

# 2021年5月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
26日 スタジオ体験会	27日 スタジオ体験会 ■ 17:45 シルクサスペンション ■ 19:00 姿勢&綺麗な身体作り	28日 スタジオ体験会 ■ 9:30 姿勢&綺麗な身体作り ■ 14:30 古川パーソナル ■ 19:30 姿勢&綺麗な身体作り	29日 昭和の日 ■ 9:30 シルクサスペンション ■ 10:30 ノルディックウォーキング	30日 スタジオ体験会 遠隔地リモート	1日 スタジオ体験会 ■ 9:30 姿勢&綺麗な身体作り ■ 11:15 シルクサスペンション	2日 スタジオ体験会 ■ 10:00 姿勢&綺麗な身体作り ■ 12:00 シルクサスペンション
3日 スタジオ体験会 憲法記念日 ■ 9:30 美脚クラス120 ■ 12:00 こども食堂	4日 スタジオ体験会 みどりの日 ■ 17:45 シルクサスペンション ■ 19:00 姿勢&綺麗な身体作り	5日 スタジオ体験会 こどもの日 ■ 9:30 シルクサスペンション ■ 10:45 姿勢&綺麗な身体作り	6日 スタジオ体験会 ■ 18:30 シルクサスペンション ■ 20:00 シルクサスペンション	7日 スタジオ体験会 遠隔地リモート	8日 スタジオ体験会 ■ 9:30 シルクサスペンション	9日 スタジオ体験会 ■ 10:00 美脚クラス120
10日 スタジオ体験会	11日 スタジオ体験会 ■ 19:00 姿勢&綺麗な身体作り	12日 スタジオ体験会 ■ 9:30 姿勢&綺麗な身体作り ■ 19:30 姿勢&綺麗な身体作り	13日 スタジオ体験会 古川パーソナル ■ 18:30 シルクサスペンション ■ 20:00 シルクサスペンション	14日 スタジオ体験会 遠隔地リモート	15日 スタジオ体験会 ■ 9:30 姿勢&綺麗な身体作り	16日 スタジオ体験会
17日 スタジオ体験会	18日 スタジオ体験会 ■ 17:45 シルクサスペンション ■ 19:00 姿勢&綺麗な身体作り	19日 スタジオ体験会 ■ 9:30 韓シルクサスペンション	20日 スタジオ体験会 ■ 20:00 品田姿勢&綺麗な身体作り	21日 スタジオ体験会 遠隔地リモート	22日 ■ 9:30 韓シルクサスペンション	23日 休講
24日 スタジオ体験会	25日 スタジオ体験会 ■ 19:00 品田姿勢&綺麗な身体作り	26日 スタジオ体験会	27日 スタジオ体験会 ■ 20:00 品田シルクサスペンション	28日 スタジオ体験会 遠隔地リモート	29日 スタジオ体験会	30日 スタジオ体験会 ■ 8:00 ノルディックウォーキング
31日 スタジオ体験会	1日 スタジオ体験会	2日 スタジオ体験会	3日 スタジオ体験会	4日 スタジオ体験会 遠隔地リモート	5日 スタジオ体験会	6日 スタジオ体験会 リモート講習会…クウォーキング