2025年8月レッスンスケジュール Rintosull イオン旭川春光店(全スタジオ:女性専用)

※2025年07月25日02:08 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(金)		2日(土)		3日(日)	4日(月)		5日(火)		6日(水)		7日(木)		8日(金)		9日(土)		10日(日)	11日(月)		12日(火)		13日(水)	
	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ
	09:30-10:00 ◎ビラHipLine 横山		09:30-10:20 ◎ビラB+ 青木		●09:30-10:15 見学会(2.45) 牧野	09:30-10:00 SP 佐々木		09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 青木		09:30-10:00 ◎ビラBackStyle 横山	●09:10-09:55 見学会(2.45) 青木	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 牧野	●09:20-10:05 見学会(2.45) 佐々木	09:30-10:00 SP 横山	●09:10-09:55 見学会(2.45) 牧野	09:30-10:00 ◎ビラRefBody 菊崎		●09:30-10:15 見学会(2.45) 横山	09:30-10:20 ◎ビラH&L+ 菊崎		09:30-10:00 SP 佐々木		09:30-10:20 ◎ビラLower+ 牧野	
	10:30-11:20 ◎ビラUpper+ 牧野		10:50-11:20 SP 佐々木	●10:30-11:15 見学会(2.45) 菊崎		10:30-11:20 ◎ビラLower+ 菊崎	●10:20-11:05 見学会(2.45) 青木	10:50-11:40 ◎ビラB+ 青木	●10:40-11:25 見学会(2.45) 佐々木	10:30-11:00 ◎ビラHipLine 横山		10:50-11:20 ◎ビラRefBody 菊崎		10:30-11:00 ◎ビラBackStyle 横山		10:30-11:20 ◎ビラLower+ 青木	●10:20-11:05 見学会(2.45) 菊崎		10:50-11:20 SP 佐々木	●10:30-11:15 見学会(2.45) 牧野	10:30-11:20 ◎ビラUpper+ 菊崎	●10:20-11:05 見学会(2.45) 佐々木	10:50-11:20 ◎ビラPerBackBody 横山	
	11:50-12:20 SP 横山	●11:30-12:15 見学会(2.45) 牧野	11:50-12:40 ◎ビラB&A+ 青木		●12:00-12:45 見学会(2.45) 牧野	11:50-12:20 ◎ビラRefBody 菊崎		12:10-12:40 ◎ビラcore 青木		11:30-12:20 ◎ビラUpper+ 青木		11:50-12:20 SP 佐々木		11:30-12:20 ◎ビラB+ 牧野	●11:20-12:05 見学会(2.45) 横山	11:50-12:40 ◎ビラB&A+ 青木		●12:00-12:45 見学会(2.45) 横山	11:50-12:20 ◎ビラRefBody 菊崎		11:50-12:40 ◎ビラLower+ 牧野		11:50-12:20 SP 横山	
	12:50-13:20 ◎ビラRefCore 藤田		13:10-14:00 ◎ビラLower+ 菊崎	●13:00-13:45 見学会(2.45) 横山		12:50-13:20 ◎ビラTotalBody 青木		13:10-13:40 ◎ビラRefBody 菊崎	●12:50-13:35 見学会(2.45) 牧野	12:50-13:20 SP 横山				12:50-13:40 ◎ビラUpper+ 菊崎		13:10-13:40 ◎ビラRefCore 藤田	●12:50-13:35 見学会(2.45) 菊崎		12:50-13:40 ◎ビラWaist+ 牧野	●12:40-13:25 見学会(2.45) 菊崎	13:10-13:40 SP 横山	●12:50-13:35 見学会(2.45) 牧野	12:50-13:40 ◎ビラUpper+ 牧野	●12:40-13:25 見学会(2.45) 青木
