

2025年12月レッスンスケジュール Rintosull 浦安店(全スタジオ:女性専用)

※2025年12月20日02:04 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	Aスタジオ			
					08:00-08:50 ◎ヒラUpper+ 武田							08:00-08:50 ◎ヒラUpper+ 山本							08:00-08:50 ◎ヒラB+ 山本							
09:00-09:30 SP 濱田	09:00-09:30 ◎ヒラCore 仲地	09:00-09:50 ◎ヒラJumpM 濱田	09:00-09:50 ◎ヒラUpper+ 武田	09:00-09:50 ◎ヒラH&L+ 佐藤	09:30-10:00 SP 濱田		09:00-09:50 ◎ヒラH&L+ 丸山	09:00-09:30 ◎ヒラControlF 濱田	09:00-09:30 ◎ヒラStretchC 仲地	09:00-09:50 ◎ヒラLower+ 武田	09:00-09:50 ◎ヒラB+ 山本	09:30-10:00 ◎ヒラChestSR 濱田		09:00-09:50 ◎ヒラUpper+ 武田	09:00-09:30 SP 佐藤	09:00-09:30 ◎ヒラPerBackBody 佐藤	09:00-09:50 ◎ヒラWaist+ 丸山	09:00-09:50 ◎ヒラB&A+ 丸山	09:30-10:00 ◎ヒラRefCore 山本		09:00-09:50 ◎ヒラB&A+ 佐藤	09:00-09:50 ◎ヒラJumpM 濱田	09:00-09:30 SP 濱田			
10:10-11:00 ◎ヒラA+ 濱田	10:10-10:40 SP 佐藤	10:30-11:20 ◎ヒラA+ 濱田	10:30-11:20 ◎ヒラLower+ 武田	10:30-11:00 ◎ヒラPerBackBody 佐藤	10:30-11:00 ◎ヒラStretchC 仲地		10:30-11:20 ◎ヒラUpper+ 丸山	10:10-10:40 SP 濱田	10:10-10:40 ◎ヒラBackStyle 仲地	10:30-11:20 ◎ヒラUpper+ 武田	10:30-11:00 ◎ヒラRefCore 山本	10:40-11:10 SP 濱田		10:30-11:20 ◎ヒラLower+ 武田	10:10-11:00 ◎ヒラB+ 佐藤	10:10-10:40 SP 佐藤	10:30-11:00 ◎ヒラRefBody 丸山	10:30-11:20 ◎ヒラB+ 丸山	10:40-11:30 ◎ヒラWaist+ 丸山		10:30-11:00 SP 佐藤	10:30-11:00 SP 佐藤	10:10-10:40 ◎ヒラCore 金城			
11:20-11:50 ◎ヒラStretchC 仲地	11:20-11:50 ◎ヒラStretchC 仲地			11:40-12:10 SP 濱田	11:30-12:20 ◎ヒラLower+ 武田		11:20-12:10 ◎ヒラH&L+ 丸山	11:20-11:50 SP 濱田								11:20-12:10 ◎ヒラLower+ 武田	11:40-12:10 ◎ヒラControlF 濱田	11:40-12:30 ◎ヒラUpper+ 武田				11:40-12:30 ◎ヒラA+ 濱田	11:40-12:10 ◎ヒラCore 金城	11:20-11:50 ◎ヒラRefCore 金城		
11:40-12:10 SP 佐藤		12:00-12:30 SP 濱田	12:00-12:50 ◎ヒラH&L+ 丸山				12:00-12:30 ◎ヒラPerBackBody 佐藤			12:00-12:30 SP 佐藤	11:40-12:30 ◎ヒラUpper+ 武田	11:50-12:40 ◎ヒラUpper+ 山本		12:00-12:50 ◎ヒラWaist+ 丸山			11:40-12:30 ◎ヒラControlF 濱田	12:00-12:30 ◎ヒラUpper+ 武田	12:00-12:30 SP 佐藤	12:10-12:40 ◎ヒラRefBody 丸山		11:40-12:30 ◎ヒラA+ 濱田				
	12:30-13:00 SP 佐藤			12:50-13:20 ◎ヒラControlF 濱田	12:50-13:20 ◎ヒラPerBackBody 佐藤			12:50-13:20 ◎ヒラCore 仲地	12:30-13:00 ◎ヒラCore 仲地	12:50-13:20 ◎ヒラRefCore 丸山					12:50-13:20 SP 濱田	12:50-13:40 ◎ヒラUpper+ 武田						12:50-13:20 SP 佐藤	12:30-13:20 ◎ヒラLower+ 武田			
