

2026年2月レッスンスケジュール Rintosull 江坂店(全スタジオ:女性専用)

※2026年02月27日02:03 出力時点の情報です。最新情報は予約サイトをご確認ください。下記には店舗でしか予約ができないレッスンが含まれています。

1日(日)	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)	8日(日)	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)	15日(日)	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)	22日(日)	23日(月)	24日(火)	
—	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	—	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	—	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	—	Aスタジオ	Aスタジオ	
						08:30-09:20 ◎ヒラJumpM 石田 10分				08:30-09:20 ◎ヒラB+ 作 10分			08:30-09:20 ◎ヒラH&L+ 矢部							08:30-09:20 ◎ヒラA+ 三浦		08:30-09:00 ◎ヒラStretchC 三浦		
		09:30-10:00 ◎ヒラPerBackBody 浅田 10分	09:30-10:20 ◎ヒラH&L+ 作 10分	09:30-10:00 ◎ヒラChestSR 三浦	09:30-10:20 ◎ヒラB+ 近藤 10分	09:30-10:20 ◎ヒラWaist+ 矢部 10分		09:30-10:00 ◎ヒラHipLine 矢部 10分	09:30-10:00 ◎ヒラCore 石田	09:30-10:20 ◎ヒラWaist+ 作 10分	09:30-10:15 Power Basic 石田	●09:30-10:20 ◎ヒラUpper+ 近藤	09:30-10:20 ◎ヒラHipLine 矢部 10分		09:30-10:20 ◎ヒラA+ 石田	09:30-10:00 ◎ヒラRefCore 近藤	09:30-10:20 ◎ヒラUpper+ 近藤	09:30-10:20 ◎ヒラB+ 三浦	09:30-10:20 ◎ヒラH&L+ 矢部	09:30-10:20 ◎ヒラWaist+ 三浦 10分		09:30-10:00 ◎ヒラTotalBody 三浦	09:30-10:20 ◎ヒラWaist+ 近藤	
		10:50-11:20 ◎ヒラChestSR 三浦	10:30-11:15 Power Basic 浅田	10:50-11:20 ◎ヒラRefCore 近藤	10:30-11:20 作	10:50-11:40 ◎ヒラWaist+ 近藤	10:50-11:40 ◎ヒラWaist+ 矢部		10:30-11:00 ◎ヒラControlF 矢部	10:30-11:20 ◎ヒラJumpM 石田	10:50-11:40 ◎ヒラCore 石田	10:50-11:40 ◎ヒラB+ 近藤	10:50-11:40 ◎ヒラLower+ 近藤		10:50-11:20 ◎ヒラStretchC 石田	10:30-11:20 ◎ヒラB+ 近藤	10:50-11:40 ◎ヒラLower+ 近藤	10:50-11:40 ◎ヒラA+ 三浦	10:50-11:20 ◎ヒラControlF 矢部	10:50-11:40 ◎ヒラB+ 三浦		10:30-11:20 ◎ヒラA+ 三浦	10:50-11:40 ◎ヒラB+ 近藤	
		11:50-12:40 ◎ヒラLower+ 近藤 10分	11:50-12:40 ◎ヒラWaist+ 作	11:50-12:35 Boost Upper&Lower 作	11:50-12:40 ◎ヒラUpper+ 作	12:10-12:40 ◎ヒラControlF 矢部 10分	12:10-12:40 ◎ヒラControlF 矢部		11:50-12:20 ◎ヒラPerBackBody 浅田	11:50-12:20 ◎ヒラCore 近藤 10分	12:10-12:40 ◎ヒラControlF 矢部 10分	12:10-12:40 ◎ヒラWaist+ 近藤	12:10-13:00 ◎ヒラWaist+ 近藤		11:50-12:35 Boost Upper&Lower 矢部	11:50-12:40 ◎ヒラUpper+ 近藤	12:10-12:40 ◎ヒラControlF 矢部 10分	12:10-12:40 ◎ヒラPerBackBody 三浦 10分	11:50-12:20 ◎ヒラChestSR 三浦 10分	12:10-13:00 ◎ヒラH&L+ 作 10分		11:50-12:20 ◎ヒラPerBackBody 三浦 10分	12:10-13:00 ◎ヒラUpper+ 越智	
