

**Aスタジオレッスン代行のお知らせ**

**2021年3月1日（月）**

---

**10時40分～11時25分**

---

**ルーシーダットン→骨盤ストレッチ**

---

**大橋 静恵 ⇒ 野島 裕子**

---

**Aスタジオレッスン代行のお知らせ**  
**2021年3月9日 (火)**

---

**13時15分～14時00分**

---

**コンテイショニング**

---

**柳瀬 雅明** ⇒ **沼田 葉子**

---

**Aスタジオレッスン代行のお知らせ**  
**2021年3月18日 (木)**

---

**13時15分～14時00分**

---

**ヨ**

**ガ**

---

**木原 優子** → **天野 玲**

---

**Aスタジオレッスン代行のお知らせ**  
**2021年3月25日 (木)**

---

**13時15分～14時00分**

---

**ヨ**

**ダ**

---

**木原 優子** ⇒ **天野 玲**

---

Aスタジオレッスン代行のお知らせ

2021年3月29日（月）

---

10時40分～11時25分

---

ルーシーダットン→骨盤ストレッチ

---

大橋 静恵 → 野島 裕子

---

**Aスタジオレッスン代行のお知らせ**

**2021年3月31日 (水)**

---

**19時00分～19時45分**

---

**姿勢改善体操**

---

**福島 正 ⇒ 沼田 葉子**

---