

# 2024年2月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
29日 古川パーソナル	30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	31日 古川パーソナル ■ 10:00 シルクサスペンション	1日 古川パーソナル Aphrodite休講	2日 古川パーソナル	3日 古川パーソナル ■ 10:00 シルクサスペンション	4日 古川パーソナル ■ 9:30 ノルデックウォーキング TOMO
5日 古川パーソナル	6日 古川パーソナル ■ 19:00 姿勢&綺麗な身体作り90	7日 古川パーソナル ■ 10:00 姿勢&綺麗な身体作り90	8日 古川パーソナル ■ 20:00 古川シルクサスペンション	9日 古川パーソナル	10日 古川パーソナル ■ 10:00 姿勢&綺麗な身体作り90	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 ■ 11:45 シルクサスペンション
12日 建国記念の日 振替休日 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)	15日 古川パーソナル日本橋 ■ 20:00 TAMAMI姿勢&綺麗な身体作り90	16日 古川パーソナル日本橋	17日 古川パーソナル日本橋 TAMAMIパーソナル ■ 10:00 TAMAMIシルクサスペンション	18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日 古川パーソナル日本橋	20日 古川パーソナル日本橋 ■ 20:00 TAMAMI綺麗な身体作り筋トレ	21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 ■ 18:30 理学療法士パーソナル	22日 古川パーソナル ■ 20:00 TAMAMIシルクサスペンション	23日 天皇誕生日 古川パーソナル	24日 古川パーソナル ■ 10:00 姿勢&綺麗な身体作り90	25日 古川パーソナル
26日 古川パーソナル	27日 古川パーソナル ■ 18:00 シルクサスペンション ■ 19:00 姿勢&綺麗な身体作り90	28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)	29日 古川パーソナル ■ 20:00 TAMAMI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 ■ 10:00 姿勢&綺麗な身体作り	3日 古川パーソナル ■ 9:30 ノルデックウォーキング TOMO