

2026年4月レッスンスケジュール Rintosull 西新店(全スタジオ:女性専用)

※2026年04月14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(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)	12日(日)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)	19日(日)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)	
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B+ 高見							08:00-08:30 ◎ヒラTotalBody 未竹							08:00-08:50 ◎ヒラUpper+ 高見							
09:30-10:00 ◎ヒラRefCore 上藤	09:30-10:20 ◎ヒラUpper+ 深川	09:30-10:20 ◎ヒラB+ 山田	09:20-09:50 ◎ヒラBackStyle 山田		09:30-10:00 ◎ヒラStretchC 山田	09:30-10:20 ◎ヒラB+ 高見	09:30-10:00 ◎ヒラRefCore 上藤	09:30-10:00 ◎ヒラCore 上藤	09:30-10:20 ◎ヒラUpper+ 深川	09:20-09:50 ◎ヒラWaist+ 高見		09:30-10:20 ◎ヒラUpper+ 深川	09:30-10:20 ◎ヒラH&L+ 上藤	09:30-10:20 ◎ヒラLower+ 深川	09:30-10:00 ◎ヒラStretchC 山田	09:30-10:00 ◎ヒラRefCore 高見	09:20-09:50 ◎ヒラRefCore 高見		09:30-10:20 ◎ヒラB+ 上藤	09:30-10:20 ◎ヒラWaist+ 山田	09:30-10:15 Strong Hip&Legs 山田	09:30-10:00 ◎ヒラRefCore 高見	09:30-10:20 ◎ヒラH&L+ 上藤	
10:30-11:20 ◎ヒラLower+ 高見	10:50-11:20 ◎ヒラRefCore 山田	10:50-11:40 ◎ヒラWaist+ 高見	10:20-10:50 Cardo Reform Blast 未竹		10:30-11:20 ◎ヒラA+ 未竹	10:50-11:20 ◎ヒラChestSR 未竹	10:30-11:20 ◎ヒラLower+ 高見	10:30-11:20 ◎ヒラB+ 上藤		10:20-11:10 ◎ヒラH&L+ 上藤		10:50-11:20 ◎ヒラControlF 未竹	10:50-11:20 ◎ヒラPerBackBody 未竹	10:50-11:40 ◎ヒラWaist+ 上藤	10:30-11:15 Strong Hip&Legs 上藤	10:30-11:20 ◎ヒラB&A+ 山田	10:20-10:50 ◎ヒラStretchC 山田		10:50-11:40 ◎ヒラUpper+ 高見	10:50-11:35 Boost Upper&Lower 上藤	10:50-11:40 ◎ヒラUpper+ 深川	10:30-11:20 ◎ヒラA+ 未竹	10:50-11:20 ◎ヒラPerBackBody 未竹	
11:50-12:20 Cardo Reform Blast 未竹	11:50-12:35 Strong Back&Arms 山田	12:10-13:00 ◎ヒラLower+ 深川	11:20-12:10 ◎ヒラUpper+ 深川		11:50-12:40 ◎ヒラH&L+ 山田	11:50-12:40 ◎ヒラUpper+ 高見	11:50-12:20 ◎ヒラStretchC 山田	11:50-12:35 Strong Back&Arms 山田		11:40-12:10 ◎ヒラBackStyle 山田		11:50-12:35 Power Basic 高見	11:50-12:40 ◎ヒラUpper+ 深川	12:10-12:40 ◎ヒラControlF 上藤	11:40-12:10 Cardo Reform Blast 未竹	11:50-12:40 ◎ヒラB+ 上藤	11:20-12:10 ◎ヒラLower+ 深川		12:10-12:40 ◎ヒラCore 上藤	12:00-12:50 ◎ヒラB&A+ 山田	12:10-12:40 ◎ヒラBackStyle 山田	11:50-12:35 Power Basic 山田	11:50-12:40 ◎ヒラLower+ 高見	
12:50-13:20 ◎ヒラStretchC 上藤	13:00-13:50 ◎ヒラUpper+ 深川		12:40-13:10 ◎ヒラChestSR 未竹				12:50-13:40 ◎ヒラH&L+ 上藤			12:40-13:30 ◎ヒラA+ 未竹		13:10-13:50 ◎ヒラLower+ 深川	13:10-13:40 ◎ヒラCore 上藤	13:10-14:00 ◎ヒラUpper+ 深川	12:40-13:30 ◎ヒラWaist+ 山田	13:10-13:40 ◎ヒラStretchC 山田	12:40-13:25 Power Basic 高見					13:10-13:50 Rin-Ballet 未竹		13:10-13:40 ◎ヒラControlF 上藤
