

2024年6月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
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
3日 古川パーソナル	4日 古川パーソナル ■ 19:30 ノルデックウォーキング TOMO	5日 古川パーソナル ■ 10:00 姿勢&綺麗な身体作り	6日 古川パーソナル ■ 20:00 姿勢&綺麗な身体作り	7日 古川パーソナル日本橋	8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	9日 古川パーソナル日本橋
10日 古川パーソナル日本橋	11日 古川パーソナル日本橋	12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 ■ 19:00 nacayociダンス (レンタル) ■ 20:00 nacayociダンス (レンタル)	13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	14日 古川パーソナル日本橋	15日 古川パーソナル日本橋	16日 古川パーソナル日本橋 ■ 10:00 骨盤調整ヨガ75宇野先生
17日 古川パーソナル日本橋	18日 古川パーソナル日本橋	19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	20日 古川パーソナル ■ 20:00 シルクサスペンション	21日 古川パーソナル	22日 古川パーソナル ■ 10:00 姿勢&綺麗な身体作り	23日 古川パーソナル ■ 10:00 シルクサスペンション
24日 古川パーソナル	25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	26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) ■ 20:00 nacayociダンス (レンタル) ■ 21:00 nacayociダンス (レンタル)	27日 古川パーソナル ■ 20:00 姿勢&綺麗な身体作り	28日 古川パーソナル日本橋	29日 古川パーソナル日本橋	30日 古川パーソナル日本橋