

2026年 4月 アロマヨガスケジュール

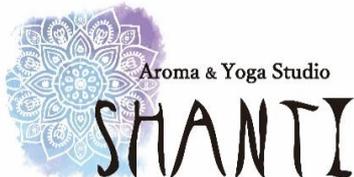


Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	
レイキヒーリングとは？！ レイキとは高次元の癒しエネルギー。その手当療は世界中に広がり現代に伝承されています。伝授を受けたヒーラーである千葉が、レイキエネルギーを送りチャクラを活性化させることで、心身をリラックスさせ不調を整えたり、悩みが浄化されたり心が癒されるなどの感想を多数いただいております。事前カウンセリングとヨガストレッチの後、貴方に必要なレイキをたっぷり送ります！癒しのヒーリングタイムを味わってくださいね♡			1 10:00~11:10 ベーシック70(Tomo) 肩甲骨調整 & リラックス 12:00~14:00 カフェサロン	2 午前休業 13:30~15:00 ヨガ&レイキヒーリング (パーソナル90分)	3 10:00~11:10 ビギナー70(イズミ) やさしくほぐす 全身リセットヨガ カフェサロン休業	4 午前休業 13:30~14:40 セラピー70(Tomo) 陰ヨガ&リラックス	
5	6	7	8	9	10	11	
	10:00~11:10 ベーシック70(イズミ) 巡りを良くする リセットヨガ 11:15~13:00 桜餅カフェ ヨガ参加者無料	午前休業 13:00~14:30 ヨガ&レイキヒーリング (パーソナル90分)	10:00~11:10 ベーシック70(ヒロミ) 春のゆらぎを リセットヨガ 11:15~13:00 桜餅カフェ ヨガ参加者無料	午前休業 13:30~14:40 セラピー70(Tomo) 骨盤調整&リラックス	10:00~11:10 ビギナー70(Tomo) 骨盤調整&底筋 トレーニング 11:15~13:00 桜餅カフェ ヨガ参加者無料	☆SPイベント 11:00~13:00 お花見ヨガ&ランチ (Tomo) 参加費¥3000 (お弁当込み) @三西公園	
12	13	14	15	16	17	18	
13:00~14:30 ヨガ&レイキヒーリング (パーソナル90分)	10:00~11:10 ベーシック70(Tomo) 骨盤調整 & リラックスヨガ 12:00~14:00 カフェサロン		10:00~11:10 ベーシック70(Tomo) 骨盤調整 & 底筋トレーニング 12:00~14:00 カフェサロン	午前休業 13:30~15:00 ヨガ&レイキヒーリング (パーソナル90分)	10:00~11:10 ビギナー70(イズミ) 呼吸を深める ゆるやかフローヨガ カフェサロン休業	10:30~12:00 ヨガ&レイキヒーリング (パーソナル90分) 13:30~14:40 乳癌リハビリヨガ (祐子)¥2,200	
19	20	21	22	23	24	25	
定休日	10:00~11:10 ベーシック70(イズミ) 疲れにくい身体を作る 体幹安定ヨガ 12:00~14:00 カフェサロン	午前休業 13:00~14:30 ヨガ&レイキヒーリング (パーソナル90分)	10:00~11:10 ベーシック70(ヒロミ) 温めて巡らせる 太陽礼拝 12:00~14:00 カフェサロン	午前休業 13:30~14:40 セラピー70(Tomo) 肩甲骨調整&リラック	10:00~11:10 ビギナー70(Tomo) 肩甲骨調整 & リラックス 12:00~14:00 カフェサロン	10:00~11:10 セラピー70(Tomo) 骨盤調整 & リラックスヨガ	
26	27	28	29	30	<ヨガクラス参加料> ☆クラス体験参加 ¥2,200 ☆入会金 ¥5,000 ★チケット(4回分) ¥8,500 ★月謝会員(月4回) ¥7,000 月謝会員募集中！		
※70分クラスは 2名以上で開催します ※パーソナルヨガは お一人様限定	アロマベーシック70(月曜・水曜)	アロマベーシック70(月曜・水曜)	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(金曜)	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(不定期)	ヨガ&レイキヒーリング(予約制)	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	¥2,200(チケット1回分)	ヨガ&レイキヒーリング(予約制)	パーソナルヨガ+レイキヒーリング(90分) ※3日前まで予約	¥4,400(チケット2回分)

◎ご予約は基本的に前日の20時まで(月謝会員を除く)、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前日までお願いします。当日はキャンセル料が発生します



アロマヨグスタジオ 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

