2025年8月レッスンスケジュール Rintosull 天文館店(全スタジオ:女性専用) ※2025年07月27日02:09 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。

		月27日02:09 出力 日(金)		<u>f。最新情報は-</u> I(土)	ラ約サイトをこれ 3日(日)		「記には店舗でし ∃(月)		: <u>いレッスンが含</u> (火)		1(水)	7.5	1(木)	۰۰	(金)	0.5	1(土)	10日(日)	115	3(月)	10 0	1(火)	120	1(水)
		ロ(亜) Sスタジオ		(エ) Sスタジオ	3日(日)		I Sスタジオ		(人) Sスタジオ		I(水) Sスタジオ		I(木) Sスタジオ				I(エ) Sスタシオ	10日(日)		ICAD Sスタジオ		Sスタジオ		
	,,,,,,,,,	3,1,7,1	70(7)	5,1,7,1		7,7,7,7	0,1,7,1,	7,7,7,7	0,1,7,1,	,,,,,,,,,	0,1,7,1,	,,,,,,,,,	5,1,7,1	7,7,7,7	0,1,7,1	7,7,7,7	0,1,7,1,		70(7)	3,1,7,1	,,,,,,,,	0,1,7,1,	,,,,,,,	371,771,
					1																			
		-			1	-		-																
					-1	-		1				1												
					1																			
					1																			
		_	08:30-09:00		4	-		-											08:30-09:00					
			08:30-09:00 SP													08:30-09:20	●08:30-09:15		SP					
			宮原		-											◎ビラB+ 梶原	見学会(2.45) 宮原		宮原					
			09:20-10:10	●09:20-10:05	5	09:30-10:00				09:30-10:00									09:20-10:10					
	09:30−10:2 ⊚t 5H&L	0 + 09:30-10:15 見学会(2.45) 宮原	©Ŀ̄¬A+ 宮原	見学会(2.45) 種田		©ピラControlF 木原	見学会(2.45)	09:30-10:20 ⊚t"¬Lower+		SP 木原	●09:30-10:15 見学会(2.45)			09:30-10:20 ⊚t 5Lower+		09:40-10:30			©t"ラLower+ 梶原	●09:30-10:15 見学会(2.45)	09:30-10:20 ◎ピラA+ 中川		09:30-10:20 ◎ピラB+ 木原	見学会(2.45)
	種田	宮原					宮原	鎌田			宮原			種田		©t [™] ラWaist+ 梶原	■10.00-10.4E			種田	中川		木原	鎌田
																ヤモルボ	●10:00-10:45 見学会(2.45)							
			10:30-11:20	●10:30-11:15		10:30-11:20				10:30−11:00 ⊚t° 7 StretchC							種田		10:30-11:20	●10:30-11:15				
			©t"ラH&L+	見学会(2.45)		©t"¬Upper+		10:50-11:20		木原				10:50-11:20		10:50-11:20			©t"¬Waist+	見学会(2.45)	10:50-11:20		10:50-11:20	
		0 ●10:50-11:35 + 見学会(2.45)	梶原	鎌田		木原		©t jTotalBody 宮原	見学会(2.45)					SP 木原		SP 宮原	●10:50-11:35 見学会(2.45)		梶原	宮原	SP 中川	●10:50-11:35 見学会(2.45)	©ヒッControlF 木原	1
	種田	梶原			1				見学会(2.45) 鎌田								木原					見学会(2.45) 種田	. ""	
					1					11:30-12:20														
		_	11:40-12:30 ©F 5lipper+	●11:40-12:25 見学会(2.45)	•	11:50-12:40	●11:50-12:35	11:50-12:40		©ピラA+ 宮原				11:50-12:40		11:40−12:30 ⊚t 5Lower+			11:40-12:30 ◎ピラH&L+ 種田	●11:40-12:25 見学会(2.45)	11:50-12:40	■11:50-12:35	11:50-12:20 SP	●11:50-12:3