			13:40-14:10 ◎ヒラRefCore 高見		13:10-14:00 ◎ヒラUpper+ 深川	13:10-13:55 Power Basic 高見				13:30-14:00 ◎ヒラCore 上藤							13:50-14:20 ◎ヒラHipLine 山田							
			14:40-15:25 Boost Upper&Lower 山田							14:00-14:30 ◎ヒラControlF 上藤							14:50-15:40 ◎ヒラUpper+ 上藤							
			15:50-16:20 ◎ヒラStretchC 未竹		15:30-16:00 ◎ヒラStretchC 上藤	15:30-16:00 Rin-Ballet 未竹				15:30-16:00 ◎ヒラBackStyle 山田						15:30-16:15 Strong Hip&Legs 山田			15:30-16:00 ◎ヒラStretchC 山田					
			16:30-17:20 ◎ヒラLower+ 深川							16:20-16:50 ◎ヒラRefCore 高見							16:10-16:40 ◎ヒラCore 上藤				16:10-17:00 ◎ヒラWaist+ 高見			
	17:00-17:50 ◎ヒラLower+ 深川		16:50-17:40 ◎ヒラWaist+ 山田																					
17:20-18:10 ◎ヒラUpper+ 深川		17:50-18:20 ◎ヒラRefCore 高見			17:40-18:30 ◎ヒラLower+ 深川		17:20-18:10 ◎ヒラUpper+ 深川		17:30-18:00 ◎ヒラStretchC 上藤	17:20-18:05 Boost Upper&Lower 山田		17:40-18:10 Rin-Ballet 未竹	17:20-17:50 ◎ヒラHipLine 山田	17:20-18:10 ◎ヒラWaist+ 高見	17:30-18:15 Power Basic 山田	17:30-18:00 ◎ヒラCore 上藤	17:10-18:00 ◎ヒラUpper+ 深川		17:20-17:50 ◎ヒラControlF 上藤	17:40-18:30 ◎ヒラUpper+ 深川	17:30-18:00 Rin-Ballet 未竹		17:10-17:55 Strong Hip&Legs 山田	
18:40-19:10 ◎ヒラControlF 上藤	18:20-19:10 ◎ヒラWaist+ 山田	18:50-19:35 Strong Hip&Legs 上藤				18:20-19:10 ◎ヒラLower+ 深川	18:40-19:10 ◎ヒラRefCore 山田	18:40-19:10 ◎ヒラBackStyle 山田	18:30-19:20 ◎ヒラWaist+ 高見			18:40-19:30 ◎ヒラLower+ 高見	18:20-19:10 ◎ヒラWaist+ 高見	18:40-19:10 ◎ヒラPerBackBody 未竹	18:40-19:30 ◎ヒラUpper+ 深川	18:30-19:15 Strong Back&Arms 山田					18:20-19:10 ◎ヒラWaist+ 上藤	18:30-19:15 Power Waist Shape 上藤	18:40-19:10 ◎ヒラStretchC 未竹	18:20-19:10 ◎ヒラB+ 高見
19:40-20:30 ◎ヒラLower+ 深川	19:40-20:30 ◎ヒラUpper+ 深川	20:00-20:30 ◎ヒラControlF 上藤			19:40-20:30 ◎ヒラUpper+ 深川	19:40-20:30 ◎ヒラB&A+ 山田	19:40-20:30 ◎ヒラLower+ 深川		19:50-20:35 Strong Hip&Legs 山田				19:40-20:30 ◎ヒラUpper+ 高見	19:40-20:30 ◎ヒラB+ 高見	20:00-20:30 ◎ヒラChestSR 未竹	19:40-20:30 ◎ヒラWaist+ 上藤			19:40-20:30 ◎ヒラLower+ 深川	20:00-20:30 ◎ヒラChestSR 未竹	19:40-20:30 ◎ヒラUpper+ 深川	19:40-20:30 ◎ヒラWaist+ 上藤	19:40-20:30 ◎ヒラLower+ 高見	
21:00-21:30 ◎ヒラChestSR 未竹	21:00-21:30 Cardo Reform Blast 未竹	21:00-21:50 ◎ヒラLower+ 深川			21:00-21:50 ◎ヒラRefCore 山田	21:00-21:50 ◎ヒラLower+ 深川	21:00-21:50 ◎ヒラWaist+ 高見			21:00-21:30 ◎ヒラRefCore 高見		21:00-21:45 Boost Upper&Lower 高見	21:00-21:30 ◎ヒラRefCore 山田	21:00-21:30 ◎ヒラCore 未竹	21:00-21:50 ◎ヒラLower+ 深川	21:00-21:30 ◎ヒラStretchC 上藤			21:00-21:30 Rin-Ballet 未竹	21:00-21:50 ◎ヒラLower+ 深川	21:00-21:30 ◎ヒラPerBackBody 未竹	21:00-21:50 ◎ヒラUpper+ 深川	21:00-21:45 Power Basic 山田	



定休日

定休日

定休日

