ月受け放題 ¥3,000		
			アロマベーシックヨガ 60/90	運動量中程度のスタジオクラス	60分 ¥1,500、90分 ¥2,000		
			アロマビギナーヨガ60	運動量少～中程度のスタジオクラス	60分 ¥1,500		
			アロマパワーヨガ60	運動量中～強程度のスタジオクラス	60分 ¥1,500		
			プライベートレッスン(リストラティブヨガ可)	プライベートレッスンは1組2名まで。体と心をリセットできるリストラティブヨガも可能です	75分 ¥3,000～		

- ◎ご予約は基本的に前日の20時まで、予約フォーム、メール、LINEにてお願いします。当日1時間前までの連絡で空きがあれば参加可能(臨時休講あり)
- ◎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レッスン開始3時間前までお願いします。事前決済の方が連絡なしに不参加の場合はご返金できません



## 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