	12:10-12:4		種田	梶原		©r"¬Waist+	見学会(2.45)	⊚t"̄¬B+		LI 1/15				©t"ラH&L+ 種田		梶原			種田	鎌田	©Ł"¬Waist+	見学会(2.45) 中川		見学会(2.45)
	SP 宮原	●12:10-12:55 見学会(2.45)				宮原	鎌田	宮原						建出							梶原	中川		木原
		種田			1											19.50=19.90			E CATALON CACA					
			12:50-13:20 ②ピラcore 宮原		-	-				12:50-13:40						12:50-13:20 ⊚t°7Stretch0			12:50-13:20 SP				12:50-13:40	●12:50-13:35
	12-10-14-0	0 13:10-13:55	宮原		1	12:10-14:00	●13:10-13:55	12:10=14:00	■ 12-10 = 12-55	©t⁻ラUpper+ 木原				12:10=14:00	●13:10-13:55	木原			木原		13:10-13:40	■ 12-10-12-55	©t⁻¬Lower+ 鎌田	見学会(2.45) 種田
	©Ł"̄¬Uppei	+ 見学会(2.45)			_	©t"̄¬B+	見学会(2.45)		見学会(2.45)	小原				©t 7Upper+	見学会(2.45)						©ピラRefBody 梶原	見学会(2.45)	蛛田	往田
	梶原	木原	13:40-14:30	●13:40-14:25		梶原	種田	鎌田	種田					木原	鎌田	13:40-14:30	●13:40-14:25		13:40-14:30	●13:40-14:25		宮原		
			©t 7B&A+	見学会(2.45)												◎ピラUpper+ 種田	見学会(2.45) 宮原		©L 7Upper+	見学会(2.45) 梶原				
			鎌田	不原	+ +-	-										裡出	呂原		宮原	梶原	14:10-15:00		14:10−14:40 ⊚t 7RefBody	●14:10-14:55
	14:30-15:0				定休日	14:30-15:00 SP	● 14.00 15.15	14:30-15:00						14:30-15:00	■ 14.00 15.15			定休日			©t [™] 5Upper+		鎌田	見学会(2.45)
314	宮原	dy ●14:30-15:15 見学会(2.45)				梶原	●14:30-15:15 見学会(2.45)	©L¯¬RefCore 梶原						©t [™] ラBackStyle 中川	●14:30-15:15 見学会(2.45)				14:50-15:20		鎌田			宮原
215		梶原	14:50-15:40	●14:50-15:35 目学会(2.45)	5		木原								種田	14:50-15:40	●14:50-15:35 見学会(2.45)		©ピラRefBody 鎌田	●14:50-15:35 見学会(2.45)				
			中川	見学会(2.45) 種田							●15:10-15:55					◎ピラH&L+ 種田	梶原			種田			15:10-16:00	
	15:30-16:2	0 15:30-16:15				15:30-16:20		15:30-16:00 SP	●15:30-16:15		見学会(2.45) 木原			15:30-16:20							15:30-16:20	●15:30-16:15	◎ピラWaist+ 梶原	i
	©ピラB&A 種田	+ 見学会(2.45)	16:00-16:20			©ビラA+ 宮原		梶原	見学会(2.45)					©ビラA+ 中川					15:40-16:30	●15:40-16:25	©t⁻¬B&A+	見学会(2.45) 梶原		
	性田	宮原	16:00-16:30 SP	●16:00-16:45	5	呂原			宮原	16:00-16:50	●16:00-16:45			中川		16:00-16:30 SP 木原			◎ピラWaist+ 梶原	見学会(2.45) 木原	性田	作原		
			木原	見学会(2.45) 鎌田				16:20-17:10		©t"ラLower+ 鎌田	見学会(2.45) 宮原					木原								
				蛛山		16:40-17:10		◎ピラUpper+ 鎌田		が、口	占原			16:40-17:10										
