







【SP:特別レッスン】

👑=トップインストラクター

| レッスン日時            | 強度 | レッスン名     | 担当インストラクター |
|-------------------|----|-----------|------------|
| 1(火) 09:20-10:05  | 1  | 見学会(2.45) | 浅田理沙       |
| 1(火) 12:00-12:45  | 1  | 見学会(2.45) | 森田真帆       |
| 1(火) 13:40-14:25  | 1  | 見学会(2.45) | 種田有希       |
| 1(火) 15:50-16:35  | 1  | 見学会(2.45) | 加井ひかる      |
| 1(火) 17:40-18:25  | 1  | 見学会(2.45) | 種田有希       |
| 1(火) 20:20-21:05  | 1  | 見学会(2.45) | 久保井さくら     |
| 2(水) 09:20-10:05  | 1  | 見学会(2.45) | 浅田理沙       |
| 2(水) 11:00-11:45  | 1  | 見学会(2.45) | 中塚安紀子      |
| 2(水) 12:20-13:05  | 1  | 見学会(2.45) | 繁岡実咲       |
| 2(水) 14:30-15:15  | 1  | 見学会(2.45) | 種田有希       |
| 2(水) 16:30-17:15  | 1  | 見学会(2.45) | 久保井さくら     |
| 2(水) 17:50-18:35  | 1  | 見学会(2.45) | 森田真帆       |
| 2(水) 19:50-20:35  | 1  | 見学会(2.45) | 島内優衣       |
| 3(木) 09:20-10:05  | 1  | 見学会(2.45) | 中塚安紀子      |
| 3(木) 11:20-12:05  | 1  | 見学会(2.45) | 浅田理沙       |
| 3(木) 13:10-13:55  | 1  | 見学会(2.45) | 森田真帆       |
| 3(木) 15:00-15:45  | 1  | 見学会(2.45) | 種田有希       |
| 3(木) 16:20-17:05  | 1  | 見学会(2.45) | 浅田理沙       |
| 3(木) 18:10-18:55  | 1  | 見学会(2.45) | 加井ひかる      |
| 4(金) 09:20-10:05  | 1  | 見学会(2.45) | 中塚安紀子      |
| 4(金) 11:10-11:55  | 1  | 見学会(2.45) | 中島彩        |
| 4(金) 13:20-14:05  | 1  | 見学会(2.45) | 繁岡実咲       |
| 4(金) 14:50-15:35  | 1  | 見学会(2.45) | 島内優衣       |
| 4(金) 16:50-17:35  | 1  | 見学会(2.45) | 久保井さくら     |
| 4(金) 20:10-20:55  | 1  | 見学会(2.45) | 繁岡実咲       |
| 5(土) 07:50-08:35  | 1  | 見学会(2.45) | 中塚安紀子      |
| 5(土) 09:50-10:35  | 1  | 見学会(2.45) | 浅田理沙       |
| 5(土) 11:40-12:25  | 1  | 見学会(2.45) | 中島彩        |
| 5(土) 12:50-13:35  | 1  | 見学会(2.45) | 久保井さくら     |
| 5(土) 15:10-15:55  | 1  | 見学会(2.45) | 島内優衣       |
| 5(土) 16:50-17:35  | 1  | 見学会(2.45) | 繁岡実咲       |
| 7(月) 09:20-10:05  | 1  | 見学会(2.45) | 中島彩        |
| 7(月) 11:40-12:25  | 1  | 見学会(2.45) | 種田有希       |
| 7(月) 18:00-18:45  | 1  | 見学会(2.45) | 加井ひかる      |
| 7(月) 20:00-20:45  | 1  | 見学会(2.45) | 島内優衣       |
| 8(火) 09:20-10:05  | 1  | 見学会(2.45) | 中島彩        |
| 8(火) 11:45-12:30  | 1  | 見学会(2.45) | 森田真帆       |
| 8(火) 13:40-14:25  | 1  | 見学会(2.45) | 種田有希       |
| 8(火) 15:50-16:35  | 1  | 見学会(2.45) | 久保井さくら     |
| 8(火) 17:20-18:05  | 1  | 見学会(2.45) | 中塚安紀子      |
| 8(火) 20:10-20:55  | 1  | 見学会(2.45) | 島内優衣       |
| 9(水) 10:10-10:55  | 1  | 見学会(2.45) | 種田有希       |
| 9(水) 13:20-14:05  | 1  | 見学会(2.45) | 繁岡実咲       |
| 9(水) 14:30-15:15  | 1  | 見学会(2.45) | 浅田理沙       |
| 9(水) 16:30-17:15  | 1  | 見学会(2.45) | 中塚安紀子      |
| 9(水) 19:50-20:35  | 1  | 見学会(2.45) | 島内優衣       |
| 10(木) 10:00-10:45 | 1  | 見学会(2.45) | 森田真帆       |
| 10(木) 11:20-12:05 | 1  | 見学会(2.45) | 中島彩        |
| 10(木) 13:00-13:45 | 1  | 見学会(2.45) | 種田有希       |
| 10(木) 14:30-15:15 | 1  | 見学会(2.45) | 久保井さくら     |
| 10(木) 16:20-17:05 | 1  | 見学会(2.45) | 加井ひかる      |