	13:50-14:40 ◎ビラB+ 藤田	●13:40-14:25 見学会(2.45) 横山	14:30-15:00 ◎ビラRefCore 青木			13:50-14:40 ◎ビラH&L+ 菊崎	●13:40-14:25 見学会(2.45) 青木	14:10-14:40 SP 佐々木		13:50-14:40 ◎ビラLower+ 牧野	●13:40-14:25 見学会(2.45) 青木			14:10-15:00 ◎ビラH&L+ 菊崎	●14:00-14:45 見学会(2.45) 牧野	14:10-15:00 ◎ビラB+ 藤田			14:10-14:40 SP 佐々木				14:10-15:00 ◎ビラWaist+ 牧野	●14:00-14:45 見学会(2.45) 横山
	15:30-16:20 ◎ビラLower+ 牧野							15:10-16:00 ◎ビラH&L+ 菊崎													15:40-16:10 ◎ビラRefBody 菊崎	●15:20-16:05 見学会(2.45) 横山		15:50-16:20 ◎ビラRefCore 牧野
		●16:30-17:15 見学会(2.45) 藤田	16:10-16:40 SP 横山	●15:50-16:35 見学会(2.45) 菊崎	●16:00-16:45 見学会(2.45) 牧野	16:30-17:20 ◎ビラB&A+ 佐々木				16:30-17:20 ◎ビラWaist+ 牧野						16:20-16:50 ◎ビラcore 青木		●16:00-16:45 見学会(2.45) 横山	16:00-16:50 ◎ビラUpper+ 菊崎	●15:50-16:35 見学会(2.45) 佐々木				
	16:50-17:20 ◎ビラChestSR 横山		17:20-18:10 ◎ビラUpper+ 青木					16:50-17:40 ◎ビラLower+ 牧野						16:50-17:20 SP 横山		17:20-17:50 ◎ビラTotalBody 青木	●17:00-17:45 見学会(2.45) 藤田		17:20-18:10 ◎ビラLower+ 菊崎	●17:10-17:55 見学会(2.45) 牧野	16:50-17:40 ◎ビラB&A+ 佐々木		16:50-17:20 ◎ビラChestSR 横山	
	17:50-18:20 SP 佐々木					17:50-18:40 ◎ビラWaist+ 青木		18:10-18:40 SP 佐々木	●17:50-18:35 見学会(2.45) 菊崎	17:50-18:20 SP 横山		17:50-18:40 ◎ビラB+ 青木	●17:40-18:25 見学会(2.45) 菊崎	17:50-18:40 ◎ビラLower+ 菊崎	●17:40-18:25 見学会(2.45) 横山						18:10-19:00 ◎ビラB+ 牧野		17:50-18:20 SP 佐々木	
	18:50-19:40 ◎ビラUpper+ 藤田		18:40-19:30 ◎ビラH&L+ 菊崎			19:10-19:40 SP 佐々木		19:10-20:00 ◎ビラB+ 牧野		18:50-19:40 ◎ビラLower+ 牧野		19:10-19:40 SP 横山		19:10-20:00 ◎ビラUpper+ 菊崎		18:20-19:10 ◎ビラH&L+ 菊崎			18:40-19:10 SP 佐々木				18:50-19:40 ◎ビラB&A+ 青木	
	20:10-21:00 ◎ビラWaist+ 藤田		20:00-20:30 ◎ビラPerBackBody 横山			20:10-21:00 ◎ビラLower+ 青木		20:30-21:00 ◎ビラRefCore 牧野		20:10-21:00 ◎ビラUpper+ 牧野		20:10-21:00 ◎ビラB&A+ 青木		20:30-21:00 SP 横山		19:40-20:30 ◎ビラWaist+ 藤田			19:40-20:30 ◎ビラB+ 牧野		19:30-20:00 ◎ビラBackStyle 横山		20:10-21:00 ◎ビラLower+ 青木	
																					20:30-21:00 SP 佐々木			