			13:10-13:55 Boost Upper&Lower 作 10分	13:10-14:00 ◎ヒラUpper+ 近藤 10分		13:10-14:00 ◎ヒラWaist+ 近藤			12:45-13:15 ◎ヒラPerBackBody 浅田 10分	12:50-13:35 Power Basic 浅田 10分	13:30-14:00 ◎ヒラRefCore 近藤 10分		13:30-14:00 ◎ヒラPerBackBody 浅田 10分		13:00-13:30 ◎ヒラHipLine 矢部 10分	14:10-14:40 ◎ヒラRefBody 作	14:30-15:00 ◎ヒラRefCore 近藤	14:50-15:20 ◎ヒラPerBackBody 三浦	14:30-15:15 Boost Upper&Lower 矢部 10分		13:50-14:40 ◎ヒラLower+ 矢部	14:30-15:00 ◎ヒラRefCore 近藤		
		14:10-15:00 ◎ヒラUpper+ 近藤	14:30-15:00 ◎ヒラRefBody 作	14:30-15:20 ◎ヒラLower+ 近藤		14:30-15:20 ◎ヒラB+ 近藤				14:30-15:20 ◎ヒラB+ 近藤	14:30-15:00 Rin-Ballet 白井	14:00-14:45 Power Basic 矢部	14:30-15:20 ◎ヒラB&A+ 浅田			14:10-14:40 ◎ヒラRefBody 作	14:30-15:00 ◎ヒラRefCore 近藤	14:50-15:20 ◎ヒラPerBackBody 三浦	14:30-15:15 Boost Upper&Lower 矢部 10分		13:50-14:40 ◎ヒラLower+ 矢部	14:30-15:00 ◎ヒラRefCore 近藤		
		15:30-16:00 ◎ヒラStretchC 三浦 10分				15:50-16:20 ◎ヒラPerBackBody 浅田 10分				15:30-16:20 ◎ヒラB+ 作	15:30-16:00 ◎ヒラTotalBody 浅田	15:30-16:00 Cardo Reform Blast 白井 10分	15:50-16:20 ◎ヒラRefCore 近藤 10分		15:30-16:00 ◎ヒラTotalBody 石田	15:10-16:00 ◎ヒラB+ 作 10分	15:30-16:20 ◎ヒラLower+ 近藤 10分	15:50-16:20 ◎ヒラRefBody 作 10分	15:45-16:15 ◎ヒラChestSR 三浦		15:30-16:00 ◎ヒラStretchC 三浦 10分	15:50-16:20 ◎ヒラRefBody 作 10分	15:10-15:40 ◎ヒラHipLine 三浦	15:30-16:00 ◎ヒラHipLine 三浦
			16:50-17:40 ◎ヒラWaist+ 近藤 10分		16:30-17:00 ◎ヒラControlF 矢部 10分	16:50-17:20 ◎ヒラRefBody 作				16:30-17:00 ◎ヒラControlF 矢部 10分	16:30-17:00 ◎ヒラRefCore 作	16:30-17:00 ◎ヒラRefCore 作	16:50-17:20 ◎ヒラChestSR 石田 10分		16:30-17:00 ◎ヒラRefBody 矢部	17:45-18:15 ◎ヒラHipLine 矢部	18:45-19:30 Power Basic 矢部	18:30-19:20 ◎ヒラLower+ 矢部	18:30-19:20 ◎ヒラWaist+ 近藤	16:50-17:40 ◎ヒラUpper+ 三浦 10分		16:40-17:30 ◎ヒラWaist+ 作 10分	17:40-18:10 ◎ヒラRefBody 作	