			16:50-17:40			◎ビラRefBody 鎌田	●16:40-17:25 見学会(2.45)	鎌田						SP 木原		16:50-17:40			16:50-17:40	<u> </u>	16:40-17:30 @t"5Lower+	●16:40-17:25 見学会(2.45)	16:40−17:30 ⊚t 5Lower+	●16:40-17:25
	17:00-17:5	0	©t"5Lower+			Mary hard	種田							711030		©t"ラB&A+ 種田			©t"5Lower+		種田	宮原	種田	梶原
	©ビラB+ 梶原		梶原							17:10-18:00 ©E ⁻ 5B&A+						種田			種田					
	,,,,,				1	17:30-18:20 ⊚t"∋Lower+	●17:30-18:15 見学会(2.45)	17:30-18:20	●17:30-18:15 見学会(2.45)	©ピラB&A+ 鎌田				17:30-18:20 ⊚t 5Upper+	●17:30-18:15 見学会(2.45)								17-50-19-20	
					1	⊕E 7Lower+ 鎌田	見子云(2.45) 梶原	©t⁻ラH&L+ 種田	梶原			17:50-18:40	●17:50-18:35	⊕E JUpper+ 鎌田	木原	18:00-18:30					17:50-18:40		17:50-18:20 ©L 7RefBody	
	18:10-18:4 ©F°5Contro		18:00-18:50 ©F*5B+		-							◎ビラH&L+ 種田	見学会(2.45) 宮原			©ピラControlf 木原			18:00-18:50 ©F*5B&A+	H-	©t"ラH&L+ 鎌田		種田	
	©t°ラContro 木原		©ピラB+ 梶原		1					18:20-19:10		TEΙ	口/尔			/N/J			©ピラB&A+ 鎌田		N/H			
	1				1	18:40-19:30		18:40-19:30		◎ピラUpper+ 鎌田	-	1		18:40-19:30		1							18:40-19:10 SP	●18:40-19:2
	19:00-19:5	0]	©ビラH&L+ 種田		©t"ラLower+ 種田				19:00-19:30 SP		©t⁻ラLower+ 鎌田							19:00-19:50		宮原	見学会(2.45) 種田
	©t [™] 5Uppe	-+			1	1生四		1至四				中川		※ 四							©Ľ 7B+			1全四
	梶原				-		1			19:30-20:20											宮原		19:30-20:20	
					1	19:50-20:20		10.50.00.10		©Ľ"ラH&L+		10.50.00.00		19:50-20:20									©t"5Upper+	1 10.50 00 0
	20:10-20:4	0			1	SP 梶原		19:50-20:40 ⊚t 5B&A+		宮原		19:50-20:40 ⊚t"¬Upper+	-	©ピラStretchC 木原		1					20:10-20:40		宮原	●19:50-20:3 見学会(2.45
*)	SP 木原				1			©ピラB&A+ 種田				©t"ラUpper+ 鎌田		,-							SP 宮原			梶原
	- 小原			<u> </u>	1												<u> </u>			<u> </u>	舌原			
	21:00-21:3	0			4	20:40-21:30 ⊚t 5B&A+		21:00-21:30		20:40-21:30 ©t"5Lower+		21:00-21:30		20:40-21:30 ⊚t 5B&A+							21:00-21:30		20:40-21:30 ⊚t 5B&A+	
	©t 5Stretcl	nC			1	種田		SP 梶原		宮原		©t [™] 5TotalBody		鎌田							@L"5RefBody		宮原	
	木原			-	1			梶原				宮原									鎌田			
					1																			
					1												<u> </u>							
					4																			
					1																			
	<u> </u>	+		<u> </u>	-	<u> </u>	 	 			<u> </u>	 			<u> </u>		<u> </u>			<u> </u>				
						•		•				•												