14日(木)		15日(金)	16日(土)	17日(日)	18日(月)		19日(火)		20日(水)		21日(木)		22日(金)		23日(土)		24日(日)	25日(月)		26日(火)		27日(水)	
Aスタジオ	Sスタジオ	－	－	－	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ
09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 藤田		臨時休業	臨時休業	定休日	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 藤田		09:30-10:00 SP 佐々木	●09:10-09:55 見学会(2.45) 牧野	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 藤田	●09:20-10:05 見学会(2.45) 菊崎	09:30-10:00 ◎ﾋﾞﾗcore 青木		09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 藤田	●09:20-10:05 見学会(2.45) 青木	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 菊崎		●09:30-10:15 見学会(2.45) 菊崎	09:30-10:00 SP 佐々木		09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 藤田	●09:20-10:05 見学会(2.45) 青木	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 佐々木	●09:20-10:05 見学会(2.45) 横山
10:50-11:20 SP 佐々木					10:50-11:20 ◎ﾋﾞﾗPerBackBody 横山		10:30-11:00 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 青木		10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗB+ 藤田		10:30-11:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 牧野	●10:20-11:05 見学会(2.45) 青木	10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 藤田		10:50-11:20 SP 横山	●10:30-11:15 見学会(2.45) 菊崎		10:30-11:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 藤田	●10:20-11:05 見学会(2.45) 佐々木	10:50-11:20 ◎ﾋﾞﾗBackStyle 横山		10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗB+ 佐々木	
11:50-12:40 ◎ﾋﾞﾗB+ 藤田	●11:40-12:25 見学会(2.45) 佐々木				11:50-12:40 ◎ﾋﾞﾗB+ 藤田		11:30-12:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 牧野	●11:20-12:05 見学会(2.45) 佐々木	12:10-12:40 SP 佐々木	●11:50-12:35 見学会(2.45) 藤田	11:50-12:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 菊崎		12:10-13:00 ◎ﾋﾞﾗLower+ 青木		11:50-12:40 ◎ﾋﾞﾗB+ 藤田		●12:00-12:45 見学会(2.45) 菊崎	11:50-12:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 藤田		11:50-12:20 SP 横山		12:10-12:40 ◎ﾋﾞﾗHipLine 横山	
13:10-14:00 ◎ﾋﾞﾗLower+ 藤田	●13:00-13:45 見学会(2.45) 牧野				13:10-13:40 ◎ﾋﾞﾗRefCore 藤田	●12:50-13:35 見学会(2.45) 青木	12:50-13:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 牧野		13:10-14:00 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 菊崎		13:10-14:00 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 青木	●13:00-13:45 見学会(2.45) 牧野	13:30-14:00 SP 横山		13:10-14:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 菊崎	●13:00-13:45 見学会(2.45) 藤田		13:10-13:40 SP 佐々木				13:10-13:40 SP 佐々木	●12:50-13:35 見学会(2.45) 菊崎
					14:10-14:40 SP 横山				14:30-15:20 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 青木		14:30-15:00 SP 横山		14:30-15:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 藤田	●14:20-15:05 見学会(2.45) 横山	14:30-15:00 SP 横山			14:10-14:40 ◎ﾋﾞﾗRefCore 青木					
15:30-16:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 藤田					15:30-16:00 SP 横山	●15:10-15:55 見学会(2.45) 藤田			15:50-16:20 ◎ﾋﾞﾗRefBody 菊崎		15:50-16:20 ◎ﾋﾞﾗRefCore 牧野	●15:30-16:15 見学会(2.45) 菊崎	15:50-16:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 藤田		16:20-16:50 ◎ﾋﾞﾗPerBackBody 横山	●16:00-16:45 見学会(2.45) 菊崎	●16:00-16:45 見学会(2.45) 菊崎	15:50-16:20 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 青木				15:50-16:20 ◎ﾋﾞﾗHipLine 横山	
16:50-17:40 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 菊崎	●16:40-17:25 見学会(2.45) 佐々木				16:30-17:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 牧野		16:50-17:20 ◎ﾋﾞﾗChestSR 横山		16:50-17:40 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 菊崎	●16:40-17:25 見学会(2.45) 藤田	16:50-17:40 ◎ﾋﾞﾗB+ 青木		17:10-17:40 SP 横山					16:50-17:40 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 佐々木				16:50-17:20 ◎ﾋﾞﾗBackStyle 横山	●16:30-17:15 見学会(2.45) 佐々木
					17:50-18:40 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 青木		17:50-18:40 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 菊崎	●17:40-18:25 見学会(2.45) 横山							17:20-18:10 ◎ﾋﾞﾗLower+ 藤田									
18:10-19:00 ◎ﾋﾞﾗB+ 牧野									18:10-19:00 ◎ﾋﾞﾗB+ 青木		18:10-18:40 SP 横山		18:10-18:40 ◎ﾋﾞﾗHipLine 横山	●17:50-18:35 見学会(2.45) 藤田				18:10-19:00 ◎ﾋﾞﾗB+ 青木		18:10-18:40 ◎ﾋﾞﾗRefCore 牧野	●17:50-18:35 見学会(2.45) 藤田	17:50-18:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 菊崎	
					19:10-19:40 ◎ﾋﾞﾗcore 青木		19:10-20:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 菊崎				19:10-19:40 ◎ﾋﾞﾗRefBody 菊崎		19:10-20:00 ◎ﾋﾞﾗB+ 青木		18:40-19:10 SP 横山					19:10-20:00 ◎ﾋﾞﾗB+ 牧野				19:10-19:40 SP 佐々木	
19:30-20:00 SP 佐々木									19:30-20:00 SP 佐々木						19:40-20:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 菊崎			19:30-20:00 SP 佐々木					
20:30-21:00 ◎ﾋﾞﾗRefCore 牧野					20:10-21:00 ◎ﾋﾞﾗLower+ 牧野		20:30-21:00 SP 横山		20:30-21:00 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 青木		20:10-21:00 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 菊崎		20:30-21:00 ◎ﾋﾞﾗRefCore 藤田					20:30-21:00 ◎ﾋﾞﾗcore 青木		20:30-21:00 SP 佐々木		20:10-21:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 菊崎	

