

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

※2026年02月28日02:01 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	
						08:00-08:50 ◎ヒラH&L+ 高橋				08:30-09:00 ◎ヒラPerBackBody 高岡			08:00-08:50 ◎ヒラWaist+ 湯浅							08:00-08:50 ◎ヒラH&L+ 高橋				
			09:00-09:30 ◎ヒラHipLine 久保田	09:00-09:50 ◎ヒラUpper+ 伊瀬		09:20-10:10 ◎ヒラB&A+ 高橋		09:00-09:45 Boost Upper&Lower 高橋	09:00-09:50 ◎ヒラB+ 高岡		09:00-09:30 ◎ヒラChestSR 湯浅	09:00-09:30 ◎ヒラTotalBody 久保田	09:20-09:50 ◎ヒラBackStyle 湯浅		09:30-10:00 ◎ヒラCore 久保田	09:00-09:50 ◎ヒラB&A+ 湯浅	09:30-10:20 ◎ヒラB+ 湯浅	09:30-10:20 ◎ヒラUpper+ 伊瀬	09:00-09:30 ◎ヒラChestSR 湯浅	09:20-10:10 ◎ヒラB&A+ 高橋		09:00-09:50 ◎ヒラH&L+ 高橋	09:00-09:50 ◎ヒラH&L+ 高橋	
	09:30-10:20 ◎ヒラB+ 高岡	09:30-10:15 Boost Upper&Lower 湯浅	10:00-10:30 ◎ヒラTotalBody 久保田		09:30-10:20 ◎ヒラA+ 木下			10:15-11:00 Power Basic 高岡	10:20-10:50 ◎ヒラHipLine 高岡		10:00-10:30 ◎ヒラHipLine 湯浅	10:00-10:30 ◎ヒラRefCore 久保田	10:20-11:05 Power Basic 高岡		10:30-11:00 ◎ヒラCore 久保田	10:20-10:50 ◎ヒラHipLine 高岡	10:50-11:20 ◎ヒラBackStyle 湯浅	09:30-10:20 ◎ヒラUpper+ 伊瀬	10:00-10:30 ◎ヒラBackStyle 湯浅	10:40-11:10 ◎ヒラB&A+ 高橋		09:30-10:20 ◎ヒラTotalBody 久保田	10:20-11:10 ◎ヒラUpper+ 高橋	
	10:50-11:20 ◎ヒラHipLine 高岡	10:45-11:30 Power Basic 湯浅	11:00-11:50 ◎ヒラWaist+ 佐野		10:50-11:40 ◎ヒラB+ 木下	10:40-11:30 ◎ヒラCore 久保田		10:45-11:30 Boost Upper&Lower 高橋		11:00-11:50 ◎ヒラLower+ 伊瀬	11:00-11:50 ◎ヒラJumpM 木下		10:20-11:05 Power Basic 高岡		10:30-11:00 ◎ヒラBackStyle 久保田	11:20-11:50 ◎ヒラRefCore 久保田	10:50-11:40 ◎ヒラLower+ 伊瀬	11:00-11:50 ◎ヒラUpper+ 伊瀬	11:40-11:10 ◎ヒラStretchC 高岡	10:40-11:10 ◎ヒラStretchC 高岡		10:50-11:40 ◎ヒラB+ 高岡	10:20-11:10 ◎ヒラUpper+ 高橋	
	11:50-12:20 ◎ヒラTotalBody 久保田	12:00-12:30 ◎ヒラRefBody 久保田	12:20-13:10 ◎ヒラB+ 佐野		11:40-12:30 ◎ヒラH&L+ 高橋	11:40-12:10 ◎ヒラTotalBody 久保田		12:00-12:50 ◎ヒラB&A+ 高橋	12:20-13:10 ◎ヒラUpper+ 伊瀬	12:20-13:10 ◎ヒラChestSR 木下		12:50-13:20 ◎ヒラCore 湯浅	11:35-12:20 Boost Upper&Lower 久保田		11:30-12:20 ◎ヒラWaist+ 湯浅	11:50-12:20 ◎ヒラCore 高岡	12:10-12:40 ◎ヒラTotalBody 湯浅	12:20-13:10 ◎ヒラLower+ 伊瀬	11:40-12:10 ◎ヒラPerBackBody 高岡	11:40-12:10 ◎ヒラStretchC 高岡	11:40-12:10 ◎ヒラStretchC 高岡		12:20-12:40 ◎ヒラHipLine 高岡	12:40-13:10 ◎ヒラPerBackBody 高岡
