

2026年6月レッスンスケジュール Rintosull 新宿西口駅前店(全スタジオ:女性専用)

※2026年05月15日02:10 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(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	7日(日)	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)	14日(日)	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)	21日(日)	22日(月)	23日(火)	24日(水)	
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	-	
					08:00-08:30 ◎ヒラStretchC 谷																			
09:00-09:50 ◎ヒラB+ 板垣	09:00-09:30 ◎ヒラHipLine 板垣	09:00-09:50 ◎ヒラUpper+ 菊地	09:00-09:30 ◎ヒラControlF 山本	09:00-09:50 ◎ヒラLower+ 菊地	08:50-09:35 Power Basic 谷		09:00-09:30 ◎ヒラTotalBody 内野	09:00-09:50 ◎ヒラB&A+ 吉川	09:00-09:50 ◎ヒラLower+ 吉川	09:00-09:30 ◎ヒラRefBody 吉川	09:00-09:30 ◎ヒラControlF 山本	09:10-09:40 ◎ヒラHipLine 盲生		09:00-09:30 ◎ヒラCore 谷	09:00-09:45 Boost Upper&Lower 谷	09:00-09:30 ◎ヒラChestSR 山本	09:00-09:50 ◎ヒラB+ 谷	09:00-09:45 Power Waist Shape 谷	09:05-09:35 Cardio Reform Blast 板垣		09:00-09:50 ◎ヒラJumpM 板垣	09:00-09:50 ◎ヒラUpper+ 吉川		
	09:50-10:20 ◎ヒラBackStyle 板垣		09:50-10:20 ◎ヒラPerBackBody 山本	10:10-10:40 ◎ヒラCore 山本	09:55-10:45 ◎ヒラUpper+ 菊地		09:50-10:40 ◎ヒラWaist+ 谷	10:10-10:40 ◎ヒラRefBody 吉川	10:10-10:55 Strong Hip&Legs 吉川	09:50-10:40 ◎ヒラUpper+ 吉川	09:50-10:20 ◎ヒラHipLine 山本	10:00-10:30 ◎ヒラTotalBody 山本		09:50-10:40 ◎ヒラLower+ 吉川	10:05-10:35 ◎ヒラBackStyle 山本	09:50-10:20 ◎ヒラControlF 山本	10:10-10:40 ◎ヒラTotalBody 山本	10:05-10:55 ◎ヒラUpper+ 菊地	09:55-10:45 ◎ヒラUpper+ 吉川		10分 10:10-10:40 Rin-Ballet 板垣	10:10-10:55 Strong Hip&Legs 吉川		
	10:40-11:30 ◎ヒラH&L+ 内野		10:40-11:30 ◎ヒラLower+ 菊地	11:00-11:30 ◎ヒラChestSR 山本	11:05-11:55 ◎ヒラB&A+ 菊地		11:00-11:50 ◎ヒラB+ 内野	11:00-11:45 Boost Upper&Lower 内野	11:15-12:05 ◎ヒラB&A+ 菊地	11:00-11:30 ◎ヒラTotalBody 内野	10:40-11:30 ◎ヒラUpper+ 内野	10:50-11:20 ◎ヒラStretchC 盲生		11:00-11:30 ◎ヒラRefBody 吉川	10:55-11:25 ◎ヒラHipLine 山本	10:40-11:30 ◎ヒラUpper+ 内野	11:00-11:30 ◎ヒラBackStyle 山本	11:15-11:45 ◎ヒラRefBody 菊地	11:05-11:55 ◎ヒラLower+ 吉川		11:00-11:30 ◎ヒラRefCore 内野	11:15-11:45 ◎ヒラRefBody 菊地		
	11:50-12:40 ◎ヒラUpper+ 内野		11:50-12:35 Boost Upper&Lower 菊地	11:50-12:20 Rin-Ballet 板垣	12:15-12:45 Cardio Reform Blast 板垣		12:10-12:40 ◎ヒラRefCore 内野	12:05-12:50 Power Waist Shape 内野	12:25-12:55 ◎ヒラRefBody 菊地	11:50-12:20 ◎ヒラPerBackBody 山本	11:50-12:35 Strong Hip&Legs 内野			11:50-12:20 Cardio Reform Blast 板垣	11:45-12:35 ◎ヒラB+ 谷	11:50-12:35 Power Waist Shape 内野	11:50-12:40 ◎ヒラH&L+ 吉川	12:05-12:35 ◎ヒラCore 山本	12:15-13:00 Power Basic 谷		11:50-12:40 ◎ヒラLower+ 菊地	12:05-12:35 ◎ヒラControlF 山本		
	13:15-13:45 ◎ヒラControlF 谷	13:00-13:45 Power Waist Shape 山本	13:20-13:50 ◎ヒラTotalBody 谷	12:55-13:45 ◎ヒラB+ 内野			13:00-13:30 ◎ヒラCore 谷	13:10-14:00 ◎ヒラLower+ 吉川	13:15-13:45 ◎ヒラControlF 谷		12:55-13:45 ◎ヒラB&A+ 吉川	12:30-13:20 ◎ヒラH&L+ 内野		12:40-13:25 Boost Upper&Lower 吉川	12:55-13:25 ◎ヒラControlF 谷	12:55-13:25 ◎ヒラRefBody 吉川	13:00-13:50 ◎ヒラLower+ 吉川	12:55-13:40 Boost Upper&Lower 菊地			13:00-13:30 Cardio Reform Blast 板垣			