28日(木)		29日(金)		30日(土)		31日(日)
Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ
09:30-10:00 SP 佐々木		09:30-10:00 ◎ビラChestSR 横山	●09:10-09:55 見学会(2.45) 牧野	09:30-10:20 ◎ビラWaist+ 藤田	●09:20-10:05 見学会(2.45) 菊崎	●09:30-10:15 見学会(2.45) 藤田
10:30-11:20 ◎ビラLower+ 藤田	●10:20-11:05 見学会(2.45) 牧野	10:30-11:00 SP 横山		10:50-11:40 ◎ビラLower+ 藤田		●11:00-11:45 見学会(2.45) 佐々木
11:50-12:40 ◎ビラB&A+ 佐々木		11:30-12:20 ◎ビラB+ 牧野		12:10-13:00 ◎ビラB&A+ 青木	●12:00-12:45 見学会(2.45) 牧野	
13:10-14:00 ◎ビラB+ 藤田	●13:00-13:45 見学会(2.45) 佐々木	12:50-13:20 ◎ビラHipLine 横山	●12:30-13:15 見学会(2.45) 佐々木	13:30-14:00 ◎ビラRefCore 藤田		●13:00-13:45 見学会(2.45) 藤田
14:30-15:00 ◎ビラRefCore 藤田		13:50-14:40 ◎ビラUpper+ 牧野		14:30-15:00 ◎ビラTotalBody 青木		
16:30-17:20 ◎ビラLower+ 牧野	●16:20-17:05 見学会(2.45) 藤田	15:50-16:20 ◎ビラBackStyle 横山	●15:30-16:15 見学会(2.45) 佐々木	16:20-16:50 ◎ビラRefBody 菊崎	●16:00-16:45 見学会(2.45) 藤田	●16:00-16:45 見学会(2.45) 佐々木
17:50-18:20 SP 佐々木		16:50-17:20 ◎ビラRefCore 牧野		17:20-18:10 ◎ビラUpper+ 牧野		
18:50-19:40 ◎ビラUpper+ 藤田		17:50-18:40 ◎ビラB+ 牧野		18:40-19:10 ◎ビラcore 青木		
20:10-21:00 ◎ビラWaist+ 藤田		19:10-19:40 SP 佐々木		19:40-20:30 ◎ビラB+ 青木		
		20:10-21:00 ◎ビラLower+ 牧野				

