

練習生の皆様へ



SHANTI-LOTUS 開講クラスに関するお知らせ

SHANTI-LOTUSでは、2021年9月以降、以下の内容で一部開講するクラスに変更がありますのでお知らせします。

①木曜日定期開講「パワーヨガ」クラスの変更

毎週木曜日に定期開講していた「パワーヨガ」クラスは、今後は隔週で「アシュタンガヨガベーシック」クラスへ変更します。

練習生の皆様のアシュタンガヨガに対する熱意の高まりを受け、隔週にはなりますがベーシッククラスへ変更することとしました。

これまで毎週の「パワーヨガ」クラスにご参加頂いていた練習生の皆様にはご不便をお掛けしますが、ご了承くださいませ。

②アシュタンガヨガ マイソールクラスの増設と夜マイソールクラスの新設

アシュタンガヨガに取り組む練習生が増えるとともに、皆様の練習内容もより深度あるものとなってきたことを受け、9月以降、毎週金曜日に隔週開催していた「アシュタンガヨガハーフプライマリーLedクラス」を「アシュタンガヨガ マイソールクラス」へ変更することとしました。加えて、10月以降、月曜日は定期的に「夜マイソールクラス」を新設します。

これを踏まえ、9/20(月)は試験的に「初開催!夜マイソールクラス」を開講しますので、ぜひ、ご参加くださいませ。

③指宿ヨガリトリートの開催

去る7月、SHANTI-LOTUSでは初めてとなる指宿市でのヨガリトリートを開催したところ、大変なご好評を頂きました。これを受け、9/23(木・祝)に第2弾となる「指宿リトリート チェアヨガ&クリスタルポウル音浴会」を開催します。

開催内容詳細については、後日、改めて告知いたしますので、お楽しみに。

今後とも、みなさまの献身的な実践に寄り添うシャラでありたいと思っています。
引き続き、よろしくお願いいたします。

OM, Shanti.
SHANTI-LOTUS Erico

