

2025年7月レッスンスケジュール Rintosull 市原店(全スタジオ:女性専用)

※2025年07月31日02:06 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(火)		2日(水)		3日(木)		4日(金)		5日(土)		6日(日)	7日(月)		8日(火)		9日(水)		10日(木)		11日(金)		12日(土)		13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	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	Sスタジオ	
											定休日													定休日
	09:00-09:50 ◎ヒ7Upper+ 新庄		09:00-09:50 ◎ヒ7H&L+ 塚本		09:00-09:50 ◎ヒ7Waist+ 榎原		09:00-09:50 ◎ヒ7Upper+ 北原		09:00-09:50 ◎ヒ7Lower+ 塚本	●09:00-09:45 見学会(2.45) 北原		09:00-09:50 ◎ヒ7H&L+ 泉		09:00-09:50 ◎ヒ7Upper+ 新庄		09:00-09:50 ◎ヒ7Lower+ 新庄		09:00-09:50 ◎ヒ7Waist+ 北原		09:00-09:50 ◎ヒ7B&A+ 北原		09:00-09:50 ◎ヒ7Waist+ 塚本		
	10:20-11:10 ◎ヒ7Lower+ 新庄		10:20-11:10 ◎ヒ7Waist+ 河野		10:20-11:10 ◎ヒ7Upper+ 塚本	●10:20-11:05 見学会(2.45) 新庄	10:20-11:10 ◎ヒ7Lower+ 榎原	●10:20-11:05 見学会(2.45) 北原	10:20-11:10 ◎ヒ7B&A+ 塚本			10:20-11:10 ◎ヒ7B&A+ 泉	●10:20-11:05 見学会(2.45) 河野	10:20-11:10 ◎ヒ7Lower+ 新庄		10:20-11:10 ◎ヒ7B+ 榎原	●10:20-11:05 見学会(2.45) 泉	10:20-11:10 ◎ヒ7Lower+ 北原		10:20-11:10 ◎ヒ7B&A+ 塚本	●10:20-11:05 見学会(2.45) 北原	10:20-11:10 ◎ヒ7H&L+ 塚本	●10:20-11:05 見学会(2.45) 伊野波	
	11:40-12:30 ◎ヒ7B+ 河野	●11:40-12:25 見学会(2.45) 新庄	11:40-12:30 ◎ヒ7Upper+ 塚本		11:40-12:30 ◎ヒ7H&L+ 塚本		11:40-12:30 ◎ヒ7Waist+ 榎原		11:40-12:30 ◎ヒ7H&L+ 泉			11:40-12:30 ◎ヒ7Lower+ 新庄		11:40-12:30 ◎ヒ7B&A+ 泉	●11:40-12:25 見学会(2.45) 新庄	11:40-12:30 ◎ヒ7Upper+ 塚本		11:40-12:30 ◎ヒ7B+ 河野		11:40-12:30 ◎ヒ7H&L+ 河野		11:40-12:30 ◎ヒ7Waist+ 河野		
	13:00-13:50 ◎ヒ7Waist+ 河野		13:00-13:50 ◎ヒ7B+ 河野		13:00-13:50 ◎ヒ7Upper+ 新庄	●13:00-13:45 見学会(2.45) 榎原	13:00-13:50 ◎ヒ7H&L+ 北原	●13:00-13:45 見学会(2.45) 伊野波	13:00-13:50 ◎ヒ7Waist+ 北原	●13:00-13:45 見学会(2.45) 伊野波				13:00-13:50 ◎ヒ7Waist+ 榎原		13:00-13:50 ◎ヒ7H&L+ 塚本	●13:00-13:45 見学会(2.45) 泉	13:00-13:50 ◎ヒ7Upper+ 榎原	●13:00-13:45 見学会(2.45) 河野	13:00-13:50 ◎ヒ7Waist+ 北原	●13:00-13:45 見学会(2.45) 塚本	13:00-13:50 ◎ヒ7Lower+ 泉	●13:00-13:45 見学会(2.45) 新庄	
	14:20-15:10 ◎ヒ7Lower+ 新庄	●14:20-15:05 見学会(2.45) 河野	14:20-15:10 ◎ヒ7Waist+ 北原	●14:20-15:05 見学会(2.45) 塚本	14:20-15:10 ◎ヒ7H&L+ 塚本		14:20-15:10 ◎ヒ7B+ 榎原		14:40-15:30 ◎ヒ7Upper+ 塚本					14:20-15:10 ◎ヒ7Lower+ 新庄	●14:20-15:05 見学会(2.45) 泉					14:20-15:10 ◎ヒ7H&L+ 北原			14:40-15:30 ◎ヒ7H&L+ 泉	
									16:00-16:50 ◎ヒ7H&L+ 塚本														16:00-16:45 ◎ヒ7B&A+ 泉	●16:00-16:45 見学会(2.45) 伊野波
	17:00-17:50 ◎ヒ7Upper+ 新庄	●17:00-17:45 見学会(2.45) 河野	17:00-17:50 ◎ヒ7Lower+ 北原	●17:00-17:45 見学会(2.45) 河野	17:00-17:50 ◎ヒ7Waist+ 榎原	●17:00-17:45 見学会(2.45) 伊野波	17:00-17:50 ◎ヒ7Upper+ 泉	●17:00-17:45 見学会(2.45) 伊野波	17:20-18:10 ◎ヒ7Upper+ 榎原	●17:20-18:05 見学会(2.45) 伊野波				17:00-17:50 ◎ヒ7Upper+ 新庄		17:00-17:50 ◎ヒ7H&L+ 泉		17:00-17:50 ◎ヒ7B+ 榎原	●17:00-17:45 見学会(2.45) 北原	17:00-17:50 ◎ヒ7B&A+ 塚本	●17:00-17:45 見学会(2.45) 泉	17:20-18:10 ◎ヒ7Lower+ 新庄		
	18:20-19:10 ◎ヒ7B+ 榎原		18:20-19:10 ◎ヒ7B&A+ 泉		18:20-19:10 ◎ヒ7H&L+ 塚本		18:20-19:10 ◎ヒ7B+ 北原		18:40-19:30 ◎ヒ7Lower+ 泉					18:20-19:10 ◎ヒ7Upper+ 新庄	●18:20-19:05 見学会(2.45) 伊野波	18:20-19:10 ◎ヒ7H&L+ 泉	●18:20-19:05 見学会(2.45) 榎原	18:20-19:10 ◎ヒ7B&A+ 塚本	●18:20-19:05 見学会(2.45) 榎原	18:20-19:10 ◎ヒ7Lower+ 塚本		18:20-19:10 ◎ヒ7H&L+ 塚本		18:40-19:30 ◎ヒ7Upper+ 新庄
	19:40-20:30 ◎ヒ7Waist+ 北原		19:40-20:30 ◎ヒ7H&L+ 泉	●19:40-20:25 見学会(2.45) 河野	19:40-20:30 ◎ヒ7Upper+ 新庄	●19:40-20:25 見学会(2.45) 伊野波	19:40-20:30 ◎ヒ7H&L+ 泉	●19:40-20:25 見学会(2.45) 伊野波					19:40-20:30 ◎ヒ7B&A+ 塚本		19:40-20:30 ◎ヒ7Waist+ 榎原		19:40-20:30 ◎ヒ7Lower+ 塚本		19:40-20:30 ◎ヒ7B&A+ 塚本		19:40-20:30 ◎ヒ7B+ 榎原			
	21:00-21:50 ◎ヒ7Lower+ 榎原		21:00-21:50 ◎ヒ7Upper+ 北原		21:00-21:50 ◎ヒ7Lower+ 新庄		21:00-21:50 ◎ヒ7B&A+ 泉						21:00-21:50 ◎ヒ7B+ 河野		21:00-21:50 ◎ヒ7Lower+ 榎原		21:00-21:50 ◎ヒ7Upper+ 泉		21:00-21:50 ◎ヒ7B&A+ 榎原		21:00-21:50 ◎ヒ7H&L+ 河野			





