

4月 2026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	2 【実技/健康】10:30～11:30 気功と24式太極拳	3 〔定期利用〕 16:45～18:15	4 【実技/YOGA】9:30～10:30 aiko.t(肩甲骨フロー) 【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
5 〔定期利用〕 10:00～11:30	6	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】9:30～10:15 基礎自然健康体操45	10 〔定期利用〕 16:45～18:15	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】14:00～(75分) キッズ空手 【実技/武道】14:30～(90分) 一般武道	13	14 〔定期利用〕 16:15～20:15	15	16 【実技/健康】10:30～11:30 気功と24式太極拳	17 〔定期利用〕 16:45～18:15	18 【実技/YOGA】9:30～10:30 Acco(季節のヨガ) 【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
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】9:30～10:15 基礎自然健康体操45	24 〔定期利用〕 16:45～18:15	25 【実技/健康】10:30～11:30 自然健康体操60
26 【実技/YOGA】10:00～11:00 aiko.t(ハタフロー①) 【実技/武道】14:00～(75分) キッズ空手 【実技/武道】14:30～(90分) 一般武道	27	28 〔定期利用〕 16:15～20:15	29 昭和の日	30		