

2022

5 May

AROMA YOGA STUDIO SHRI
Studio Lesson Schedule

月	火	水	木	金	土	日
2	3	4	5	6	7	8
休業中は大変ご迷惑をおかけ致しました。 5/5から再開させていただきます。 どなたさまもお気軽に LINEやメール、Instagramなどから ご連絡ください。 みなさまのご予約を心よりお待ちしております。			10:00-11:10 【スロー】 肩こり・猫背 ★1 みゆき チケット(1回) 体験(1100円)	10:00-11:10 【美ボディ】 背中引締め ★4 あや チケット(1回) 体験(1100円)	10:00-11:10 【リラックス】 骨盤調整 ★2 みゆき チケット(1回) 体験(1100円)	10:00-11:10 【ベーシック】 くびれ ★3 みゆき チケット(1回) 体験(1100円)
9	10	11	12	13	14	15
 【aroma】クラス の詳細は 後日改めて お知らせします！	10:00-11:10 【スロー】 肩こり・猫背 ★1 みゆき チケット(1回) 体験(1100円)	10:00-11:15 【aroma】 運動しません☺ 座学+クラフト チケット(1回) 体験(2200円)	10:00-11:15 【ヴィンヤサ】 代謝アップ・脚力 ★5 とも チケット(1回) 体験(1100円)	10:00-11:10 【美ボディ】 背中引締め ★4 あや チケット(1回) 体験(1100円)	10:00-11:10 【スロー】 肩こり・猫背 ★1 みゆき チケット(1回) 体験(1100円)	
16	17	18	19	20	21	22
10:00-11:15 【インナーフロー】 体幹強化・腹筋 ★4 ともこ チケット(1回) 体験(1100円)	10:00-11:10 【リラックス】 骨盤調整 ★2 みゆき チケット(1回) 体験(1100円)	10:00-11:30 【月礼拝】 全身の巡り・骨盤 ★5 あや チケット(1.5回) 体験(2200円)	アロマについての 基礎知識と プチクラフト 運動したくない日 にお茶をしながら いかがでしょう	10:00-11:15 【aroma】 運動しません☺ 座学+クラフト チケット(1回) 体験(2200円)	10:00-11:10 【ベーシック】 くびれ ★3 みゆき チケット(1回) 体験(1100円)	10:00-11:30 【キレイ】 全身巡り・柔軟性 ★4 みゆき チケット(1.5回) 体験(2200円)
23	24	25	26	27	28	29
運動量は ★1~★5まで。 レベルでは ありません。 全てのクラスに どなたでも 参加できます。	10:00-11:10 【スロー】 肩こり・猫背 ★1 みゆき チケット(1回) 体験(1100円)	10:00-11:10 【美ボディ】 背中引締め ★4 あや チケット(1回) 体験(1100円)	10:00-11:15 【ヴィンヤサ】 代謝アップ・脚力 ★5 とも チケット(1回) 体験(1100円)		10:00-11:10 【リラックス】 骨盤調整 ★2 みゆき チケット(1回) 体験(1100円)	
30	31	◆スケジュールの見方◆				
10:00-11:15 【インナーフロー】 体幹強化・腹筋 ★4 ともこ チケット(1回) 体験(1100円)	10:00-11:10 【リラックス】 骨盤調整 ★2 みゆき チケット(1回) 体験(1100円)	← 時間 ← クラス ← テーマ ← ★運動量 インストラクター ← チケット回数 ← 体験料金				

お手持ちのチケットは休業期間の3カ月、
延長させていただきます。

夜のクラスは
当面の間お休みをさせていただきます。

ZOOMオンラインレッスンは
6月を目標に準備をしていきます。

《料金》

■7回チケット 11000円(5ヵ月有効) 1回が約1500円 期限も長いので続けやすいです

■3回チケット 5500円(3ヵ月有効) 1回が約1800円

■体験後にチケットなしのご参加を「ドロップイン」といいます

ドロップイン ●70分・75分クラス 2200円 ●90分クラス 3300円