

2023年1月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
26日 古川パーソナル日本橋	27日 古川パーソナル日本橋	28日 古川パーソナル日本橋	29日 古川パーソナル日本橋 ■ 20:00 振替TAMAMIシルクサスペンション	30日 古川パーソナル日本橋 Aphrodite休講	31日 古川パーソナル日本橋 Aphrodite休講	1日 元日 Aphrodite休講
2日 休日 元日 Aphrodite休講	3日 Aphrodite休講 古川パーソナル日本橋	4日 古川パーソナル日本橋 ■ 10:00 AI姿勢&綺麗な身体作り90	5日 古川パーソナル日本橋 ■ 20:00 TAMAMIシルクサスペンション	6日 古川パーソナル	7日 古川パーソナル ■ 9:30 ノルディックウォーキング 古川、TAMAMI、AI	8日 古川パーソナル ■ 10:00 姿勢&綺麗な身体作り90 ■ 11:45 シルクサスペンション
9日 成人の日 古川パーソナル	10日 古川パーソナル ■ 19:00 姿勢&綺麗な身体作り90	11日 古川パーソナル ■ 10:00 シルクサスペンション	12日 古川パーソナル ■ 20:00 TAMAMI姿勢&綺麗な身体作り	13日 古川パーソナル	14日 古川パーソナル ■ 9:30 姿勢&綺麗な身体作り ■ 11:15 シルクサスペンション	15日 古川パーソナル ■ 10:00 姿勢&綺麗な身体作り90 ■ 11:45 シルクサスペンション
16日 古川パーソナル	17日 古川パーソナル ■ 17:45 シルクサスペンション ■ 19:00 姿勢&綺麗な身体作り90	18日 古川パーソナル ■ 10:00 姿勢&綺麗な身体作り	19日 古川パーソナル ■ 20:00 TAMAMIシルクサスペンション	20日 古川パーソナル	21日 古川パーソナル こども「猫背」講座 ■ 9:30 TAMAMIシルクサスペンション	22日 古川パーソナル 養田先生リンパマッサージ
23日 古川パーソナル	24日 古川パーソナル ■ 19:00 姿勢&綺麗な身体作り90	25日 古川パーソナル ■ 10:00 シルクサスペンション	26日 古川パーソナル ■ 20:00 TAMAMI姿勢&綺麗な身体作り	27日 古川パーソナル	28日 古川パーソナル ■ 9:30 姿勢&綺麗な身体作り ■ 11:15 シルクサスペンション	29日 古川パーソナル 膨脳ヘッドセラピー ■ 10:00 理学療法士アンピリカヨガ75
30日 古川パーソナル	31日 古川パーソナル ■ 17:45 シルクサスペンション ■ 19:00 姿勢&綺麗な身体作り90	1日 古川パーソナル	2日 古川パーソナル	3日 古川パーソナル	4日 古川パーソナル	5日 古川パーソナル