【マシンピラティス】

強度	レッスン名		時間
2.5	◎ビラLower+	Lower Body Make-up＋	50分
2.5	◎ビラUpper+	Upper Body Make-up＋	50分
2.5	◎ビラB+	Basic+	50分
2.5	◎ビラTotalBody	Total Body	30分
2.5	◎ビラRefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ビラChestSR	Chest Spine Release	30分
3	◎ビラH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ビラBackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎ビラHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ビラRefCore	Refresh Core	30分
3	◎ビラPerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	SP	RintosullMIX Summer2025	30分
3.5	◎ビラWaist+	Waist Shape＋	50分
3.5	◎ビラB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ビラcore	Shape up Core	30分

【SP:特別レッスン】

=トップインストラクター

レッスン日時		強度	レッスン名	担当インストラクター
1(金)	11:30-12:15	1	見学会(2.45)	牧野瞳
1(金)	13:40-14:25	1	見学会(2.45)	横山紗江
1(金)	16:30-17:15	1	見学会(2.45)	藤田紗綺
2(土)	10:30-11:15	1	見学会(2.45)	菊崎結
2(土)	13:00-13:45	1	見学会(2.45)	横山紗江
2(土)	15:50-16:35	1	見学会(2.45)	菊崎結
3(日)	09:30-10:15	1	見学会(2.45)	牧野瞳
3(日)	12:00-12:45	1	見学会(2.45)	牧野瞳
3(日)	16:00-16:45	1	見学会(2.45)	牧野瞳
4(月)	10:20-11:05	1	見学会(2.45)	青木茉耶
4(月)	13:40-14:25	1	見学会(2.45)	青木茉耶
5(火)	10:40-11:25	1	見学会(2.45)	佐々木李奈
5(火)	12:50-13:35	1	見学会(2.45)	牧野瞳
5(火)	17:50-18:35	1	見学会(2.45)	菊崎結
6(水)	09:10-09:55	1	見学会(2.45)	青木茉耶
6(水)	13:40-14:25	1	見学会(2.45)	青木茉耶
7(木)	09:20-10:05	1	見学会(2.45)	佐々木李奈
7(木)	17:40-18:25	1	見学会(2.45)	菊崎結
8(金)	09:10-09:55	1	見学会(2.45)	牧野瞳
8(金)	11:20-12:05	1	見学会(2.45)	横山紗江
8(金)	14:00-14:45	1	見学会(2.45)	牧野瞳
8(金)	17:40-18:25	1	見学会(2.45)	横山紗江
9(土)	10:20-11:05	1	見学会(2.45)	菊崎結
9(土)	12:50-13:35	1	見学会(2.45)	菊崎結
9(土)	17:00-17:45	1	見学会(2.45)	藤田紗綺
10(日)	09:30-10:15	1	見学会(2.45)	横山紗江
10(日)	12:00-12:45	1	見学会(2.45)	横山紗江
10(日)	16:00-16:45	1	見学会(2.45)	横山紗江
11(月)	10:30-11:15	1	見学会(2.45)	牧野瞳
11(月)	12:40-13:25	1	見学会(2.45)	菊崎結
11(月)	15:50-16:35	1	見学会(2.45)	佐々木李奈
11(月)	17:10-17:55	1	見学会(2.45)	牧野瞳
12(火)	10:20-11:05	1	見学会(2.45)	佐々木李奈
12(火)	12:50-13:35	1	見学会(2.45)	牧野瞳
12(火)	15:20-16:05	1	見学会(2.45)	横山紗江
13(水)	12:40-13:25	1	見学会(2.45)	青木茉耶
13(水)	14:00-14:45	1	見学会(2.45)	横山紗江
14(木)	11:40-12:25	1	見学会(2.45)	佐々木李奈
14(木)	13:00-13:45	1	見学会(2.45)	牧野瞳
14(木)	16:40-17:25	1	見学会(2.45)	佐々木李奈
18(月)	12:50-13:35	1	見学会(2.45)	青木茉耶
18(月)	15:10-15:55	1	見学会(2.45)	藤田紗綺
19(火)	09:10-09:55	1	見学会(2.45)	牧野瞳
19(火)	11:20-12:05	1	見学会(2.45)	佐々木李奈
19(火)	17:40-18:25	1	見学会(2.45)	横山紗江
20(水)	09:20-10:05	1	見学会(2.45)	菊崎結
20(水)	11:50-12:35	1	見学会(2.45)	藤田紗綺
20(水)	16:40-17:25	1	見学会(2.45)	藤田紗綺
21(木)	10:20-11:05	1	見学会(2.45)	青木茉耶
21(木)	13:00-13:45	1	見学会(2.45)	牧野瞳
21(木)	15:30-16:15	1	見学会(2.45)	菊崎結

