

2018年7月

JULY  
平成30年

月	火	水	木	金	土	日
25	26	27	28	29	30	1
2	3 自分で身体を整える 18:30~19:30 ボディアライメント	4	5	6	7	8 10:30~12:00 スロ-FLOW
9	10 自分で身体を整える 18:30~19:30 ボディアライメント	11	12	13	14 10:30~12:00 スロ-FLOW	15
16 海の日	17 自分で身体を整える 18:30~19:30 ボディアライメント	18	19	20	21 10:30~12:00 スロ-FLOW	22
23	24 自分で身体を整える 18:30~19:30 ボディアライメント	25	26	27	28 10:30~12:00 スロ-FLOW	29
30	31 自分で身体を整える 18:30~19:30 ボディアライメント	1	2	3	4	5