

コンディショニング・クラス 1月の予定表

1月						
日	月	火	水	木	金	土
年末年始休暇1/4まで						1
2	3 新津が代行します	4	5 リンパ	6 首・肩	7 ウエストほっそり 呼吸法	8 足
9	10 首・肩	11	12 足	13 フットセラピー	14 骨盤調整	15 リンパ
16	17 リンパ	18	19 骨盤調整	20 足	21 首・肩	22 コア&体幹
23	24 足	25	26 首・肩	27 コア&体幹	28 足	29 首・肩
30	31 骨盤調整					