14日(木)	15日(金)	16日(土)	17日(日)		(月)	19日			1(水)		(木)		(金)		1(土)	24日(日)		(月)		1(火)	27日	
Aスタジオ Sスタジオ				KAY27	Sスタシオ	HAY27	Sスタジオ	Aスタジオ	3/7/7/	AA327	Sスタジオ	Aスタジオ	3/3/2/1	Aスタジオ	3/7/7/		AAGOA	Sスタジオ	Aスタジオ	3/4/7/	Aスタジオ	3/4/1
														08:30-09:20								
														©L"¬Waist+ 梶原								
00.20.10.00				09:30-10:00		00.20 10.00	2 00.20 10.15	00.00 10.00	00000 1015	00.20 10.00		00.20 10.00	000.00 10.15				09:30-10:00 SP	00.20 10.15	00.00 10.00	00000 1015	00.20 10.00	00000 1015
09:30-10:20 ⑤ピラUpper+ 木原				©ピラRefBody 種田		09:30-10:20 ◎ピラA+ 宮原	●09:30-10:15 見学会(2.45) 中川	09:30-10:20 ◎ピラWaist+ 宮原	見学会(2.45) 中川	09:30-10:20 ◎ピラB&A+ 鎌田		09:30-10:20 ②ピラWaist+ 梶原	見学会(2.45) 鎌田	09:50-10:20 SP			宮原	●09:30-10:15 見学会(2.45) 種田	©E [*] ラB+ 宮原	見学会(2.45) 種田	09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 鎌田	見学会(2.45) 木原
														梶原								
●10:30-11:15 10:50-11:20 見学会(2.45) SP 鎌田				10:30-11:20 ©t"ラLower+ 木原		10:50-11:20 SP		10:50-11:40		10:40-11:10 ②ピラRefBody 鎌田	●10:40-11:25 見学会(2.45)	SP		10:50-11:40				●10:30-11:15 見学会(2.45) 宮原	10:50-11:20 ©t*5BackStyle	●10:50-11:35	10:50-11:40	
木原						宮原		©t⁻ラB+ 宮原			梶原	梶原		©t"ラUpper+ 種田					宮原	見学会(2.45) 中川		
11:50-12:40				11:50-12:40		11:50-12:40				11:30-12:20 ©ピラLower+ 種田		11:50-12:40					11:50-12:40	●11:50-12:35	11-50-12-40			
©t ⁻ ラLower+ 種田				©ピラB&A+ 種田		©L ラUpper+ 木原		12:10-12:40 SP 中川		注出		◎t"ラUpper+ 鎌田		12:10-13:00 ©E [*] 5H&L+	●12:10-12:55		©ピラB&A+ 種田	見学会(2.45)	©t"ラH&L+ 種田		12:10-12:40 ◎ピラStretchC 木原	
								中川						鎌田	見学会(2.45) 梶原						不尽	
13:10-14:00				13:10-14:00	●13:10-13:55 見学会(2.45)	13:10-13:40 ©L 7RefBody	●13:10-13:55	13:10-14:00	●13:10-13:55			13:10-13:40 ⑥ピラcore 宮原					13:10-14:00	●13:10-13:55	13:10-13:40 ©t 7RefCore	●13:10-13:55	13:10-14:00 ©t 7Lower+	●13:10-13:55
©E [*] 7H&L+ 鎌田				©ビラUpper+ 中川	見学会(2.45) 鎌田	種田	見字会(2.45) 宮原	©t [™] ラUpper+ 木原	見字会(2.45) 種田			宮原		13:30−14:20 ⊚t"5B&A+	●13:30-14:15 見学会(4.45)		©ビラB+ 木原	見学会(2.45) 鎌田	- 桂田	見字会(2.45) 木原	◎ヒ ラLower+ 木原	見字会(2.45) 種田
	府吐什拳	哈吐 仕类	中井口			14:10-15:00	●14:10-14:55					14:10-15:00	●14:10-14:55	種田	鎌田	中井 ロ			14:10-15:00	●14:10-14:55		
