



夏までに

5キロ痩せ！

ヨガ＋食事指導

モニター募集



お申し込みは  
5月末まで

※料金は全て税込表示です



グループヨガ  
1日1本受け放題

スタジオヨガフル  
¥10,000 (月額) × 2ヶ月分 = ¥20,000



1対1の  
食事指導面談

食べ方コーチング  
¥6,000 (1回) × 7回分 = ¥42,000



1日1通、LINEで  
食事アドバイス

ダイエットフォロー  
¥10,000 (月額) × 2ヶ月分 = ¥20,000

お写真等使用OKの方のみ

モニター価格 ¥89,000 ⇒ **¥40,000**

2ヶ月パック

※入会金・事務手数料含む



ヨガスプーン

☎ 080-6395-0851

OPEN 9:00-21:00 (不定休)

愛媛県伊予郡松前町北黒田706-1  
ロータスビレッジあいゆうA-102

ご予約は  
コチラ



ヨガ・食事指導体験  
合わせて

**2,000yen**

※要予約

<スタジオヨガ>

1日1本受け放題：月額¥10,000  
 月8回受講：月額¥8,000  
 月4回受講：月額¥6,000  
 単発受講：1回¥2,000

<オンラインヨガ>

1日1本受け放題：月額¥7,000  
 月8回受講：月額¥6,000  
 月4回受講：月額¥4,000

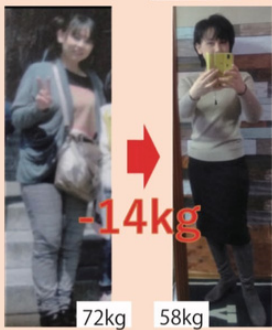
<初期費用>

入会金：¥5,000⇒モニター様¥0  
 事務手数料：¥2,000⇒体験当日入会¥0

お客様事例（Y様・A様・M様）

② 頑張った理由は？

ここ数年体型の変化に目を見かねて生活している。このままではいけないなと感じていた。病気をした事もあり、食事や生活習慣に気を付けてはいましたが、もっと長い目で見た時、できるだけ長い時間家族と健康に楽しく生きていきたいと強く思ったから。今日のダイエットも定数も受け入れて応援してくれました。そして沙弥先生の的確なアドバイスも大きな助けになりました！



野外でのイベントや  
 企業さんへの出張も  
 やってます(^-^)



ヨガレッスンスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
10:00 OR 14:30	10:00 OR 14:30	10:00	10:00 OR 14:30	10:00	9:00	9:00
20:00	20:00 OR 20:30	—	20:00 OR 20:30	20:30	17:00	—

▶レッスンは1時間程度です

ヨガと食事で、カラダとココロを軽くする

ヨガの根本の考えに「人間馬車説」というものがあります。

馬車に乗っている主人は、私たちの魂。魂の行きたい方向へ進む旅が人生だと捉えた時、その乗り物である馬車、つまり体と心を整え健やかでいることは必要不可欠です。

ヨガスプーンで、唯一無二の馬車（体と心）に愛情をかける習慣を身につけませんか？

Yoga spoon

