

2024年9月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
26日	27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	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) ■ 20:00 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 シルクサスペンション	30日 古川パーソナル	31日 古川パーソナル ■ 10:00 姿勢&綺麗な身体作り	1日 映画イベント Aphrodite休講
2日 古川パーソナル	3日 古川パーソナル ■ 19:30 ノルデックウォーキング TOMO	4日 古川パーソナル ■ 10:00 姿勢&綺麗な身体作り	5日 古川パーソナル ■ 20:00 姿勢&綺麗な身体作り	6日 古川パーソナル	7日 古川パーソナル ■ 10:00 姿勢&綺麗な身体作り ■ 11:45 シルクサスペンション	8日 古川パーソナル ■ 9:30 ノルデックウォーキング TOMO
9日 古川パーソナル ■ 20:00 9/12振替シルクサスペンション	10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	11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)	12日 古川パーソナル日本橋 Aphrodite休講	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 骨盤調整ヨガ75宇野先生
16日 敬老の日 古川パーソナル日本橋	17日 古川パーソナル日本橋	18日 古川パーソナル日本橋 ■ 10:00 自律神経整えヨガ75宇野先生	19日 古川パーソナル日本橋 ■ 20:00 身体めぐりヨガ75宇野先生	20日 古川パーソナル日本橋	21日 TAMAMIパーソナル 古川パーソナル日本橋 ■ 10:00 TAMAMIシルクサスペンション	22日 秋分の日 美フェスタ原宿
23日 秋分の日 振替休日 古川パーソナル日本橋	24日 古川パーソナル日本橋	25日 古川パーソナル日本橋 ■ 10:00 身体すっきりヨガ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)	26日 古川パーソナル ■ 20:00 シルクサスペンション	27日 古川パーソナル	28日 古川パーソナル ■ 10:00 姿勢&綺麗な身体作り ■ 11:45 シルクサスペンション	29日 古川パーソナル ■ 10:00 姿勢&綺麗な身体作り ■ 11:45 シルクサスペンション
30日 古川パーソナル	1日 古川パーソナル ■ 19:00 姿勢&綺麗な身体作り90	2日 古川パーソナル ■ 10:00 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	5日 古川パーソナル ■ 10:00 姿勢&綺麗な身体作り ■ 11:45 シルクサスペンション	6日 講演会14:00