

2025年11月レッスンスケジュール Rintosull イオンモール各務原店(全スタジオ:女性専用)

※2025年11月30日02:02 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。

14日(金)	15日(土)	16日(日)	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)	23日(日)	24日(月)	25日(火)	26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	Aスタジオ	Sスタジオ		
09:30-10:00 ④ピラRefBody 荒牧		09:30-10:20 ④ピラB+ 辻村		09:30-10:20 ④ピラB&A+ 佐藤		09:30-10:20 ④ピラLower+ 佐藤		09:30-10:00 SP 北村		09:30-10:20 ④ピラWaist+ 辻村		09:30-10:00 SP 北村		
10:30-11:20 ④ピラB&A+ 北村		10:30-11:20 ④ピラH&L+ 北村		10:40-11:10 SP 辻村		10:50-11:40 ④ピラUpper+ 川瀬		10:30-11:20 ④ピラ+ 荒牧		10:50-11:40 ④ピラLower+ 辻村		10:30-11:20 ④ピラ+ 北村		
11:50-12:40 ④ピラH&L+ 荒牧		11:30-12:20 ④ピラLower+ 佐藤		12:10-13:00 ④ピラUpper+ 北村	●12:10-12:55 見学会(2.45) 荒牧	12:40-13:10 ④ピラBackStyle 辻村	●12:40-13:25 見学会(2.45) 荒牧	12:10-13:00 ④ピラH&L+ 佐藤	●12:10-12:55 見学会(2.45) 川瀬	12:10-12:40 ④ピラUpper+ 北村	11:50-12:40 ④ピラ+ 北村	11:50-12:40 ④ピラB+ 佐藤	11:50-12:20 ④ピラTotalBody 荒牧	
13:10-14:00 ④ピラUpper+ 佐藤	●13:10-13:55 見学会(2.45) 北村	13:30-14:00 ④ピラTotalBody 辻村		13:30-14:00 SP 北村		13:30-14:00 SP 北村		13:10-13:40 ④ピラcore 荒牧	●13:10-13:55 見学会(2.45) 佐藤	13:10-14:00 ④ピラH&L+ 北村	●13:10-13:55 見学会(2.45) 荒牧	13:10-14:00 ④ピラB+ 辻村	●13:10-13:40 ④ピラ+ 北村	
●15:00-15:45 見学会(2.45) 佐藤	14:40-15:30 ④ピラWaist+ 北村		●15:00-15:45 見学会(2.45) 浅野			●14:30-15:15 見学会(2.45) 北村			●14:30-15:15 見学会(2.45) 佐藤	14:30-15:00 SP 荒牧			●14:30-15:15 見学会(2.45) 佐藤	●15:00-15:45 見学会(2.45) 辻村
16:20-16:50 ④ピラRefCore 北村	●16:20-17:05 見学会(2.45) 荒牧	16:00-16:50 ④ピラLower+ 北村	●16:00-16:45 見学会(2.45) 北村			16:40-17:10 ④ピラPerBackBody 辻村		●16:15-17:00 見学会(2.45) 辻村	16:20-17:10 ④ピラB+ 佐藤	●16:00-16:45 見学会(2.45) 北村	16:20-16:50 SP 荒牧	16:20-16:50 SP 荒牧	16:20-17:10 ④ピラLower+ 亀山	16:40-17:30 ④ピラB+ 佐藤
17:20-18:10 ④ピラLower+ 北村		17:20-18:10 ④ピラUpper+ 浅野				17:40-18:30 ④ピラLower+ 川瀬	●17:40-18:25 見学会(2.45) 北村	18:00-18:30 ④ピラTotalBody 辻村	17:40-18:10 SP 荒牧	17:40-18:30 ④ピラLower+ 北村	17:20-17:50 SP 辻村	17:20-18:10 ④ピラLower+ 浅野	17:40-18:30 ④ピラUpper+ 佐藤	17:40-18:25 見学会(2.45) 荒牧
18:40-19:30 ④ピラWaist+ 荒牧		18:40-19:10 ④ピラRefBody 荒牧	●18:40-19:25 見学会(2.45) 浅野			18:10-18:55 ④ピラTotalBody 荒牧		19:00-19:50 ④ピラB+ 北村	18:40-19:30 ④ピラLower+ 佐藤	18:40-19:30 ④ピラ+ 浅野	18:20-19:10 ④ピラUpper+ 浅野	●18:40-19:10 ④ピラRefCore 佐藤	●18:40-19:25 見学会(2.45) 浅野	
20:00-20:50 ④ピラB+ 佐藤		19:40-20:30 ④ピラUpper+ 荒牧				20:00-20:50 ④ピラH&L+ 北村		20:00-20:50 ④ピラB+ 佐藤	20:00-20:50 ④ピラ+ 佐藤	20:00-20:50 ④ピラLower+ 北村	19:40-20:30 ④ピラ+ 佐藤	19:40-20:30 ④ピラUpper+ 佐藤	20:20-20:50 SP 荒牧	20:00-20:50 ④ピラLower+ 浅野

