



VITERA 7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
金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金
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 あや	メンテナンスDAY	対面 8:30 ウェーブリング TOMOMI	定休日					対面 8:30 アロマリラック ス saori	対面 8:30 太陽礼拝フロー さくら	定休日			対面 9:30 肩こり解消 kazumi	対面 9:30 ヒップアップ saori
対面 11:30 ヴィンヤサフ ロー あや		対面 10:30 リラックス TOMOMI	完全予約制による パーソナル ヨガクラス	対面 10:00 脂肪燃焼 hyuga	対面 10:00 美脚ヨガ あや	対面 11:30 saori	対面 9:30 ヴィンヤサフ ロー あや	対面 10:30 saori	対面 10:30 saori	完全予約制による パーソナル ヨガクラス	LIVE 10:00 アクティブヨガ live yuka	対面 10:00 アロマリラック ス saori	対面 11:30 kazumi	対面 11:30 saori
		LIVE 12:30	定休日に 受付中です★	対面 12:00 からだほぐし hyuga	対面 12:00 アロマリラック ス あや	対面 11:30 saori	LIVE 11:30 からだほぐし live hyuga	LIVE 12:30 saori	LIVE 12:30 さくら	定休日に 受付中です★	対面 12:00 陰ヨガ 由起	対面 12:00 むくみ解消 saori	対面 11:30 シェイプアップ kazumi	対面 11:30 アロマリラック ス saori
		肩こり解消 live あや	ご自宅より プレミアムの お客様は 2クラス	対面 14:00 むくみ解消 saori				股関節ほぐし live 由起	美脚ヨガ live あや	ご自宅より プレミアムの お客様は 2クラス	対面 14:00 骨盤調律 由起			
			スタンダード マンスリー5の お客様は 1クラス							スタンダード マンスリー5の お客様は 1クラス				
			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。	LIVE 19:00	LIVE 19:00	対面 19:00	対面 20:00			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 19:00 姿勢トレーニング live TOMOMI	LIVE 19:00 リラックス nana	LIVE 19:00 骨盤リセット live SATOMI	LIVE 20:00
LIVE 20:00 骨盤調律 live grace				美脚ヨガ live satsuki	骨盤リセット live SATOMI	美ボディ mao	むくみ解消 saori				LIVE 21:00 リラックス live TOMOMI	LIVE 21:00 リンパヨガ nana	LIVE 21:00 骨盤リセット live SATOMI	姿勢改善 live grace
				アロマリラック ス live satsuki	陰ヨガ live SATOMI	骨盤調律 live さくら								

★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。



※動きの速さや量に比例します