12:50-13:40 ◎ヒラB+ 佐藤		13:10-14:00 ◎ヒラH&L+ 佐藤	13:30-14:00 ◎ヒラRefCore 丸山				13:10-13:40 SP 佐藤			13:10-13:40 ◎ヒラPerBackBody 佐藤	13:10-14:00 ◎ヒラLower+ 武田	13:20-14:10 ◎ヒラLower+ 山本		13:30-14:20 ◎ヒラH&L+ 丸山			13:10-14:00 ◎ヒラLower+ 武田					13:10-13:40 ◎ヒラChestSR 濱田				
					14:00-14:50 ◎ヒラH&L+ 佐藤	定休日																				
					15:30-16:00 ◎ヒラBackStyle 仲地																					
					16:40-17:10 ◎ヒラTotalBody 仲地		17:00-17:30 ◎ヒラHipLine 仲地	16:50-17:40 ◎ヒラLower+ 武田	17:10-17:40 SP 濱田	17:10-18:00 ◎ヒラB&A+ 丸山	17:10-17:40 SP 佐藤	16:10-17:00 ◎ヒラH&L+ 佐藤			16:30-17:20 ◎ヒラH&L+ 丸山											
16:50-17:40 ◎ヒラUpper+ 武田		17:30-18:00 ◎ヒラPerBackBody 佐藤	17:10-17:40 SP 仲地	17:10-18:00 ◎ヒラUpper+ 丸山	17:50-18:20 SP 佐藤		18:10-18:40 SP 仲地	18:20-19:10 ◎ヒラUpper+ 武田	18:20-18:50 ◎ヒラRefCore 丸山	18:40-19:30 ◎ヒラB+ 丸山	18:20-19:10 ◎ヒラWaist+ 丸山	17:40-18:10 ◎ヒラPerBackBody 佐藤				18:00-18:50 ◎ヒラWaist+ 丸山	17:10-18:00 ◎ヒラWaist+ 山本	17:10-17:40 ◎ヒラControlF 濱田			17:30-18:00 SP 濱田	17:10-17:40 SP 金城	16:50-17:40 ◎ヒラLower+ 武田	16:50-17:40 ◎ヒラUpper+ 武田		
	18:20-19:10 ◎ヒラLower+ 武田	18:20-18:50 ◎ヒラRefCore 丸山	18:40-19:30 ◎ヒラH&L+ 丸山	18:20-19:10 ◎ヒラJumpM 仲地	18:40-19:30 ◎ヒラLower+ 丸山																					
	19:30-20:20 ◎ヒラLower+ 武田		20:10-20:40 ◎ヒラTotalBody 仲地	19:50-20:20 SP 仲地	20:10-20:40 SP 仲地		19:20-20:10 ◎ヒラUpper+ 武田	19:50-20:20 SP 佐藤	19:30-20:20 ◎ヒラUpper+ 丸山	20:10-20:40 SP 濱田	19:50-20:20 SP 佐藤			19:30-20:20 ◎ヒラLower+ 山本			18:40-19:30 ◎ヒラB+ 山本	19:30-20:20 ◎ヒラWaist+ 山本	19:30-20:20 ◎ヒラUpper+ 山本	19:50-20:20 SP 濱田		19:30-20:20 ◎ヒラUpper+ 丸山	19:30-20:20 ◎ヒラUpper+ 武田	18:20-18:50 ◎ヒラCore 金城	18:20-18:50 ◎ヒラCore 金城	18:20-19:10 ◎ヒラLower+ 武田
19:50-20:40 ◎ヒラB&A+ 丸山																										
	21:00-21:50 ◎ヒラUpper+ 武田	21:20-21:50 SP 仲地	21:00-21:50 ◎ヒラLower+ 丸山	21:20-21:50 ◎ヒラCore 仲地			21:00-21:50 ◎ヒラLower+ 武田	21:00-21:50 ◎ヒラB+ 佐藤	21:00-21:50 ◎ヒラH&L+ 丸山	21:20-21:50 ◎ヒラChestSR 濱田	21:00-21:50 ◎ヒラUpper+ 丸山			21:00-21:50 ◎ヒラB+ 山本	21:00-21:50 ◎ヒラUpper+ 山本	21:20-21:50 SP 濱田	21:00-21:50 ◎ヒラB+ 山本	21:00-21:50 ◎ヒラLower+ 武田				21:00-21:50 ◎ヒラH&L+ 丸山	21:00-21:50 ◎ヒラLower+ 武田	21:20-21:50 ◎ヒラRefBody 丸山		