【マシンピラティス】

強度	レッスン名	時間	
2.5	④ビラLower+	Lower Body Make-up +	50分
2.5	④ビラUpper+	Upper Body Make-up +	50分
2.5	④ビラB+	Basic+	50分
2.5	④ビラTotalBody	Total Body	30分
2.5	④ビラRefBody	Refresh Body	30分
3	④ビラH&L+	Hip&Legs+	50分
3	④ビラBackStyle	Beauty Back Style	30分
3	④ビラHipLine	Make Hip Line	30分
3	④ビラRefCore	Refresh Core	30分
3	④ビラPerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	SP	RintosuLLMIX Christmas2025	30分
3.5	④ビラWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	④ビラB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	④ビラcore	Shape up Core	30分

【SP:特別レッスン】

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(土)	11:50-12:35	1 見学会(2.45)	北村莉々子
1(土)	15:00-15:45	1 見学会(2.45)	荒牧美世
1(土)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	浅野羽香
2(日)	10:00-10:45	1 見学会(2.45)	佐藤彩江
2(日)	15:00-15:45	1 見学会(2.45)	佐藤彩江
2(日)	18:10-18:55	1 見学会(2.45)	佐藤彩江
3(月)	13:10-13:55	1 見学会(2.45)	北村莉々子
4(火)	15:30-16:15	1 見学会(2.45)	荒牧美世
5(水)	13:00-13:45	1 見学会(2.45)	佐藤彩江
6(木)	12:10-12:55	1 見学会(2.45)	北村莉々子
6(木)	13:30-14:15	1 見学会(2.45)	辻村江理奈
6(木)	15:00-15:45	1 見学会(2.45)	佐藤彩江
7(金)	12:10-12:55	1 見学会(2.45)	川瀬花流奈
7(金)	16:00-16:45	1 見学会(2.45)	佐藤彩江
8(土)	11:50-12:35	1 見学会(2.45)	佐藤彩江
8(土)	16:40-17:25	1 見学会(2.45)	辻村江理奈
8(土)	17:40-18:25	1 見学会(2.45)	荒牧美世
9(日)	10:00-10:45	1 見学会(2.45)	辻村江理奈
9(日)	15:00-15:45	1 見学会(2.45)	辻村江理奈
9(日)	18:10-18:55	1 見学会(2.45)	辻村江理奈
10(月)	12:10-12:55	1 見学会(2.45)	龜山優月
10(月)	16:00-16:45	1 見学会(2.45)	龜山優月
10(月)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	浅野羽香
11(火)	13:10-13:55	1 見学会(2.45)	荒牧美世
11(火)	16:00-16:45	1 見学会(2.45)	北村莉々子
12(水)	12:10-12:55	1 見学会(2.45)	浅野羽香
12(水)	13:10-13:55	1 見学会(2.45)	佐藤彩江
12(水)	16:20-17:05	1 見学会(2.45)	辻村江理奈
13(木)	11:50-12:35	1 見学会(2.45)	荒牧美世
13(木)	15:00-15:45	1 見学会(2.45)	北村莉々子
13(木)	16:20-17:05	1 見学会(2.45)	辻村江理奈
14(金)	13:10-13:55	1 見学会(2.45)	北村莉々子
14(金)	15:00-15:45	1 見学会(2.45)	佐藤彩江
14(金)	16:20-17:05	1 見学会(2.45)	荒牧美世
15(土)	12:10-12:55	1 見学会(2.45)	荒牧美世
15(土)	16:00-16:45	1 見学会(2.45)	北村莉々子
15(土)	18:40-19:25	1 見学会(2.45)	浅野羽香
16(日)	10:00-10:45	1 見学会(2.45)	浅野羽香
16(日)	15:00-15:45	1 見学会(2.45)	浅野羽香
16(日)	18:10-18:55	1 見学会(2.45)	浅野羽香
17(月)	12:40-13:25	1 見学会(2.45)	荒牧美世
17(月)	18:00-18:45	1 見学会(2.45)	北村莉々子
18(火)	12:10-12:55	1 見学会(2.45)	川瀬花流奈
18(火)	14:30-15:15	1 見学会(2.45)	北村莉々子
18(火)	17:40-18:25	1 見学会(2.45)	辻村江理奈
19(水)	13:10-13:55	1 見学会(2.45)	佐藤彩江
19(水)	15:15-16:00	1 見学会(2.45)	荒牧美世
19(水)	16:15-17:00	1 見学会(2.45)	辻村江理奈
20(木)	13:10-13:55	1 見学会(2.45)	荒牧美世
20(木)	14:30-15:15	1 見学会(2.45)	佐藤彩江
20(木)	16:00-16:45	1 見学会(2.45)	北村莉々子