14:30-15:20 ◎ピラB&A+	臨時休業	臨時休業	定休日	14:30-15:00 SP 中川	●14:30-15:15 見学会(2.45)	©ビラB+ 木原	見学会(2.45)	14:30-15:00 ©t"ラControlF 木原	●14:30-15:15 見学会(2.45)			©t⁻¬Lower+ 木原	見学会(2.45) 梶原	14:50-15:20		定休日	14:30-15:00 ©t'ラPerBackBody 中川	●14:30-15:15 見学会(2.45)	©ピラA+ 宮原	見学会(2.45) 梶原	14:30-15:00 SP 宮原	●14:30-15:15 見学会(2.45)
◎ピラB&A+ 鎌田 見学会(2.45) 梶原					木原				宮原					SP 梶原				木原				鎌田
15:40-16:10 ⊚t°7StretchC ●15:40-16:25				15:30-16:20 ©t"5Lower+		15:30-16:00 SP 宮原	●15:30-16:15 見学会(2.45)	15:30-16:20 ©t"5B&A+					●15:30-16:15 見学会(2.45)				15:30-16:20		15:30-16:00 SP 中川		15:30-16:20 ©t*5B&A+	●15:30-16:15 見学会(2.45)
大原 月学会(2.45) 種田				便田 種田		占原	木原	中川				鎌田	宮原	15:50-16:40 ②ピラLower+ 種田	●15:50-16:35 見学会(2.45) 梶原		©ピラUpper+ 種田		中川		宮原	木原
				16:40-17:10	_	16:20-17:10 ◎ビラA+ 中川							_	程出	作原		16:40-17:10	_	16:20-17:10 ◎ピラB&A+ 木原	●16:20-17:05 見学会(2.45)		
16:40-17:30 ⑤t¯JLower+ 梶原				©L"¬RefBody 鎌田	●16:40-17:25 見学会(2.45) 中川	中川		16:40-17:30 ◎ビラLower+ 種田	●16:40-17:25 見学会(2.45) 木原			16:40-17:30 ◎ピラB&A+ 梶原	●16:40-17:25 見学会(2.45) 鎌田	17:10-17:40			SP 宮原	●16:40-17:25 見学会(2.45) 中川	木原	種田	16:40-17:30 ◎t ¬Lower+ 種田	
				17:30-18:20	●17:30-18:15	17:30-18:20								©ピラRefBody 鎌田			17:30-18:20		17:30-18:20	●17:30-18:15		
17:50-18:40 ©t*7B+				©ビラH&L+ 梶原	見学会(2.45) 鎌田	©ビラLower+ 中川		17:50-18:20 ⑤ピラChestSR 中川		17:50-18:40 ⊚ビラH&L+		17:50-18:20 SP 宮原	●17:50-18:35 見学会(2.45)				©ピラWaist+ 木原		©t"ラLower+ 梶原	見学会(2.45)	17:50-18:20 ②ピラRefBody 木原	●17:50-18:35 見学会(2.45)
宮原								干川		木原		占原	木原	18:10-19:00 ◎ピラB+ 種田					18:40-19:10		小 原	宮原
19:00-19:30				18:40-19:30 ©ピラA+ 中川		18:40-19:30 ◎ピラB&A+ 鎌田	●18:40-19:25 見学会(2.45) 梶原	18:40-19:30 ◎ピラH&L+ 種田		19:00-19:30		18:40-19:30 ©ピラB+ 宮原		性田			18:40-19:30 ©t jLower+	●18:40-19:25 見学会(2.45) 鎌田	SP 木原		18:40-19:30 ◎ピラH&L+ 木原	
©ビラTotalBody 宮原				甲川		鎌田	作 原	程出		SP 宮原		呂原					程出	課出			小 原	
19:50-20:40				19:50-20:20 SP		19:50-20:40		19:50-20:20 SP		19:50-20:40		19:50-20:20 ©t*5BackStyle					19:50-20:20 ©t°7ControlF		19:30-20:20 ⑤ピラUpper+ 梶原		19:50-20:20 SP	
©t⁻¬̄А+ 中川				中川		©t⁻ラUpper+ 鎌田		木原		©ピラUpper+ 木原		宮原					©t [™] ラControlF 木原				宮原	
21:00-21:30				20:40-21:30 ©t [*] 7Upper+		21:00-21:30		20:40-21:30 ©t"5Upper+		21:00-21:30		20:40-21:30 ©t"7Upper+					20:40-21:30 @r*5H&I +		20:40-21:30 ©t" 7 B+		20:40-21:30 ©t"7Upper+	
SP 中川				鎌田		◎ピラRefBody 種田		種田		©t うStretchC 木原		木原					◎ビラH&L+ 鎌田		梶原		種田	

