

2023年9月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
28日 古川パーソナル	29日 古川パーソナル ■ 19:00 姿勢&綺麗な身体作り90	30日 ■ 10:00 理学療法士アンピリカヨ ガ75宇野先生	31日	1日 古川パーソナル	2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	3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
4日 古川パーソナル	5日 古川パーソナル ■ 18:00 シルクサスペンション ■ 19:15 姿勢&綺麗な身体作り90	6日 古川パーソナル ■ 10:00 シルクサスペンション ■ 18:00 古川ピラティス60	7日 古川パーソナル ■ 20:00 TAMAMI姿勢&綺麗な身体作り90	8日 古川パーソナル	9日 古川パーソナル ■ 10:00 シルクサスペンション	10日 古川パーソナル
11日 古川パーソナル ■ 19:00 姿勢&綺麗な身体作り90	12日 古川パーソナル日本橋	13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宇野先生 ■ 19:00 nacayociダンス (レンタル) ■ 21:00 nacayociダンス (レンタル)	14日 古川パーソナル日本橋 ■ 20:00 TAMAMISシルクサスペンション	15日 古川パーソナル日本橋	16日 TAMAMIパーソナル 古川パーソナル日本橋 ■ 10:00 TAMAMISシルクサスペンション	17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宇野先生
18日 敬老の日 古川パーソナル日本橋	19日 古川パーソナル日本橋 ■ 19:00 ★会員限定ライブレッスン姿勢&綺麗な身体作り90	20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宇野先生	21日 古川パーソナル日本橋 ■ 20:00 TAMAMI姿勢&綺麗な身体作り90	22日 古川パーソナル日本橋	23日 秋分の日 古川パーソナル日本橋 ■ 14:00 宇野先生の親子イベント (レンタル)	24日 古川パーソナル日本橋
25日 古川パーソナル 古川パーソナル日本橋	26日 古川パーソナル ■ 18:00 シルクサスペンション ■ 19:15 姿勢&綺麗な身体作り90	27日 古川パーソナル ■ 10:00 シルクサスペンション ■ 19:00 nacayociダンス (レンタル) ■ 21:00 nacayociダンス (レンタル)	28日 古川パーソナル ■ 20:00 TAMAMISシルクサスペンション	29日 古川パーソナル ■ 19:00 ノルディックウォーキング	30日 古川パーソナル ■ 10:00 姿勢&綺麗な身体作り ■ 18:00 古川ピラティス60	1日