

5月

2024年

講座スケジュール in Studio Leaf

※都合により代行や休講となる場合がございます。

日	月	火	水	木	金	土
			1 【実技/YOGA】9:30~10:30 aikot(モーニングヨガ) 【座学】15:00~17:00 はじめてのペン字&書道教室	2 【実技/健康】10:30~11:30 気功と24式太極拳 〔定期利用〕 16:00~20:00	3 憲法記念日	4 みどりの日 【実技/YOGA】9:30~10:30 aikot(肩甲骨フロー) 【実技/武道】15:00~(75分) キッズ空手 【実技/武道】15:30~(90分) 一般武道
5 こどもの日 〔定期利用〕 10:00~11:30	6 振替休日	7 〔定期利用〕 16:15~20:15	8 【実技/健康】10:30~11:30 気功と24式太極拳	9 【実技/健康】10:30~11:15 基礎自然健康体操45 〔定期利用〕 16:00~20:00	10	11 【実技/健康】10:30~11:30 自然健康体操60
12 【実技/YOGA】10:00~11:00 Acco(心も体も広がるヨガストレッチ) 【実技/武道】13:00~(75分) キッズ空手 【実技/武道】13:30~(90分) 一般武道	13	14 【実技/YOGA】8:00~9:00 AKIKO(太陽礼拝フロー1) 〔定期利用〕 16:15~20:15	15 【実技/YOGA】9:30~10:30 aikot(モーニングヨガ) 【座学】15:00~17:00 はじめてのペン字&書道教室	16 【実技/健康】10:30~11:30 気功と24式太極拳 〔定期利用〕 16:00~20:00	17 〔WS-2利用〕 13:00~15:30	18 【実技/YOGA】9:30~10:30 Acco(季節のヨガ) 【実技/武道】15:00~(75分) キッズ空手 【実技/武道】15:30~(90分) 一般武道 〔WS-A利用〕 12:00~15:00
19 〔定期利用〕 10:00~11:30	20	21 〔定期利用〕 16:15~20:15	22 【実技/健康】10:30~11:30 気功と24式太極拳	23 【実技/健康】10:30~11:15 基礎自然健康体操45 〔定期利用〕 16:00~20:00	24	25 【実技/健康】10:30~11:30 自然健康体操60
26 【実技/YOGA】10:00~11:00 aikot(ハタフロー①) 【実技/武道】13:00~(75分) キッズ空手 【実技/武道】14:00~(90分) 一般武道	27	28 【実技/YOGA】8:00~9:00 AKIKO(太陽礼拝フロー1) 〔定期利用〕 16:15~20:15	29	30 〔定期利用〕 16:00~20:00	31	