

2026年9月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
31日 古川パーソナル	1日 古川パーソナル ■ 19:00 ノルデックウォーキング TOMO	2日 古川パーソナル ■ 10:00 シルクサスペンション ■ 21:00 nacayociダンス（レンタル）	3日 古川パーソナル ■ 20:00 姿勢&綺麗な身体作り	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 古川パーソナル
7日 古川パーソナル	8日 古川パーソナル	9日 古川パーソナル ■ 10:00 姿勢&綺麗な身体作り90	10日 古川パーソナル ■ 20:00 シルクサスペンション	11日 古川パーソナル日本橋	12日 古川パーソナル日本橋	13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
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 ■ 21:00 nacayociダンス（レンタル）	17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	18日 古川パーソナル日本橋	19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	20日 古川パーソナル日本橋
21日 敬老の日 古川パーソナル日本橋	22日 古川パーソナル 国民の休日	23日 秋分の日 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	24日 古川パーソナル ■ 20:00 シルクサスペンション	25日 古川パーソナル	26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	27日 古川パーソナル
28日 古川パーソナル	29日 古川パーソナル ■ 10:00 長府苑、古川&宇野コラボイベント	30日 古川パーソナル	1日 古川パーソナル	2日 古川パーソナル	3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	4日 古川パーソナル ■ 9:30 ノルディックスローウォーキングTOMO