

2026年2月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
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 ■ 19:15 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 ■ 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	1日 古川パーソナル ■ 10:00 ノルディックウォーキングTOMO
2日 古川パーソナル	3日 古川パーソナル 節分 ■ 19:00 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90 ■ 16:30 小学生無料講座、宇野先生	5日 古川パーソナル ■ 20:00 姿勢&綺麗な身体作り90	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日 古川パーソナル	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 建国記念の日 ■ 10:00 シルクサスペンション ■ 11:15 姿勢&綺麗な身体作り ■ 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 ■ 20:00 シルクサスペンション	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 デトックスフローヨガ75宇野先生
16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 骨盤調整ヨガ75宇野先生 ■ 16:30 小学生無料講座、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 ■ 11:00 TAMAMIシルクサスペンション	22日 古川パーソナル日本橋
23日 天皇誕生日 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 肩こり解消ヨガ75宇野先生 ■ 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 シルクサスペンション ■ 11:15 姿勢&綺麗な身体作り	1日 古川パーソナル ■ 10:00 ノルディックウォーキングTOMO