| レッスン日時            | 強度 | レッスン名     | 担当インストラクター |
|-------------------|----|-----------|------------|
| 10(木) 17:45-18:30 | 1  | 見学会(2.45) | 島内優衣       |
| 11(金) 09:20-10:05 | 1  | 見学会(2.45) | 久保井さくら     |
| 11(金) 11:40-12:25 | 1  | 見学会(2.45) | 浅田理沙       |
| 11(金) 13:30-14:15 | 1  | 見学会(2.45) | 加井ひかる      |
| 11(金) 14:50-15:35 | 1  | 見学会(2.45) | 中塚安紀子      |
| 11(金) 16:50-17:35 | 1  | 見学会(2.45) | 久保井さくら     |
| 11(金) 20:00-20:45 | 1  | 見学会(2.45) | 中塚安紀子      |
| 12(土) 08:00-08:45 | 1  | 見学会(2.45) | 種田有希       |
| 12(土) 09:50-10:35 | 1  | 見学会(2.45) | 久保井さくら     |
| 12(土) 11:40-12:25 | 1  | 見学会(2.45) | 森田真帆       |
| 12(土) 12:50-13:35 | 1  | 見学会(2.45) | 中島彩        |
| 12(土) 15:20-16:05 | 1  | 見学会(2.45) | 加井ひかる      |
| 12(土) 16:50-17:35 | 1  | 見学会(2.45) | 繁岡実咲       |
| 14(月) 09:20-10:05 | 1  | 見学会(2.45) | 浅田理沙       |
| 14(月) 11:40-12:25 | 1  | 見学会(2.45) | 中島彩        |
| 14(月) 13:15-14:00 | 1  | 見学会(2.45) | 種田有希       |
| 14(月) 15:50-16:35 | 1  | 見学会(2.45) | 島内優衣       |
| 14(月) 17:50-18:35 | 1  | 見学会(2.45) | 中塚安紀子      |
| 14(月) 20:20-21:05 | 1  | 見学会(2.45) | 久保井さくら     |
| 15(火) 09:20-10:05 | 1  | 見学会(2.45) | 森田真帆       |
| 15(火) 11:20-12:05 | 1  | 見学会(2.45) | 浅田理沙       |
| 15(火) 13:10-13:55 | 1  | 見学会(2.45) | 種田有希       |
| 15(火) 15:40-16:25 | 1  | 見学会(2.45) | 繁岡実咲       |
| 15(火) 17:20-18:05 | 1  | 見学会(2.45) | 加井ひかる      |
| 15(火) 19:20-20:05 | 1  | 見学会(2.45) | 中塚安紀子      |
| 16(水) 12:10-12:55 | 1  | 見学会(2.45) | 繁岡実咲       |
| 16(水) 14:20-15:05 | 1  | 見学会(2.45) | 久保井さくら     |
| 16(水) 15:50-16:35 | 1  | 見学会(2.45) | 加井ひかる      |
| 16(水) 17:20-18:05 | 1  | 見学会(2.45) | 種田有希       |
| 17(木) 10:20-11:05 | 1  | 見学会(2.45) | 加井ひかる      |
| 17(木) 13:00-13:45 | 1  | 見学会(2.45) | 中塚安紀子      |
| 17(木) 14:50-15:35 | 1  | 見学会(2.45) | 繁岡実咲       |
| 17(木) 16:10-16:55 | 1  | 見学会(2.45) | 加井ひかる      |
| 17(木) 19:00-19:45 | 1  | 見学会(2.45) | 種田有希       |
| 18(金) 14:00-14:45 | 1  | 見学会(2.45) | 中塚安紀子      |
| 18(金) 15:20-16:05 | 1  | 見学会(2.45) | 森田真帆       |
| 18(金) 16:40-17:25 | 1  | 見学会(2.45) | 繁岡実咲       |
| 18(金) 19:00-19:45 | 1  | 見学会(2.45) | 島内優衣       |
| 19(土) 08:00-08:45 | 1  | 見学会(2.45) | 浅田理沙       |
| 19(土) 09:30-10:15 | 1  | 見学会(2.45) | 中塚安紀子      |
| 19(土) 10:50-11:35 | 1  | 見学会(2.45) | 森田真帆       |
| 19(土) 12:20-13:05 | 1  | 見学会(2.45) | 種田有希       |
| 19(土) 13:45-14:30 | 1  | 見学会(2.45) | 繁岡実咲       |
| 19(土) 15:30-16:15 | 1  | 見学会(2.45) | 種田有希       |
| 19(土) 16:50-17:35 | 1  | 見学会(2.45) | 久保井さくら     |
| 21(月) 08:00-08:45 | 1  | 見学会(2.45) | 浅田理沙       |
| 21(月) 10:00-10:45 | 1  | 見学会(2.45) | 中塚安紀子      |
| 21(月) 11:50-12:35 | 1  | 見学会(2.45) | 森田真帆       |
| 21(月) 13:10-13:55 | 1  | 見学会(2.45) | 繁岡実咲       |
| 21(月) 14:45-15:30 | 1  | 見学会(2.45) | 島内優衣       |
| 21(月) 16:30-17:15 | 1  | 見学会(2.45) | 加井ひかる      |

