



# VITERA 6月 スケジュール

1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日	8日	9日	10日	11日	12日	13日	14日	15日			
水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水			
原	原	原	原	原	原	原	原	原	原	原	原	原	原	原			
メンテナン ス D A Y	対面 9:30 アロマリラックス saori	対面 9:30 ゆったりリフロー 由起	LIVE 8:30 ヨガセラビー miwa	LIVE 8:30 疲労回復 grace	<b>定休日</b>  完全予約制による パーソナル ヨガクラス  <b>定休日に 受付中です★</b>  ご自宅より プレミアムの お客様は <b>2クラス</b>  スタンダード マンスリー5の お客様は <b>1クラス</b>  オンラインにて ご受講 頂けます。  ご予約は 店舗選択を 「オンライン」を ご選択の上 ご予約を お願い致します。	対面 10:00 脂肪燃焼 hyuga	対面 10:00 むくみ解消 saori	対面 9:30 肩こり解消 yuka	対面 9:30 アロマリラックス saori	対面 8:30 ハタヨガ SAYA	対面 8:30 太陽礼拝フロー 由起	<b>定休日</b>  完全予約制による パーソナル ヨガクラス  <b>定休日に 受付中です★</b>  ご自宅より プレミアムの お客様は <b>2クラス</b>  スタンダード マンスリー5の お客様は <b>1クラス</b>  オンラインにて ご受講 頂けます。  ご予約は 店舗選択を 「オンライン」を ご選択の上 ご予約を お願い致します。	LIVE 10:00 アロマリラックス mao	対面 10:00 筋膜リリース 由起	対面 10:00		
	対面 11:30 ヒップアップ saori	対面 11:30 疲労回復 由起	LIVE 10:30 アロママディ テーション miwa	対面 10:30 ウェープリング TOMOMI		LIVE 12:00 リラックス さくら	対面 12:00 リラックス saori	対面 11:30 アロマリラックス yuka	対面 11:30 ハタヨガ saori	対面 10:30 疲労回復 SAYA	対面 10:30 陰ヨガ 由起		LIVE 12:00 美ボディ mao	対面 12:00 疲労回復 由起	LIVE 12:00	対面 12:00	
	LIVE 19:00 陰ヨガ SATOMI	LIVE 20:00 骨盤調律 さくら	対面 14:30 アロマラックス saori	対面 14:30 アロマラックス saori		LIVE 14:00 アンチエイジ ン ERI	対面 19:00 スローフロー nana	LIVE 19:00 骨盤リセット SATOMI	LIVE 19:00 アロママディ テーション miwa	LIVE 20:00 骨盤調律 grace	対面 12:30 骨盤調律 由起		LIVE 12:30 肩こり解消 あや	LIVE 14:00 ハタヨガ saori	対面 19:00 リラックス TOMOMI	LIVE 19:00 ピラティス SATOMI	対面 21:00 ウェープリング TOMOMI
	LIVE 21:00 骨盤リセット SATOMI						対面 21:00 リンパヨガ nana	LIVE 21:00 陰ヨガ SATOMI	LIVE 21:00 ヨガセラビー miwa						対面 21:00 陰ヨガ SATOMI		

★対面クラスにご参加いただく際のお願い事項★

対面クラスへのご参加の際は、「クラス参加同意書」をお読み頂き、御承諾頂きましたらご受講頂けます。

弱い

↓

強い

※動きの速さや量に比例します

	リラックス系
	アクティブ系
	調整系
	エクササイズ系
	美容系



# VITERA 6月 スケジュール

16日	17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日	24日	25日	26日	27日	28日	29日	30日		
木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木		
原	原	原	原	原	原	原	原	原	原	原	原	原	原	原		
対面 9:30 アロマリラックス saori	対面 9:30 ゆったりリフロー 由起	LIVE 8:30 太陽礼拝フロー さくら	LIVE 8:30 疲労回復 grace	定休日	完全予約制による パーソナル ヨガクラス	LIVE 10:00 ピラティス yuka	対面 10:00 アロマリラックス saori	対面 9:30 デトックス 由起	LIVE 9:30 筋膜リリース 由起	対面 8:30 アロマリラックス saori	対面 8:30 股関節ほぐし 由起	完全予約制による パーソナル ヨガクラス	LIVE 10:00 ハタヨガ saori	対面 10:00 脂肪燃焼 hyuga	対面 9:30 ハタヨガ saori	
対面 11:30 ヒップアップ saori	対面 11:30 筋膜リリース 由起	アロマリラックス saori	ウェーブリング TOMOMI	定休日に 受付中です★	LIVE 12:00 リラククス nana	対面 12:00 ハタヨガ saori	対面 11:30 陰ヨガ 由起	LIVE 11:30 ゆったりリフロー 由起	対面 10:30 ヒップアップ saori	対面 10:30 太陽礼拝フロー 由起	定休日に 受付中です★	LIVE 12:00 アロマリラックス saori	対面 12:00 からだほぐし hyuga	対面 11:30 アロマリラックス saori		
対面 19:00 骨盤調律 hyuga	LIVE 20:00 リラククス さくら	むくみ解消 saori	アロマリラックス saori	ご自宅より プレミアムのお客 様は2クラス	LIVE 14:00 ベーシック nana	対面 19:00 ハタヨガ saori	LIVE 19:00 アンチエイジ ング ERI	対面 20:00 姿勢トレー ニング TOMOMI	対面 19:00 アロマリラックス saori	LIVE 12:30 骨盤調律 さくら	LIVE 12:30 美脚ヨガ あや	ご自宅より プレミアムのお客 様は2クラス	LIVE 14:00 アンチエイジ ング ERI	対面 19:00 リラククス nana	対面 19:00 アンチエイジ ング ERI	対面 19:00 ウェーブリン グ TOMOMI
LIVE 21:00 疲労回復 由起				スタンダード マンスリー5の お客様は1クラス	対面 21:00 アロマリラックス saori	LIVE 21:00 陰ヨガ SATOMI	LIVE 21:00 リラククス TOMOMI					スタンダード マンスリー5の お客様は1クラス	対面 21:00 リンパヨガ nana	対面 21:00 ほぐしヨガ MAIHO	対面 21:00 骨盤リセッ ト SATOMI	
				オンラインにて ご受講 頂けます。								オンラインにて ご受講 頂けます。				
				ご予約は 店舗選択を 「オンライン」を ご選択の上 ご予約を お願い致します。								ご予約は 店舗選択を 「オンライン」を ご選択の上 ご予約を お願い致します。				

★対面クラスにご参加いただく際のお願い事項★

対面クラスへのご参加の際は、「クラス参加同意書」をお読み頂き、御承諾頂きましたらご受講頂けます。

弱い 〵  
↓ 〵〵  
強い 〵〵〵

リラククス系  
アクティブ系  
調整系  
エクササイズ系  
美容系

※動きの速さや量に比例します