					14:05-14:35 ◎ヒラBackStyle 板垣	定休日							定休日							定休日			臨時休業	
					14:55-15:45 ◎ヒラH&L+ 吉川																			
				15:40-16:10 ◎ヒラHipLine 盲生																				
					16:05-16:35 ◎ヒラControlF 谷		16:20-17:05 Strong Back&Arms 菊地	17:05-17:35 ◎ヒラStretchC 谷	16:20-17:10 ◎ヒラH&L+ 菊地		16:40-17:10 ◎ヒラTotalBody 内野	16:40-17:30 ◎ヒラUpper+ 内野		16:45-17:35 ◎ヒラLower+ 菊地	16:25-17:10 Boost Upper&Lower 吉川	16:45-17:15 ◎ヒラTotalBody 内野	16:45-17:30 Power Basic 内野	17:05-17:35 ◎ヒラRefCore 内野	17:10-17:40 ◎ヒラBackStyle 板垣			17:20-17:50 ◎ヒラPerBackBody 谷		
16:40-17:30 ◎ヒラLower+ 吉川	17:10-17:40 ◎ヒラPerBackBody 谷	16:45-17:30 Strong Back&Arms 内野	16:25-17:15 ◎ヒラH&L+ 吉川	16:30-17:00 ◎ヒラRefBody 菊地	16:55-17:40 Strong Back&Arms 吉川		17:25-17:55 ◎ヒラPerBackBody 谷	17:55-18:25 ◎ヒラControlF 谷	17:30-18:20 ◎ヒラWaist+ 板垣	17:40-18:25 Strong Hip&Legs 菊地	17:30-18:20 ◎ヒラB&A+ 菊地	17:50-18:20 ◎ヒラRefCore 内野		17:55-18:45 ◎ヒラUpper+ 菊地	17:30-18:00 ◎ヒラRefBody 吉川	17:35-18:25 ◎ヒラB&A+ 吉川	17:50-18:20 ◎ヒラControlF 谷	17:55-18:25 ◎ヒラHipLine 山本	18:00-18:50 ◎ヒラJumpM 板垣		17:55-18:25 ◎ヒラChestSR 内野			
	17:50-18:20 ◎ヒラStretchC 谷	18:00-18:45 Power Basic 内野	18:45-19:30 Strong Back&Arms 内野	18:25-19:15 ◎ヒラB+ 内野	18:00-18:50 ◎ヒラLower+ 吉川		18:15-18:45 ◎ヒラRefBody 菊地	18:45-19:30 Power Waist Shape 山本	18:40-19:30 ◎ヒラUpper+ 谷	18:45-19:15 ◎ヒラTotalBody 谷	18:40-19:30 ◎ヒラUpper+ 菊地	17:50-18:20 ◎ヒラRefCore 内野		19:05-19:50 Power Waist Shape 谷	18:20-19:10 ◎ヒラH&L+ 菊地	18:45-19:30 Boost Upper&Lower 吉川	18:40-19:30 ◎ヒラLower+ 谷	18:45-19:15 ◎ヒラPerBackBody 山本	19:00-19:50 ◎ヒラB+ 内野		19:00-19:50 ◎ヒラB+ 内野	18:45-19:30 Power Waist Shape 山本		
18:40-19:30 ◎ヒラH&L+ 谷	19:05-19:35 ◎ヒラCore 山本	18:40-19:30 ◎ヒラB+ 菊地	18:45-19:30 Strong Back&Arms 内野	18:25-19:15 ◎ヒラB+ 内野			19:05-19:50 Boost Upper&Lower 菊地	19:50-20:20 ◎ヒラBackStyle 山本	19:50-20:40 ◎ヒラJumpM 板垣	19:35-20:25 ◎ヒラLower+ 内野	19:50-20:20 ◎ヒラRefBody 吉川			19:30-19:50 Power Waist Shape 谷	19:30-20:20 ◎ヒラLower+ 吉川	19:50-20:40 ◎ヒラUpper+ 菊地	19:30-20:20 ◎ヒラRefCore 内野	19:35-20:20 Strong Hip&Legs 内野			19:50-20:20 ◎ヒラStretchC 谷			
	19:50-20:20 ◎ヒラChestSR 山本	19:55-20:40 Boost Upper&Lower 山本	19:50-20:20 ◎ヒラControlF 谷	19:35-20:20 Strong Hip&Legs 内野			20:10-20:40 ◎ヒラChestSR 山本		20:40-21:30 ◎ヒラB+ 谷	20:45-21:30 Boost Upper&Lower 谷	20:40-21:30 ◎ヒラLower+ 吉川			20:10-20:40 ◎ヒラRefBody 菊地	20:40-21:30 ◎ヒラB&A+ 菊地	21:00-21:30 ◎ヒラRefBody 菊地	20:40-21:30 ◎ヒラWaist+ 内野	20:40-21:30 ◎ヒラB+ 内野			20:10-20:40 ◎ヒラHipLine 山本		20:40-21:30 ◎ヒラLower+ 谷	
20:40-21:30 ◎ヒラWaist+ 山本	21:00-21:30 ◎ヒラTotalBody 谷	20:40-21:30 ◎ヒラB+ 谷	21:00-21:30 ◎ヒラRefBody 吉川	20:40-21:30 ◎ヒラUpper+ 吉川			21:00-21:30 ◎ヒラControlF 山本		10分 21:00-21:30 Rin-Ballet 板垣					21:00-21:30 Cardio Reform Blast 板垣	20:40-21:30 ◎ヒラB&A+ 菊地	21:00-21:30 ◎ヒラRefBody 菊地	20:40-21:30 ◎ヒラWaist+ 内野	20:40-21:30 ◎ヒラB+ 内野			21:00-21:30 ◎ヒラCore 山本		20:40-21:30 ◎ヒラLower+ 谷	