【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(火) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	新庄姫愛
1(火) 14:20-15:05	1	見学会(2.45)	河野千春
1(火) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	河野千春
2(水) 14:20-15:05	1	見学会(2.45)	塚本衣音
2(水) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	河野千春
2(水) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	河野千春
3(木) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	新庄姫愛
3(木) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	榎原麻友香
3(木) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
3(木) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
4(金) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	北原一花
4(金) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
4(金) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
4(金) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
5(土) 09:00-09:45	1	見学会(2.45)	北原一花
5(土) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
5(土) 17:20-18:05	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
7(月) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	河野千春
7(月) 18:20-19:05	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
8(火) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	新庄姫愛
8(火) 14:20-15:05	1	見学会(2.45)	泉姫花
8(火) 18:20-19:05	1	見学会(2.45)	榎原麻友香
9(水) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	泉姫花
9(水) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	泉姫花
9(水) 18:20-19:05	1	見学会(2.45)	榎原麻友香
10(木) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	河野千春
10(木) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	北原一花
11(金) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	北原一花
11(金) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	塚本衣音
11(金) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	泉姫花
12(土) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
12(土) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	新庄姫愛
12(土) 16:00-16:45	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
14(月) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	泉姫花
14(月) 14:20-15:05	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
14(月) 18:20-19:05	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
15(火) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	塚本衣音
15(火) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	新庄姫愛
15(火) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	北原一花
16(水) 09:00-09:45	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
16(水) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
17(木) 09:00-09:45	1	見学会(2.45)	河野千春
17(木) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
17(木) 18:20-19:05	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
18(金) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	河野千春
18(金) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
18(金) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
19(土) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	泉姫花
19(土) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	塚本衣音
19(土) 16:00-16:45	1	見学会(2.45)	河野千春
21(月) 09:00-09:45	1	見学会(2.45)	伊野波えりな

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
21(月) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	北原一花
21(月) 14:40-15:25	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
22(火) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
22(火) 14:20-15:05	1	見学会(2.45)	榎原麻友香
22(火) 18:20-19:05	1	見学会(2.45)	新庄姫愛
23(水) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
24(木) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	北原一花
24(木) 18:20-19:05	1	見学会(2.45)	新庄姫愛
25(金) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	北原一花
25(金) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	新庄姫愛
26(土) 09:00-09:45	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
26(土) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	北原一花
26(土) 14:40-15:25	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
28(月) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	塚本衣音
28(月) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
28(月) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	泉姫花
28(月) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
29(火) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	塚本衣音
29(火) 14:20-15:05	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
29(火) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
30(水) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	北原一花
30(水) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	榎原麻友香
30(水) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	榎原麻友香
30(水) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	新庄姫愛
31(木) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	伊野波えりな
31(木) 14:20-15:05	1	見学会(2.45)	新庄姫愛
31(木) 18:20-19:05	1	見学会(2.45)	泉姫花

● ... 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 (追加料金あり)  
10分 ... 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。

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


【PC/スマートフォン】 [www.rintosull.jp](http://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+

