

2023年2月

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