

ヨガプログラムでのアロマ使用に関する アンケート

対象日：平成16年3月

場 所：都市型スポーツクラブ

時 間：午前/午後 45分間 x 2

対 象：ヨガプログラムに参加されたお客様全員（60人：無回答あり）

アロマ噴霧量：10秒噴霧、30秒間隔

アンケート内容(要約)：

入会してからの在籍期間

年齢・性別

オリジナルアロマを使用したヨガクラスはどうでしたか？ (該当項目)

【大変良かった / 良かった / どちらとも言えない / 良くなかった】

オリジナルアロマの香りはどうでしたか？ (該当項目複数 可)

【a.深い呼吸ができるようになった b.リラックスできた c.好きな香りだった d.苦手な香りだった e.その他】

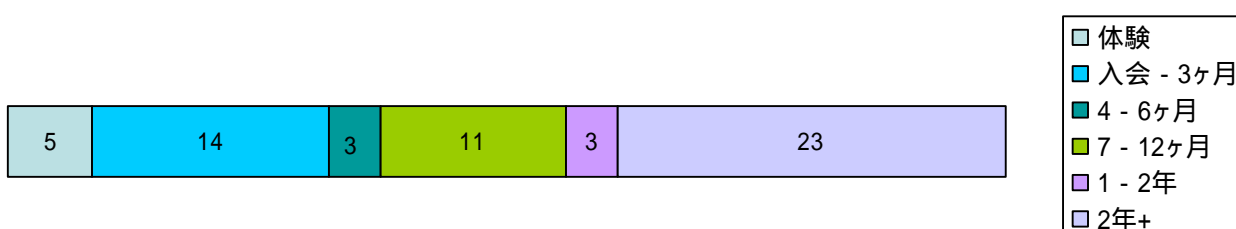
4月以降にアロマを使用したヨガのクラスに参加したいですか？ (該当項目)

【是非参加したい / どちらとも言えない / 参加しない】

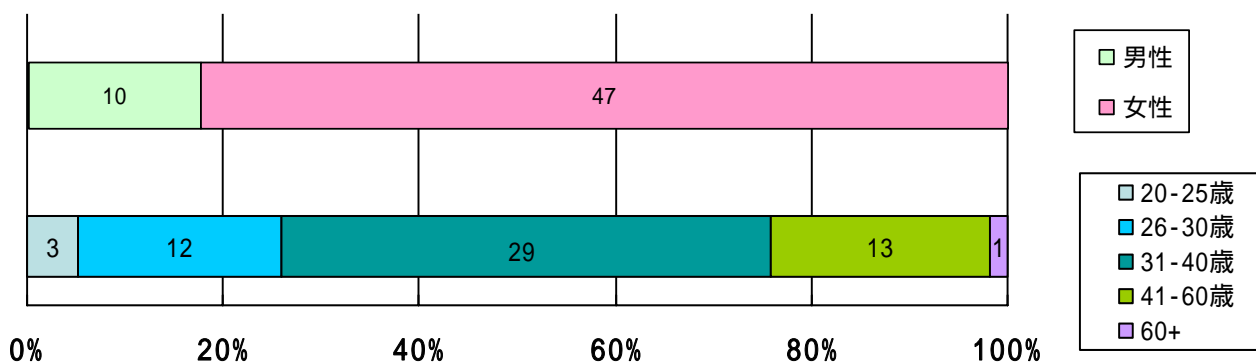
アンケート集計結果

*数字は人数です

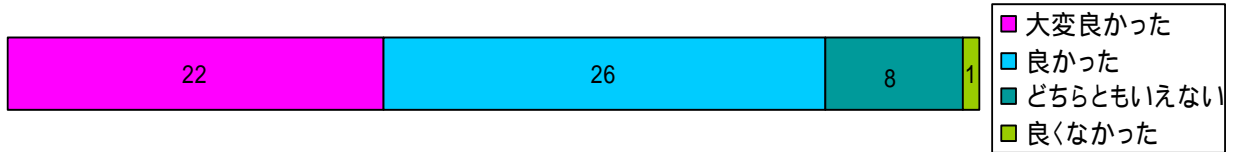
在籍期間



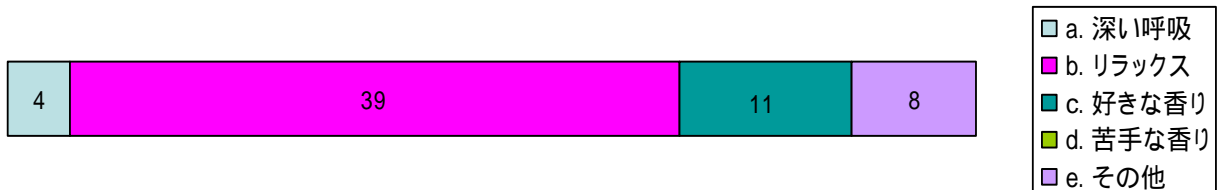
性別・年齢



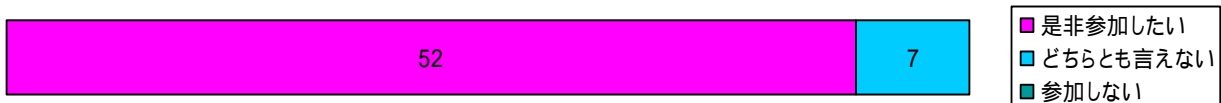
オリジナルアロマを使用したヨガクラスの感想



オリジナルアロマの感想



今後のクラスへの参加希望



感想:

- リラックスして集中できるので是非導入してほしい
- (いつもよりも)気分がリラックスした (複数)
- 身体がかたく腹式呼吸が苦手なので非常に良かった
- じんわり体が温まり体に良さそう
- 深く呼吸ができてすっきりと気持ち良かった (複数)
- 毎回香りが違うとレッスンが楽しくなりそう
- ヨガに香りがあるのは好ましい
- 集中力がつきそう / 鼻がとおった気がする / かすかな香りが良かった / 疲れが取れた
- 普段もアロマは興味があり、スタジオに入った時点でわかった
- もう少し強い香りでも良い気がした / 香りがあまりしなかったのが不満 (複数)
- 呼吸することに意識がいかず香りに気がつかなかった
- アロマの香りが部屋全体に行きわたらなかった
- ユーカリが強かった