

＼本にもなったヨガサロン／

人気ヨガトレーナーの

東京立川
会員・予約制

ワンランク上の ヨガレッスン

健康寿命サポート
香気(こうき)アロマヨガ



アロマヨガサロン

ヨガを習いたい方

- 感染症対策をしている施設でヨガをしたい
- 健康に良いことを始めたい
- 少人数で落ち着いてレッスンがしたい
- 運動経験がなくてもできることを始めたい
- 自宅のできる健康法も知りたい

インストラクター養成スクール

ヨガインストラクターになりたい方

- ヨガの効果を実感している、2年以上のヨガ経験者
- ヨガ哲学やポーズなども、体系的に学びたい
- 少人数でしっかり深めたい
- 自分のライフスタイルを大事にしたい
- 指導経験豊富なサロン経営者から学びたい

🌸 ヨガレッスン 🌸

パーソナルヨガ 月1,2,4回(1回90分)

グループヨガ 月2,4回(1回90分)・定員4名

パーソナル月1回 + グループ月2回 人気のコース

ヨガサロンは満員の場合がございます。
レッスン体験をご希望の方は、お問い合わせください。
会員募集情報は、メールマガジンにてご案内します。

🌸 インストラクター養成・資格スクール 🌸

一般の方向け 養成コース

◆ ヨガインストラクター(基礎)養成
月2回(1回3時間)・6カ月間・定員4名

ヨガインストラクター向け 資格講座

◆ 健康寿命サポートヨガインストラクター
◆ 香気アロマヨガインストラクター

※ヨガインストラクター向け、お仕事のアドバイス
(レッスンの指導や、経営に関する事など)も行っています。



感染症対策を
徹底して
運営しています

女性専用パーソナル アロマヨガサロン & ヨガスクール
シャンティビージャ

 ShantiBija

選ばれる理由

1

資格と経験が豊富
温かい人柄に魅了される
質の高いレッスン

指導歴24年 代表 星トレーナーが
すべて行うレッスン



2

パーソナル or 4名まで
少人数だから
深く濃く学べる

都合に合わせて
対面・オンラインが選べる



3

ヨガ以外にも多数の
アプローチを組み合わせた
高い解決力

トレーニング・東洋医学漢方
アロマセラピー・整体
各種コンディショニング



なぜ効果があって、続けやすいのか？

1 個別フォローで
一人ひとりの効
果を最大限に引
き出します



2 アロマセラピーの
芳香浴で、呼吸を
深め、健康効果を
高めます



3 ご自宅で体調
を整える健康
法やメニュー
もご提供



大人気
イベント

昭和記念公園パークヨガ

4~11月に月1回パークヨガを開催中。
初心者の方や親子のご参加も可能。
大自然の中で、心身のストレス解放ができるヨガ。
開催の詳細はメルマガにてご案内♪
下記よりご登録くださいませ。



お客様の声

H・T様 今までヨガとは無縁でしたが、心も体も健康になりました。星先生のヨガに出会い、通うことができ本当に良かったです。



T・S様 体がとても硬かったこと、疲れにくい体になりたかったのが始めたきっかけです。心地の良いレッスンを続けて、心のつらさを乗り越え前向きになることができました。



ご挨拶

「健康第一」と考える、40歳以上の女性へ

ヨガ・アロマ・ヘルスケアを通じて「80代、90代になっても、心身とも健康。元気に歩いて好きなことができる」心と身体づくり。その方らしい「生き方」と「幸せ」「魂の輝き」をサポートをしています。

実は、2012年5月に交通事故を経験。3ヶ月間完全休業せざるを得ない、大ケガを負います。そのケガをきっかけに「痛みや辛さのある体を調整&良くする方法」を学び、レッスンやスクール役立てています。「ヨガをはじめたその時にヨガの旅がはじまる」と言われています。ぜひ一緒に、歩んでいきましょう。



健康寿命サポート
ヨガトレーナー 星弘美

女性専用パーソナル アロマヨガサロン & ヨガスクール シャンティビージャ

メールマガジンの登録はこちらから

お得な案内やイベントなど、最新情報はメルマガにてお知らせしています。また星弘美が24年間培ってきたヨガを通しての心身の健康法やトレーナーの経験、ヨガサロン経営ノウハウなど有益な情報をお届けしています。

<https://www.reservestock.jp/subscribe/58077>



お問い合わせ

レッスンや、ヨガスクールのお問合せは、フォームから願います。右のQRコードを読み取ってお問い合わせください。



インストラクター志望の道しるべ

- ☑ インストラクターの仕事に載せたい
 - ☑ 年取やフィーに伸び悩んでいる
 - ☑ これからサロンを始めたいヨガインストラクター
 - ☑ サロンやエステ、理美容院、整体院経営者の方
- この1冊でサロン経営の悩みが解決します！

小さな
ヨガサロンの
はじめ方

amazon
ページから
購入