			17:50-18:20 ◎ヒラTotalBody 矢部	17:30-18:00 ◎ヒラPerBackBody 三浦	17:50-18:20 ◎ヒラRefBody 作	17:50-18:35 Power Basic 作				17:30-17:30 ◎ヒラHipLine 矢部 10分		17:50-18:20 ◎ヒラPerBackBody 浅田 10分	17:50-18:20 ◎ヒラCore 石田			18:10-19:00 ◎ヒラLower+ 作	18:45-19:30 Power Basic 矢部	18:30-19:20 ◎ヒラLower+ 矢部	18:10-19:00 ◎ヒラWaist+ 近藤	17:50-18:20 ◎ヒラRefBody 三浦		18:00-18:45 Boost Upper&Lower 作	18:10-19:00 ◎ヒラH&L+ 矢部	17:40-18:10 ◎ヒラRefBody 作
		18:30-19:00 ◎ヒラRefCore 三浦	18:10-19:00 ◎ヒラB+ 近藤	18:30-19:15 Boost Upper&Lower 矢部	18:50-19:20 ◎ヒラRefCore 三浦 10分			18:30-19:00 ◎ヒラRefCore 近藤	18:40-19:10 ◎ヒラStretchC 石田	18:30-19:20 ◎ヒラWaist+ 作 10分	18:30-19:20 ◎ヒラWaist+ 作	18:50-19:20 ◎ヒラCore 浅田	18:30-19:00 ◎ヒラLower+ 作		18:10-19:00 ◎ヒラLower+ 作	18:45-19:30 Power Basic 矢部	18:30-19:20 ◎ヒラLower+ 矢部	18:10-19:00 ◎ヒラWaist+ 近藤	18:50-19:35 Power Basic 作 10分		18:00-18:45 Boost Upper&Lower 作	18:10-19:00 ◎ヒラH&L+ 矢部	18:40-19:30 ◎ヒラLower+ 作	
		19:30-20:20 ◎ヒラWaist+ 近藤	19:30-20:15 Power Basic 浅田	19:40-20:30 ◎ヒラA+ 三浦 10分	19:50-20:20 ◎ヒラChestSR 三浦	20:50-21:40 ◎ヒラB&A+ 浅田		19:30-20:20 ◎ヒラB+ 近藤	19:40-20:30 ◎ヒラUpper+ 矢部	19:50-20:40 ◎ヒラLower+ 作 10分	19:30-20:20 ◎ヒラRefCore 作	19:30-20:20 ◎ヒラRefCore 作	19:30-20:20 ◎ヒラWaist+ 作 10分		19:30-20:20 ◎ヒラWaist+ 作 10分	19:50-20:20 ◎ヒラRefBody 矢部	19:50-20:35 Boost Upper&Lower 矢部	19:30-20:20 ◎ヒラWaist+ 近藤 10分	20:00-20:45 Boost Upper&Lower 近藤		19:30-20:20 ◎ヒラStretchC 石田 10分	20:50-21:40 ◎ヒラB&A+ 浅田	20:00-20:45 Boost Upper&Lower 越智 10分	
		20:50-21:40 ◎ヒラB+ 近藤	20:50-21:20 ◎ヒラRefCore 近藤	21:00-21:30 ◎ヒラStretchC 石田 10分	21:00-21:30 ◎ヒラChestSR 三浦	20:50-21:40 ◎ヒラB&A+ 浅田		20:50-21:40 ◎ヒラWaist+ 作	21:00-21:30 ◎ヒラHipLine 矢部	21:00-21:30 ◎ヒラRefBody 作	21:00-21:30 ◎ヒラRefBody 作	20:50-21:40 ◎ヒラB+ 作		20:50-21:40 ◎ヒラB+ 作	20:50-21:40 ◎ヒラWaist+ 作	21:00-21:30 ◎ヒラControlF 矢部	20:50-21:40 ◎ヒラLower+ 近藤	21:10-21:40 ◎ヒラRefCore 近藤		20:50-21:40 ◎ヒラRefCore 近藤		21:10-21:40 ◎ヒラRefBody 越智	21:10-21:40 ◎ヒラRefBody 越智	

定休日

定休日

定休日

定休日