| レッスンの日時 | 強度          | レッスン名       | 担当インストラクター |
|---------|-------------|-------------|------------|
| 22(火)   | 09:20-10:05 | 1 見学会(2.45) | 久保井さくら     |
| 22(火)   | 11:20-12:05 | 1 見学会(2.45) | 島内優衣       |
| 22(火)   | 18:10-18:55 | 1 見学会(2.45) | 島内優衣       |
| 22(火)   | 20:00-20:45 | 1 見学会(2.45) | 加井ひかる      |
| 23(水)   | 09:20-10:05 | 1 見学会(2.45) | 加井ひかる      |
| 23(水)   | 11:50-12:35 | 1 見学会(2.45) | 島内優衣       |
| 23(水)   | 14:10-14:55 | 1 見学会(2.45) | 森田真帆       |
| 23(水)   | 17:00-17:45 | 1 見学会(2.45) | 繁岡実咲       |
| 23(水)   | 19:00-19:45 | 1 見学会(2.45) | 種田有希       |
| 24(木)   | 09:20-10:05 | 1 見学会(2.45) | 加井ひかる      |
| 24(木)   | 11:00-11:45 | 1 見学会(2.45) | 中島彩        |
| 24(木)   | 12:30-13:15 | 1 見学会(2.45) | 中塚安紀子      |
| 24(木)   | 14:20-15:05 | 1 見学会(2.45) | 浅田理沙       |
| 24(木)   | 17:00-17:45 | 1 見学会(2.45) | 島内優衣       |
| 24(木)   | 20:00-20:45 | 1 見学会(2.45) | 久保井さくら     |
| 25(金)   | 09:20-10:05 | 1 見学会(2.45) | 浅田理沙       |
| 25(金)   | 11:20-12:05 | 1 見学会(2.45) | 中塚安紀子      |
| 25(金)   | 14:20-15:05 | 1 見学会(2.45) | 繁岡実咲       |
| 25(金)   | 17:00-17:45 | 1 見学会(2.45) | 島内優衣       |
| 25(金)   | 19:00-19:45 | 1 見学会(2.45) | 久保井さくら     |
| 26(土)   | 08:00-08:45 | 1 見学会(2.45) | 繁岡実咲       |
| 26(土)   | 09:30-10:15 | 1 見学会(2.45) | 中島彩        |
| 26(土)   | 10:50-11:35 | 1 見学会(2.45) | 島内優衣       |
| 26(土)   | 12:20-13:05 | 1 見学会(2.45) | 久保井さくら     |
| 26(土)   | 13:45-14:30 | 1 見学会(2.45) | 加井ひかる      |
| 26(土)   | 15:40-16:25 | 1 見学会(2.45) | 種田有希       |
| 28(月)   | 09:20-10:05 | 1 見学会(2.45) | 種田有希       |