	1(木)		29日(金) 30日(土) Aスタジオ Sスタジオ Sスタンガ Saynth Saynth Saynth Saynth				
09:30-10:00 SP 中川 10:30-11:00 ©Ľ 5ChtstSR 中川	●09:30-10:15 見学会(2.45) 木原	09:30-10:00 ©ビラTotalBody 宮原 10:30-11:00 SP 宮原	●09:30-10:15 見学会(2.45) 中川 ●10:30-11:15 見学会(2.45) 梶原	08:30-09:20 ©ビラH&L+ 梶原	● 08:30-09:15 見学会(2.45) 宮原 ● 09:40-10:25 見学会(2.45) 鎌田 ● 10:40-11:25 見学会(2.45)		
			●16:00-16:45 見学会(2.45)	15:00-15:50 ⑥ピラB&A+ 錬田 16:10-17:00	●15:00-15:45 見学会(2.45) 椎原	定休日	
17:50-18:40 ②ピラB&A+ 鎌田 19:00-19:30 ③ピラRefBody 鎌田	●16:30-17:15 見学会(2.45) 框原	17:50-17:30 ② L* TRefCore 權原 17:50-18:20 SP 權原 18:40-19:30 ③ L* JUpper+ 種田	宮原 ●17:00-17:45 見学会(2.45) 種田 ●17:50-18:35 見学会(2.45) 鎌田	◎ L [*] JLower+ 鎌田 17:20-17:50 SP 木原 18:10-19:00 ◎ L [*] JB+ 木原	見学会(2.45) 種田		
19:50-20:40 ◎ピラLower+ 梶原 21:00-21:30 ◎ピラcore 梶原		19:50-20:20 ②じ 予RefBody 種田 20:40-21:30 ③ビラLower+ 鎌田					

