

2024年5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 昭和の日	30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	1日 終日体験会 古川パーソナル	2日 終日体験会 古川パーソナル ■ 20:00 姿勢&綺麗な身体作り90	3日 終日体験会 憲法記念日 古川パーソナル	4日 みどりの日 古川パーソナル 終日体験会 ■ 10:00 姿勢&綺麗な身体作り	5日 こどもの日 古川パーソナル 終日体験会 ■ 9:30 ノルデックウォーキングTOMO
6日 古川パーソナル こどもの日 振替休日 ■ 10:00 姿勢&綺麗な身体作り ■ 11:45 シルクサスペンション	7日 古川パーソナル ■ 19:30 ノルデックウォーキングTOMO	8日 古川パーソナル ■ 10:00 姿勢&綺麗な身体作り90 ■ 19:00 nacayociダンス (レンタル) ■ 20:00 nacayociダンス (レンタル) ■ 21:00 nacayociダンス (レンタル)	9日 古川パーソナル ■ 20:00 シルクサスペンション	10日 古川パーソナル日本橋	11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	12日 古川パーソナル日本橋
13日 古川パーソナル日本橋	14日 古川パーソナル日本橋	15日 古川パーソナル日本橋 ■ 10:00 股関節ゆるめるヨガ75宇野先生	16日 古川パーソナル日本橋 ■ 20:00 身体すっきりヨガ75宇野先生	17日 古川パーソナル日本橋 ■ 19:30 宇野先生ナイトヨガイベント	18日 古川パーソナル日本橋	19日 古川パーソナル日本橋 ■ 20:00 骨盤調整ヨガ75宇野先生
20日 古川パーソナル日本橋	21日 古川パーソナル日本橋	22日 古川パーソナル日本橋 ■ 10:00 肩周り整えヨガ75宇野先生 ■ 19:00 nacayociダンス (レンタル) ■ 20:00 nacayociダンス (レンタル) ■ 21:00 nacayociダンス (レンタル)	23日 休講	24日 古川パーソナル	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
27日 古川パーソナル	28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	29日 古川パーソナル ■ 10:00 シルクサスペンション	30日 古川パーソナル ■ 20:00 シルクサスペンション	31日 古川パーソナル	1日 古川パーソナル ■ 10:00 姿勢&綺麗な身体作り	2日 古川パーソナル ■ 9:30 ノルデックウォーキングTOMO