| 28(月)   | 11:20-12:05 | 1 見学会(2.45) | 加井ひかる      |
| 28(月)   | 13:20-14:05 | 1 見学会(2.45) | 中島彩        |
| 28(月)   | 14:45-15:30 | 1 見学会(2.45) | 島内優衣       |
| 28(月)   | 16:40-17:25 | 1 見学会(2.45) | 浅田理沙       |
| 28(月)   | 19:10-19:55 | 1 見学会(2.45) | 繁岡実咲       |
| 29(火)   | 09:20-10:05 | 1 見学会(2.45) | 中塚安紀子      |
| 29(火)   | 11:20-12:05 | 1 見学会(2.45) | 島内優衣       |
| 29(火)   | 13:00-13:45 | 1 見学会(2.45) | 加井ひかる      |
| 29(火)   | 15:20-16:05 | 1 見学会(2.45) | 浅田理沙       |
| 29(火)   | 17:50-18:35 | 1 見学会(2.45) | 繁岡実咲       |
| 29(火)   | 19:50-20:35 | 1 見学会(2.45) | 加井ひかる      |
| 30(水)   | 09:20-10:05 | 1 見学会(2.45) | 繁岡実咲       |
| 30(水)   | 11:00-11:45 | 1 見学会(2.45) | 種田有希       |
| 30(水)   | 13:50-14:35 | 1 見学会(2.45) | 中島彩        |
| 30(水)   | 16:50-17:35 | 1 見学会(2.45) | 中塚安紀子      |
| 30(水)   | 18:40-19:25 | 1 見学会(2.45) | 久保井さくら     |
| 31(木)   | 09:20-10:05 | 1 見学会(2.45) | 中島彩        |
| 31(木)   | 11:20-12:05 | 1 見学会(2.45) | 繁岡実咲       |
| 31(木)   | 12:30-13:15 | 1 見学会(2.45) | 加井ひかる      |
| 31(木)   | 14:20-15:05 | 1 見学会(2.45) | 浅田理沙       |

○ … 常温レッスン  
 ● … 体験レッスン予約可能  
 10分 … 10分講座

SP … 特別レッスン  
 WS … プレミアムワークショップ  
 (追加料金あり)

**【注意事項】**  
 ●スケジュール、担当インストラクターは予告なく変更する場合がございますので、予めご了承ください。  
 ●レッスンの開始時間を過ぎてしまった場合はご愛請いただけません。お時間に余裕をもってお越しください。

レッスン前 10分講座  
 18:30-19:30  
 レッスン名  
 インストラクター名  
 10分

レッスン後 10分講座  
 21:00-22:00  
 レッスン名  
 インストラクター名  
 10分


【PC/スマートフォン】 [www.rintosull.jp](http://www.rintosull.jp)

会員様専用  
 予約ページ  


LINE  
 公式アカウント  


Instagram  


オンラインストア  
 Lapre  


オンラインヨガ  
 UCHIYOGA+  
