

# ヒーリングヨガ小田原

## 2026 レッスンスケジュール

ヨガは、無理せずマイペースで行いましょう。  
 いつもの体調、今日の体調、と自分の内なる声を聞きながらゆるやかに、しなやかに大切なのは形より内容です。日常のストレス社会からほんのひと時はなれ・・・  
 『自分の為の時間』を作り、ヨガで心と体のヒーリングをお楽しみください。

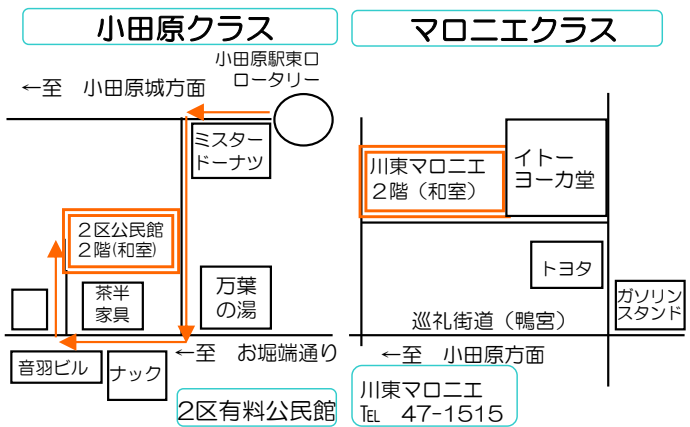
26年 1月							2月							3月							4月								
月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日		
				1	2	3	4						1							1					1	2	3	4	5
5	6	7	8	9	10	11	2	3	4	5	6	7	8	2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12		
12	13	14	15	16	17	18	9	10	11	12	13	14	15	9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19		
19	20	21	22	23	24	25	16	17	18	19	20	21	22	16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26		
26	27	28	29	30	31	23	24	25	26	27	28	23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30							
													30	31															

※ 27日は全館不使用  
 ○印: レッスン日  
 ◎印: 205号室

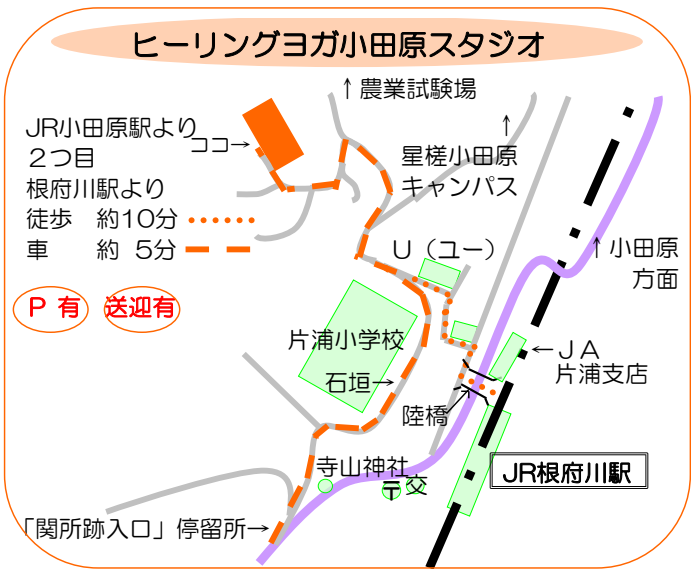
☆ 会員の方は各クラス、ご都合に合わせて参加できます  
 (但しスタジオレッスンは下記の通りです)

月	火	木	金	土	日
小田原 10:00~	根府川 スタジオ	小田原 10:00~	マロニエ 10:00~	土・日は一般開放日 参加費 1,800円	
		小田原 19:00~		小田原 14:00~	マロニエ 14:00~

※ レッスン時間は、各クラス 1時間30分を予定しています。



### シャンティ（心の安らぎ）を求めて、ここにたどりつきました



レッスンは、少人数制 (2~6名) です。  
 曜日 : 火曜日 (完全予約制)  
 ※ 当日の参加申し込みは、ご遠慮下さい  
 開放時間 : 12:00~16:00  
 ※ レッスン内容は???  
 参加費 : 会員3,000円、一般5,000円  
 ※ ご予約は「携帯」へご連絡下さい

**ヒーリングヨガ小田原スタジオ**  
 問い合わせ先 090-8746-6162 ※ショートメール可