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
21(金) 12:10-12:55	1	見学会(2.45)	北村莉々子
21(金) 13:10-13:55	1	見学会(2.45)	辻村江理奈
21(金) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	荒牧美世
22(土) 12:50-13:35	1	見学会(2.45)	北村莉々子
22(土) 14:00-14:45	1	見学会(2.45)	辻村江理奈
22(土) 15:10-15:55	1	見学会(2.45)	佐藤彩江
23(日) 10:00-10:45	1	見学会(2.45)	浅野羽香
23(日) 15:00-15:45	1	見学会(2.45)	浅野羽香
23(日) 18:10-18:55	1	見学会(2.45)	浅野羽香
24(月) 11:50-12:35	1	見学会(2.45)	北村莉々子
24(月) 12:50-13:35	1	見学会(2.45)	荒牧美世
24(月) 15:10-15:55	1	見学会(2.45)	佐藤彩江
24(月) 18:40-19:25	1	見学会(2.45)	浅野羽香
25(火) 11:50-12:35	1	見学会(2.45)	辻村江理奈
25(火) 13:10-13:55	1	見学会(2.45)	亀山優月
25(火) 14:30-15:15	1	見学会(2.45)	佐藤彩江
25(火) 17:40-18:25	1	見学会(2.45)	荒牧美世
26(水) 12:50-13:35	1	見学会(2.45)	荒牧美世
26(水) 15:00-15:45	1	見学会(2.45)	辻村江理奈
27(木) 12:10-12:55	1	見学会(2.45)	大村凜菜
27(木) 16:20-17:05	1	見学会(2.45)	佐藤彩江
27(木) 17:40-18:25	1	見学会(2.45)	辻村江理奈
28(金) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	亀山優月
28(金) 13:10-13:55	1	見学会(2.45)	辻村江理奈
28(金) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	荒牧美世
29(土) 11:50-12:35	1	見学会(2.45)	佐藤彩江
29(土) 16:00-16:45	1	見学会(2.45)	佐藤彩江
30(日) 10:00-10:45	1	見学会(2.45)	荒牧美世
30(日) 15:00-15:45	1	見学会(2.45)	荒牧美世

◎ … 常温レッスン 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
 ■ 10分講座 (追加料金あり)

10分
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

10分
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

【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。