

—入会のご案内—



- * 登録料¥3,000 は永久に有効です。ご家族2人目からは無料です。
- * 月謝は¥7,000 です。祭日を含めレッスンは月4回とし、5週目はレッスンがありません。(週2回の参加など1ヶ月に8回までの参加は¥10,000 とします。)
- * 月謝は同額ですが、年末12月4週目、年始1月1週目はレッスンがありません。他の曜日に1回分参加できる方はぜひ、1月・12月も4回いらしてください。(週2回参加の場合も同様です。)
- * 8月は水曜レッスンだけは4回行いますが、月曜・金曜は2回のみで月謝は¥3,500 となります。月曜・金曜の会員で4回参加希望の方は8月のレッスン開催日のいずれかにご参加ください。
- * 定期的に参加できない方の為に1回¥2,000 の不定期会員制を設けています。連絡なしでも参加できます。(連絡をもらえれば大変ありがたいです。)
- * 自由に曜日の振替ができます。できるだけ振替をして、週が違ってかまいませんので、1ヶ月に4回いらしてください。
- * 休会の場合はご連絡ください。休会費はいただきません。
- * 連絡はインストラクターの携帯電話、またはメールにお願いします。留守電の時はメッセージをお残しください十分です。

—レッスンについて—

- * 井荻クラスでは、第1・2・3週目はグループレッスン、第4週目は個人プログラムレッスンを行います。高田馬場クラスでは4週目もグループレッスンです。
- * レッスンを体験したい人がいらっしゃれば、連絡の上、第1～3週のグループレッスンにご招待ください。どなたも無料です。
- * 普段のレッスンでは時間的に消化しきれない瞑想などのクラスやサットサंगाを不定期に行っています。随時ご案内しますので、ふるってご参加ください。
- * 毎年9月1週目には1泊2日のリトリートを行っております。早朝や夜の瞑想、水を使っての浄化法、食事の指導など、ヨガ全般にわたる指導をします。こちらもぜひ、ご参加ください。

私たちはグルデブ・シヴァナンダ師の総合的なヨガの教えを基本に、より健康で、ポジティブに、充実した人生をおくる仲間になることをめざして設立したクラブです。仲良く有意義な時間をシェアしましょう！ご質問やご相談がありましたら、いつでも声をかけてください。



〒167-0023 杉並区上井草1-23-15
シャントィヨガクラブ TEL/FAX 03-3397-4455
shantiyoga@jcom.home.ne.jp
代表 マキ・ユングハイム TEL 070-5569-0768