

# 3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
<b>1</b> 【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 [定期利用] 10:00～11:30	2	3 [定期利用] 16:15～20:15	4	<b>5</b> 【実技/健康】10:30～11:30 気功と24式太極拳	<b>6</b> [定期利用] 16:45～18:15	<b>7</b> 【実技/健康】10:30～11:30 自然健康体操60 【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
<b>8</b> 【実技/YOGA】10:00～11:00 Acco(心も体も広がるヨガストレッチ)	9	<b>10</b> [定期利用] 16:15～20:15	<b>11</b> 【実技/健康】10:30～11:30 気功と24式太極拳	<b>12</b> 【実技/健康】9:30～10:15 基礎自然健康体操45	<b>13</b> [定期利用] 16:45～18:15	<b>14</b> 【実技/YOGA】 <b>9:00～10:00</b> aiko.t(肩甲骨フロー) ↑時間帯が変更になっておりますので、ご注意ください。
<b>15</b> 【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 [定期利用] 10:00～11:30	16	<b>17</b> [定期利用] 16:15～20:15	18	<b>19</b> 【実技/健康】10:30～11:30 気功と24式太極拳	<b>20 春分の日</b> [定期利用] 16:45～18:15	<b>21</b> 【実技/健康】10:30～11:30 自然健康体操60 【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
<b>22</b> 【実技/YOGA】10:00～11:00 aiko.t(ハタフロー①)	23	<b>24</b> [定期利用] 16:15～20:15	<b>25</b> 【実技/健康】10:30～11:30 気功と24式太極拳	<b>26</b> 【実技/健康】9:30～10:15 基礎自然健康体操45	<b>27</b> [定期利用] 16:45～18:15	<b>28</b> 【実技/YOGA】 <b>9:00～10:00</b> Acco(季節のヨガ) ↑時間帯が変更になっておりますので、ご注意ください。
<b>29</b> [定期利用] 10:00～11:30	<b>30</b>	<b>31</b> [定期利用] 16:15～20:15				