【マシンピラティス】

強度		レッスン名	時間
2.5	©t [*] 5Lower+	Lower Body Make-up+	50分
2.5	⊚t [*] 5Upper+	Upper Body Make-up+	50分
2.5	⊚t°5B+	Basic+	50分
2.5	©t°5TotalBody	Total Body	30分
2.5	⊚t° 7 StretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	⊚t [*] 5RefBody	Refresh Body	30分
2.5	⊚t°5ChestSR	Chest Spine Release	30分
3	⊚t°5H&L+	Hip&Legs+	50分
3	©t"7BackStyle	Beauty Back Style	30分
3	⊚t°5RefCore	Refresh Core	30分
3	©t'5PerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	SP	RintosullMIX Summer2025	30分
3.5	©ヒ [*] ラWaist+	Waist Shape+	50分
3.5	©ヒ [*] ラB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	©t [*] 5core	Shape up Core	30分
3.5	©t°5ControlF	Control Flow	30分
4	©ヒ [*] ラA+	Advance+	50分

	別レッスン】		L = 2 N df	≧ =トップインストラクター
1(金)	09:30-10:15	1 1	レッスン名 見学会(2.45)	担当インストラクター 宮原茉子
1(金)	10:50-11:35	1	見学会(2.45)	梶原愛海
1(金)	12:10-12:55	1	見学会(2.45)	種田楓子
1(金)	13:10-13:55	1	見学会(2.45)	木原冬莉
1(金)	14:30-15:15	1	見学会(2.45)	梶原愛海
	15:30-16:15	1	見学会(2.45)	宮原茉子
1(金)	09:20-10:05	1	見学会(2.45)	
	10:30-11:15			種田楓子
2(土)	11:40-12:25	1	見学会(2.45)	鎌田希
	13:40-14:25		見学会(2.45)	
2(土)		1		木原冬莉 種田楓子
	14:50-15:35		見学会(2.45)	
2(土)	16:00-16:45	1	見学会(2.45)	鎌田希
4(月)	09:30-10:15	1	見学会(2.45)	宮原茉子
4(月)	11:50-12:35	1	見学会(2.45)	鎌田希
4(月)	13:10-13:55	1	見学会(2.45)	種田楓子
4(月)	14:30-15:15	1	見学会(2.45)	木原冬莉
4(月)	16:40-17:25	1	見学会(2.45)	種田楓子
4(月)	17:30-18:15	1	見学会(2.45)	梶原愛海
5(火)	10:50-11:35	1	見学会(2.45)	鎌田希
5(火)	13:10-13:55	1	見学会(2.45)	種田楓子
5(火)	15:30-16:15	1	見学会(2.45)	宮原茉子
5(火)	17:30-18:15	1	見学会(2.45)	梶原愛海
6(水)	09:30-10:15	1	見学会(2.45)	宮原茉子
6(水)	15:10-15:55	1	見学会(2.45)	木原冬莉
6(水)	16:00-16:45	1	見学会(2.45)	宮原茉子
7(木)	17:50-18:35	- 1	見学会(2.45)	宮原茉子
8(金)	13:10-13:55	1	見学会(2.45)	鎌田希
8(金)	14:30-15:15	1	見学会(2.45)	種田楓子
8(金)	17:30-18:15	1	見学会(2.45)	木原冬莉
9(土)	08:30-09:15	- 1	見学会(2.45)	宮原茉子
9(土)	10:00-10:45	1	見学会(2.45)	種田楓子
9(土)	10:50-11:35	1	見学会(2.45)	木原冬莉
9(土)	13:40-14:25	1	見学会(2.45)	宮原茉子
9(土)	14:50-15:35	1	見学会(2.45)	梶原愛海
11(月)	09:30-10:15	1	見学会(2.45)	種田楓子
11(月)	10:30-11:15	1	見学会(2.45)	宮原茉子
11(月)	11:40-12:25	1	見学会(2.45)	鎌田希
11(月)	13:40-14:25	1	見学会(2.45)	梶原愛海
11(月)	14:50-15:35	1	見学会(2.45)	種田楓子
11(月)	15:40-16:25	1	見学会(2.45)	木原冬莉
12(火)	10:50-11:35	- 1	見学会(2.45)	種田楓子
12(火)	11:50-12:35	1	見学会(2.45)	中川愛
12(火)	13:10-13:55	- 1	見学会(2.45)	宮原茉子
12(火)	15:30-16:15	1	見学会(2.45)	梶原愛海
12(火)	16:40-17:25	1	見学会(2.45)	宮原茉子
13(水)	09:30-10:15	1	見学会(2.45)	鎌田希
13(水)	11:50-12:35	1	見学会(2.45)	木原冬莉
13(水)	12:50-13:35	1	見学会(2.45)	種田楓子
13(水)	14:10-14:55	1	見学会(2.45)	宮原茉子
13(水)	16:40-17:25	1	見学会(2.45)	梶原愛海
13(水)	18:40-19:25	1	見学会(2.45)	種田楓子
			·	12-1-1-1

