

veda 7月 オンラインクラス (1)スタンダードコース

申込み希望のコース数が決まったら、1～19より好きなコースをご選択ください。
ライブでご参加できなくても、後日録画アーカイブをお送りします。詳しくはページ下部をご参照ください。

コース番号	クラス名	日時		講師	price	
					vedaメンバー	nonメンバー
毎週 (各4回 開催) *5週目(の4週目)はお休み						
①	★ナチュラルムーブメント	毎週(月)	20:00-20:45	増木克存	①～⑨より チケット1枚で 2コース受講ok	①～⑨より 1コースのみ 2,000円
②	★ハタヨガ	毎週(火)	16:00-16:45	若松由貴子		
③	★クリパルヨガ～ジェントル～	毎週(木)	19:30-20:15	中村千恵子	チケット2枚で 4コース受講ok	2コース受講 3,500円
④	★アシュタンガレッド(ハーフ)	毎週(土)	8:00-9:15	濱田麻矢		
⑤	★アシュタンガ基礎	毎週(土)*注1	10:00-10:45	新村貴子	チケット3枚で 6コース受講ok	4コース受講 7,000円
⑥	★クリパルヨガ～モデレート～	毎週(日)	15:30-16:15	中村千恵子		
⑦	Positive English	毎週(金)*注2	12:30-13:10	吉川めい	チケット4枚で 8コース受講ok	6コース受講 10,500円
⑧	今こそ! メディテーション&マインドフルネス	毎週(月)	12:30-13:10	吉川めい		
ワークショップ (単発 開催)						
⑨	★やさしいフローヨガ、呼吸と瞑想	7/12(日)	11:30-12:30	マニーシュ	【veda会員種別】 ■プラチナ■ 月会費 15,000円 (チケット6枚付) ■ゴールド■ 月会費 11,000円 (チケット4枚付) ■シルバー■ 月会費 3,300円 (チケット1枚付)	8コース受講 14,000円
⑩	★足元から作る Yinヨガの基礎 ～身近な物を使って練習をカスタマイズしよう～	7/18(土)	15:00-16:00	桶田弥里		
⑪	★ハタヨガ～五感を研ぎ澄ます～	7/23(木祝)	15:30-16:30	若松由貴子		
⑫	★リラックス骨盤調整ヨガ	7/23(木祝)	17:00-18:00	今村優佳		
⑬	★アーサナ研究所～やさしく紐解くハーフプライマリー～	7/24(金祝)	15:30-17:00	濱田麻矢		
⑭	★太陽礼拝と呼吸と瞑想	7/25(土)	14:30-15:30	吉川めい		
⑮	青い目の僧侶が語る、マインドフルネスあるある	7/4(土)	15:00-16:00	ネルケ無方		
⑯	正しい知識があれば、更年期なんてこわくない!	7/11(土)	12:30-13:30	高尾美穂		
⑰	絵画から紐解く、視野の広がりと感覚	7/11(土)	15:00-16:00	桶田弥里		
⑱	濃厚! 夏の冷んやりスイーツ、ヴィーガンナッツミルクアイスとクレープ	7/19(日)	13:30-14:30	藤田承紀		
⑲	バンド解説トーク	7/25(土)	16:00-17:00	吉川めい 濱田麻矢		

*「★」のコースは、動きやすい服装にお着替えの上、(ヨガ)マットをご準備ください。

*「マンスリーアシュタンガレッド(ハーフ)」へのお申し込みは、別フォーム【(2)マンスリー/特別開催コース】からお願いします。(2枚目参照)

*注1:「アシュタンガ基礎」7/11(土)のみ、⇄翌日7/12(日)に日程を変更しての開催となります。

*注2:「Positive English」4週目(7/24祝)はお休みとなり、5週目(7/31)が開催となります。

※録画アーカイブ(クラス動画)について

お申込みいただいた方に、後日、録画アーカイブのリンクをお送りします。7月のクラスの録画は8/7まで視聴可能です。
期の途中にお申し込みいただいた方には、終了済みのクラスのアーカイブをお送り致しますので安心してお申し込みください。
(注意)下記クラスはクラスの性質上、録画アーカイブ対象外となります。

④アシュタンガレッド(ハーフ)、A)アシュタンガレッド(フル)、B)マンスリーアシュタンガレッド(ハーフ)

《お問い合わせ》

Mail: info@vedatokyo.com

LINE:@vedatokyo *LINEでのお問い合わせが便利です!

営業時間: 9:00～21:00(水曜定休)

*21:00を過ぎてのお問い合わせは、翌日9:00以降にご返信させていただきます。

veda 7月 オンラインクラス (2) マンスリー/特別開催コース

ご希望のコースをご選択ください。
(録画アーカイブは対象外となります。)

コース番号	クラス名	日時	講師	price	
				vedaメンバー	nonメンバー
集中プログラム (90分) from Hawaii *録画アーカイブ対象外				vedaメンバー	nonメンバー
A	アシュタンガレッド(フル)	毎週(日) *注1	8:00-9:30	キャシー・ルイーズ	チケット1枚 3,500円

*動きやすい服装にお着替えの上、(ヨガ)マットをご準備ください。

*注1: 「アシュタンガレッド(フル)」 7/5(日)の ムーンデーも開催となります。

マンスリープログラム (60~75分) *録画アーカイブ対象外					vedaメンバー	nonメンバー
B	マンスリーアシュタンガレッド(ハーフ) 週5回	月/火/木 *注2	7:00-8:00	濱田麻矢	チケット2枚 7,000円	
		金 *注3	7:00-8:00	永瀬夏美		
		土	8:00-9:15	濱田麻矢		

*動きやすい服装にお着替えの上、(ヨガ)マットをご準備ください。

*注2: 7/21(火)ムーンデーは内容を変えて開催となります。7/23(木祝)は開催時間が8:00-9:00となります。

*注3: 7/24(金祝)は開催時間が8:00-9:00となります。

*前ページの④「アシュタンガレッド(ハーフ)」は、上記のマンスリーパスに含まれる土曜日クラスと同じクラスです。

*平日と土曜日では開催時間が異なりますのでご注意ください。

あなただけのパーソナルな時間をお楽しみください。
(スタジオでのパーソナルは、同時開催2組までにて、受け付けております。)

コース番号	クラス名	日時	講師	price	
				vedaメンバー	nonメンバー
パーソナルプログラム (40~60分) *録画アーカイブ対象外				vedaメンバー	nonメンバー
	パーソナルレッスン (@veda)	60分		チケット3枚	-
	パーソナルレッスン(オンライン)	40分		チケット2枚	-
		60分		チケット3枚	-
	コーチングパッケージ	40分x月4		チケット8枚	30,000円
		60分x月4		チケット12枚	40,000円

※パーソナル: 個人セッション。質疑応答や相談に応じる時間。

※コーチング: パーソナルの回数を4回以上のセットにしたもの。

パーソナルより長期にわたるので、ライフスタイル、悩み相談などご希望に沿って提供しやすい特徴があります。

《お問い合わせ》

Mail: info@vedatokyo.com

LINE:@vedatokyo *LINEでのお問い合わせが便利です!

営業時間: 9:00~21:00 (水曜定休)

*21:00を過ぎてのお問い合わせは、翌日 9:00以降にご返信させていただきます。