	12:50-13:35 Power Basic 久保田	13:00-13:30 ◎ヒラBackStyle 久保田		13:00-13:30 ◎ヒラTotalBody 湯浅		12:40-13:30 ◎ヒラUpper+ 高橋		12:30-13:20 ◎ヒラStretchC 高岡							12:50-13:20 ◎ヒラTotalBody 湯浅	12:50-13:40 ◎ヒラWaist+ 高岡	13:10-13:55 Power Basic 湯浅		12:40-13:30 ◎ヒラUpper+ 高橋	12:40-13:30 ◎ヒラUpper+ 高橋		13:10-13:40 ◎ヒラRefCore 久保田	12:40-13:10 ◎ヒラPerBackBody 高岡	
定休日						14:00-14:50 ◎ヒラWaist+ 高岡	定休日													14:00-14:50 ◎ヒラA+ 木下	定休日		14:10-15:00 ◎ヒラB&A+ 高橋	
						15:20-15:50 ◎ヒラControlF 高岡				15:20-16:10 ◎ヒラH&L+ 高橋					15:10-15:40 ◎ヒラStretchC 高岡					15:20-15:50 ◎ヒラRefBody 久保田			15:30-16:20 ◎ヒラLower+ 高橋	
						16:20-17:10 ◎ヒラB+ 湯浅				16:40-17:30 ◎ヒラB+ 久保田					16:10-17:00 ◎ヒラWaist+ 久保田					16:20-16:50 ◎ヒラRefCore 久保田			16:50-17:20 ◎ヒラControlF 高岡	
		17:10-18:00 ◎ヒラUpper+ 高橋		17:30-18:20 ◎ヒラB&A+ 高橋	17:35-18:20 Power Basic 湯浅	17:40-18:10 ◎ヒラBackStyle 湯浅		17:30-18:00 ◎ヒラControlF 高岡	17:35-18:20 Power Basic 久保田	18:00-18:30 ◎ヒラRefBody 久保田	17:35-18:20 Boost Upper&Lower 高橋	17:30-18:20 ◎ヒラB&A+ 高橋	17:30-18:00 ◎ヒラTotalBody 久保田		17:10-18:00 ◎ヒラB&A+ 高橋	17:10-17:40 ◎ヒラStretchC 木下	17:10-18:00 ◎ヒラB&A+ 高橋	17:40-18:10 ◎ヒラBackStyle 久保田	17:50-18:20 ◎ヒラCore 久保田	17:20-18:10 ◎ヒラJumpM 木下			17:50-18:35 Boost Upper&Lower 高橋	
		18:30-19:20 ◎ヒラH&L+ 高橋	18:40-19:25 Power Basic 高岡	18:50-19:20 ◎ヒラRefBody 湯浅	18:50-19:40 ◎ヒラLower+ 高橋			18:30-19:00 ◎ヒラStretchC 高岡	18:50-19:20 ◎ヒラBackStyle 湯浅	18:50-19:20 ◎ヒラStretchC 高岡	18:50-19:20 ◎ヒラRefBody 高橋	18:50-19:20 ◎ヒラRefBody 高橋		18:30-19:00 ◎ヒラRefBody 高橋	18:10-19:00 ◎ヒラJumpM 木下	18:30-19:20 ◎ヒラLower+ 高橋	18:40-19:25 Power Basic 久保田	18:50-19:20 ◎ヒラHipLine 久保田	18:40-19:10 ◎ヒラControlF 木下				18:50-19:40 ◎ヒラA+ 木下	
		19:30-20:20 ◎ヒラRefCore 久保田	19:35-20:25 ◎ヒラStretchC 高岡	19:30-20:20 ◎ヒラPerBackBody 高岡	20:10-20:40 ◎ヒラChestSR 湯浅			19:30-20:20 ◎ヒラLower+ 伊瀬	19:50-20:40 ◎ヒラWaist+ 久保田		19:50-20:20 ◎ヒラRefBody 高橋	19:50-20:40 ◎ヒラB+ 湯浅		19:30-20:20 ◎ヒラUpper+ 伊瀬	19:30-20:20 ◎ヒラH&L+ 高橋	19:30-20:20 ◎ヒラPerBackBody 高岡	19:55-20:40 Boost Upper&Lower 高岡	19:50-20:40 ◎ヒラLower+ 高橋					20:10-20:40 ◎ヒラCore 湯浅	
		20:50-21:40 ◎ヒラB&A+ 高橋	20:55-21:40 Boost Upper&Lower 湯浅	20:50-21:35 Power Basic 高岡	21:10-21:40 ◎ヒラHipLine 高岡			20:50-21:40 ◎ヒラUpper+ 伊瀬	21:10-21:40 ◎ヒラRefBody 久保田		20:50-21:40 ◎ヒラH&L+ 高橋	21:10-21:40 ◎ヒラCore 湯浅		20:50-21:40 ◎ヒラLower+ 伊瀬	20:50-21:35 Boost Upper&Lower 高橋	20:50-21:40 ◎ヒラH&L+ 高橋	21:10-21:40 ◎ヒラHipLine 高岡	21:10-21:40 ◎ヒラRefBody 高橋					21:10-21:40 ◎ヒラTotalBody 湯浅	