レッスン日時		難度	レッスン名	担当インストラクター
22(金)	09:20-10:05	1	見学会(2.45)	青木茉耶
22(金)	14:20-15:05	1	見学会(2.45)	横山紗江
22(金)	17:50-18:35	1	見学会(2.45)	藤田紗綺
23(土)	10:30-11:15	1	見学会(2.45)	菊崎結
23(土)	13:00-13:45	1	見学会(2.45)	藤田紗綺
23(土)	16:00-16:45	1	見学会(2.45)	菊崎結
24(日)	09:30-10:15	1	見学会(2.45)	菊崎結
24(日)	12:00-12:45	1	見学会(2.45)	菊崎結
24(日)	16:00-16:45	1	見学会(2.45)	菊崎結
25(月)	10:20-11:05	1	見学会(2.45)	佐々木李奈
26(火)	09:20-10:05	1	見学会(2.45)	青木茉耶
26(火)	17:50-18:35	1	見学会(2.45)	藤田紗綺
27(水)	09:20-10:05	1	見学会(2.45)	横山紗江
27(水)	12:50-13:35	1	見学会(2.45)	菊崎結
27(水)	16:30-17:15	1	見学会(2.45)	佐々木李奈
28(木)	10:20-11:05	1	見学会(2.45)	牧野瞳
28(木)	13:00-13:45	1	見学会(2.45)	佐々木李奈
28(木)	16:20-17:05	1	見学会(2.45)	藤田紗綺
29(金)	09:10-09:55	1	見学会(2.45)	牧野瞳
29(金)	12:30-13:15	1	見学会(2.45)	佐々木李奈
29(金)	15:30-16:15	1	見学会(2.45)	佐々木李奈
30(土)	09:20-10:05	1	見学会(2.45)	菊崎結
30(土)	12:00-12:45	1	見学会(2.45)	牧野瞳
30(土)	16:00-16:45	1	見学会(2.45)	藤田紗綺
31(日)	09:30-10:15	1	見学会(2.45)	藤田紗綺
31(日)	11:00-11:45	1	見学会(2.45)	佐々木李奈
31(日)	13:00-13:45	1	見学会(2.45)	藤田紗綺
31(日)	16:00-16:45	1	見学会(2.45)	佐々木李奈

◎ … 常温レッスン
● … 体験レッスン予約可能
10分 … 10分講座

SP … 特別レッスン
WS … プレミアムワークショップ
（追加料金あり）

レッスン前
10分講座

10分
18:30-19:30
レッスン名
インストラクター名

レッスン後
10分講座

21:00-22:00
レッスン名
インストラクター名
10分

【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。

Rintosull

【PC/スマートフォン】 www.rintosull.jp

会員様専用
予約ページ

LINE
公式アカウント

Instagram

オンラインストア
Lapre

オンラインヨガ
UCHIYOGA+