

2025 年



7 月 アロマヨガスケジュール

Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
<レッスン料金> ①回数券4回分 ¥8,500 (2か月有効) ②月謝会員 ¥7,000 (曜日固定) ※水曜月謝会員様は7月+8月合わせて8回ご講ください。		1	2	3	4	5
		休業	10:00~11:10 ベーシック70(ヒロミ) こころと体の “夏バテ予防”ヨガ 12:00~カフェタイム (予約制)	 10:00~11:10 ビギナー70(カオリ) 美姿勢を保つ 筋膜リリースヨガ 12:00~カフェ18:00~ バータイム(予約制)	10:00~11:10 ビギナー70(Tomo) 骨盤調整ヨガ 18:00~バータイム (予約制)	
6	7	8	9	10	11	12
 10:00~11:10 ベーシック70(イズミ) 美背中ヨガ	10:00~11:10 ベーシック70(ヒロミ) 巡り回復！ デトックスヨガ 12:00~カフェタイム (予約制)	休業	10:00~11:10 ベーシック70(Tomo) 簡単ストレッチヨガ 12:00~カフェ18:00~ バータイム(予約制)	10:00~11:10 ビギナー70 (マチコ) ゆるめて整う 夏時間ヨガ	10:00~11:10 乳がんセラピーヨガ70 (Tomo) 18:00~バータイム (予約制)	
13	14	15	16	17	18	19
定休日	10:00~11:10 ベーシック70(イズミ) 股関節を緩めるヨガ	休業	10:00~11:10 ベーシック70(Tomo) 月礼拝リラックス 12:00~カフェタイム (予約制)	休業	10:00~11:10 ビギナー70(イズミ) ストレッチヨガ 12:00~カフェ18:00~ バータイム(予約制)	午前休業 13:30~14:40 乳がんリハビリヨガ70 (櫻井祐子)
20	21	22	23	24	25	26
定休日	10:00~11:10 ベーシック70(カオリ) 全身を整える 筋膜リリースヨガ		10:00~11:10 ベーシック70(ヒロミ) 美姿勢育てる 骨盤調整ヨガ 12:00~カフェタイム (予約制)	10:00~11:10 ベーシック70(Tomo) 月礼拝リラックス	10:00~11:10 ビギナー70(カオリ) 夏の養生 経絡ヨガ 12:00~カフェ18:00~ バータイム(予約制)	10:00~11:10 ベーシック70(イズミ) ラジヨガ 18:00~バータイム (予約制)
27	28	29	30	31	<お友達紹介キャンペーン> お友達やご家族をご紹介くださ い！ レッスン体験後、ご入会と なった場合は、ご入会者にご紹介 者にそれぞれ¥1000割引券をプ レゼントしています！	
★Tropicカフェ (予約制) 新たにハワイアン メニューが増えて リニューアル！ 水金土12~14時 カフェ、金土18~ 21時はバータイム でビール等お酒も 楽しめます！ 	10:00~11:10 ベーシック70(イズミ) 免疫力向上ヨガ	休業	10:00~11:10 ベーシック70(ヒロミ) 腸と心を整える リラックスヨガ 12:00~カフェタイム (予約制)			
アロマベーシック70		運動量中程度のスタンダードなヨガクラス、女性限定			月謝または回数券	
アロマビギナー70		運動量(立位)少なめ初心者向けリラックスクラス			月謝または回数券	
乳がん体験者のためのヨガ70		乳癌セラピーヨガ月1回土曜午前、乳癌リハビリヨガ月1回土曜午後			参加費 ¥2,200	
月謝会員		月に4回参加可能。月曜・水曜・金曜クラスで募集中			月謝¥7,000	

◎ご予約は基本的に前日の20時まで(月謝会員を除く)、予約フォーム、メール、LINEにてお願いします。当日2時間前まで連絡で空きがあれば可能

◎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。


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

