

2022年9月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
29日 古川パーソナル	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 ■ 18:30 シルクサスペンション ■ 20:00 シルクサスペンション	2日 古川パーソナル 遠隔地リモート	3日 古川パーソナル ■ 8:00 ノルディックウォーキング ■ 9:45 姿勢&綺麗な身体作り	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	6日 古川パーソナル ■ 17:45 シルクサスペンション ■ 19:00 姿勢&綺麗な身体作り	7日 古川パーソナル ■ 10:00 シルクサスペンション	8日 古川パーソナル ■ 20:00 品田先生姿勢&綺麗な身体作り	9日 古川パーソナル東京	10日 古川パーソナル東京 TAMAMI/パーソナル ■ 9:30 品田先生シルクサスペンション	11日 古川パーソナル東京
12日 古川パーソナル東京	13日 古川パーソナル東京 ■ 19:00 愛先生姿勢&綺麗な身体作り	14日 古川パーソナル東京 ■ 10:00 愛先生姿勢&綺麗な身体作り	15日 古川パーソナル東京 ■ 20:00 品田先生シルクサスペンション	16日 古川パーソナル東京	17日 古川パーソナル東京 TAMAMI/パーソナル ■ 9:30 品田先生姿勢&綺麗な身体作り	18日 古川パーソナル東京
19日 敬老の日 古川パーソナル東京	20日 古川パーソナル東京 ■ 19:00 愛先生姿勢&綺麗な身体作り	21日 古川パーソナル東京 ■ 10:00 愛先生姿勢&綺麗な身体作り	22日 古川パーソナル東京 ■ 20:00 品田先生姿勢&綺麗な身体作り	23日 秋分の日 古川パーソナル東京	24日 古川パーソナル ■ 9:30 シルクサスペンション	25日 古川パーソナル ■ 10:00 姿勢&綺麗な身体作り
26日 古川パーソナル	27日 古川パーソナル ■ 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 古川パーソナル ■ 10:00 シルクサスペンション	29日 古川パーソナル	30日 古川パーソナル 遠隔地リモート	1日	2日