レッスン日時	一一一一一	レッスン名	担当インストラクター
13(水) 19:50-20:3		見学会(2.45)	梶原愛海
14(木) 10:30-11:1	1	見学会(2.45)	鎌田希
14(木) 11:50-12:3	1	見学会(2.45)	木原冬莉
14(木) 14:30-15:1	1	見学会(2.45)	梶原愛海
14(木) 15:40-16:2	1	見学会(2.45)	種田楓子
18(月) 13:10-13:5	1	見学会(2.45)	鎌田希
18(月) 14:30-15:1	1	見学会(2.45)	木原冬莉
18(月) 16:40-17:29	1	見学会(2.45)	中川愛
18(月) 17:30-18:1	1	見学会(2.45)	鎌田希
19(火) 09:30-10:1	1	見学会(2.45)	中川愛
19(火) 13:10-13:5	1	見学会(2.45)	宮原茉子
19(火) 14:10-14:5	1	見学会(2.45)	中川愛
19(火) 15:30-16:1	1	見学会(2.45)	木原冬莉
19(火) 18:40-19:2	1	見学会(2.45)	梶原愛海
20(水) 09:30-10:1	1	見学会(2.45)	中川愛
20(水) 13:10-13:5	1	見学会(2.45)	種田楓子
20(水) 14:30-15:1	1	見学会(2.45)	宮原茉子
20(水) 16:40-17:2	1	見学会(2.45)	木原冬莉
21(木) 10:40-11:2	1	見学会(2.45)	梶原愛海
22(金) 09:30-10:1	1	見学会(2.45)	鎌田希
22(金) 14:10-14:5	1	見学会(2.45)	梶原愛海
22(金) 15:30-16:1	1	見学会(2.45)	宮原茉子
22(金) 16:40-17:2	1	見学会(2.45)	鎌田希
22(金) 17:50-18:3	1	見学会(2.45)	木原冬莉
23(土) 12:10-12:5	1	見学会(2.45)	梶原愛海
23(土) 13:30-14:1	1	見学会(4.45)	鎌田希
23(土) 15:50-16:3	1	見学会(2.45)	梶原愛海
25(月) 09:30-10:1	1	見学会(2.45)	種田楓子
25(月) 10:30-11:1	1	見学会(2.45)	宮原茉子
25(月) 11:50-12:3	j 1	見学会(2.45)	中川愛
25(月) 13:10-13:5	1	見学会(2.45)	鎌田希
25(月) 14:30-15:1	1	見学会(2.45)	木原冬莉
25(月) 16:40-17:25	1	見学会(2.45)	中川愛
25(月) 18:40-19:2		見学会(2.45)	鎌田希
26(火) 09:30-10:1	1	見学会(2.45)	種田楓子
26(火) 10:50-11:3		見学会(2.45)	中川愛
26(火) 13:10-13:5		見学会(2.45)	木原冬莉
26(火) 14:10-14:5		見学会(2.45)	梶原愛海
26(火) 16:20-17:0		見学会(2.45)	種田楓子
26(火) 17:30-18:1		見学会(2.45)	中川愛
27(水) 09:30-10:1		見学会(2.45)	木原冬莉
27(水) 13:10-13:5		見学会(2.45)	種田楓子
27(水) 14:30-15:1		見学会(2.45)	鎌田希
27(水) 15:30-16:1		見学会(2.45)	木原冬莉
27(水) 17:50-18:3		見学会(2.45)	宮原茉子
28(木) 09:30-10:15		見学会(2.45)	木原冬莉
28(木) 16:30-17:15		見学会(2.45)	梶原愛海
29(金) 09:30-10:15		見学会(2.45) 見学会(2.45)	中川愛梶原愛海
			作原変海 宮原茉子
29(金) 16:00-16:4		見学会(2.45)	
29(金) 17:00-17:4	1	見学会(2.45)	種田楓子

レッスン日時		強度	レッスン名	担当インストラクター
29(金)	17:50-18:35	1	見学会(2.45)	鎌田希
30(土)	08:30-09:15	1	見学会(2.45)	宮原茉子
30(土)	09:40-10:25	1	見学会(2.45)	鎌田希
30(土)	10:40-11:25	- 1	見学会(2.45)	木原冬莉
30(土)	15:00-15:45	1	見学会(2.45)	梶原愛海
30(土)	16:10-16:55	1	見学会(2.45)	種田楓子

◎ … 常温レッスン 10分 … 10分講座

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

SP … 特別レッスン

● … 体験レッスン予約可能 WS … プレミアムワークショップ (追加料金あり)

21:00-22:00 レッスン名 インストラクター名

レッスン後 10分講座

【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 場合はご受講いただけません。 お時間に余裕をもってお越しください。



【PC/スマートフォン】 www.rintosull.jp



LINE 公式アカウント







