

2026年6月レッスンスケジュール Rintosull 瑞江店(全スタジオ:女性専用)

※2026年05月29日02:04 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(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	7日(日)	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)	14日(日)	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)	21日(日)	22日(月)	23日(火)	24日(水)		
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Lower+ 中川							08:00-08:50 ◎ヒラB+ 鶴田							08:00-08:30 ◎ヒラHipLine 鶴田						
				09:00-09:30 ◎ヒラRefBody 鶴田							09:00-09:30 ◎ヒラcore 井草	09:10-09:40 ◎ヒラControlF 鶴田						09:00-09:50 ◎ヒラUpper+ 中川	09:00-09:50 ◎ヒラLower+ 中川						
09:30-10:20 ◎ヒラUpper+ 中川	09:30-10:20 ◎ヒラH&L+ 井草	09:30-10:20 ◎ヒラUpper+ 岡崎	09:30-10:00 ◎ヒラChestSR 鶴田		09:20-10:05 Boost Upper&Lower 中川		09:30-10:15 Strong Hip&Legs 鶴田	09:30-10:20 ◎ヒラUpper+ 岡崎	09:30-10:20 ◎ヒラLower+ 岡崎	09:30-10:15 Boost Upper&Lower 中川				09:30-10:00 ◎ヒラStretchC 鶴田	09:30-10:20 ◎ヒラLower+ 岡崎	09:30-10:00 ◎ヒラRefCore 井草	09:30-10:20 ◎ヒラLower+ 中川				09:30-10:15 Boost Upper&Lower 岡崎	09:30-10:00 ◎ヒラChestSR 鶴田	09:30-10:00 ◎ヒラPerBackBody 鶴田		
			10:00-10:50 ◎ヒラUpper+ 中川								10:00-10:50 ◎ヒラLower+ 佐藤	10:10-10:55 Boost Upper&Lower 中川													
10:50-11:40 ◎ヒラWaist+ 鶴田	10:50-11:20 ◎ヒラcore 井草	10:50-11:40 ◎ヒラH&L+ 井草	10:20-11:05 Power Waist Shape 鶴田		10:30-11:00 ◎ヒラRefBody 井草		10:40-11:30 ◎ヒラUpper+ 岡崎	10:50-11:20 ◎ヒラRefBody 井草	10:50-11:40 ◎ヒラUpper+ 佐藤	10:45-11:15 ◎ヒラTotalBody 鶴田				10:30-11:20 ◎ヒラB+ 鶴田	10:50-11:40 ◎ヒラUpper+ 岡崎	10:30-11:20 ◎ヒラH&L+ 井草	10:50-11:40 ◎ヒラUpper+ 中川		10:20-11:05 Boost Upper&Lower 中川	10:20-11:10 ◎ヒラUpper+ 中川		10:40-11:10 ◎ヒラRefCore 井草	10:30-11:20 ◎ヒラLower+ 岡崎	10:30-11:20 ◎ヒラB&A+ 鶴田	
	11:50-12:40 ◎ヒラUpper+ 中川		11:30-12:20 ◎ヒラLower+ 中川		11:20-12:05 Boost Upper&Lower 中川					11:20-12:10 ◎ヒラUpper+ 佐藤		11:20-11:50 ◎ヒラTotalBody 鶴田						11:35-12:05 ◎ヒラRefCore 佐方							
12:10-12:40 ◎ヒラControlF 鶴田		12:10-12:40 ◎ヒラRefCore 井草		12:30-13:00 ◎ヒラPerBackBody 鶴田	12:50-13:20 ◎ヒラcore 井草		12:00-12:45 Boost Upper&Lower 岡崎	11:50-12:35 Power Basic 井草	12:10-12:40 ◎ヒラcore 井草			12:45-13:35 ◎ヒラUpper+ 中川	12:40-13:10 ◎ヒラRefCore 井草	12:30-13:20 ◎ヒラUpper+ 岡崎		12:10-12:55 Power Waist Shape 鶴田		12:10-12:55 Strong Back&Arms 井草		12:35-13:25 ◎ヒラWaist+ 佐方		11:40-12:30 ◎ヒラH&L+ 井草	11:40-12:30 ◎ヒラB+ 井草	11:50-12:40 ◎ヒラUpper+ 岡崎	11:50-12:20 ◎ヒラHipLine 鶴田
13:10-14:00 ◎ヒラLower+ 中川	13:10-13:55 Boost Upper&Lower 中川	13:10-14:00 ◎ヒラLower+ 岡崎					13:10-13:40 ◎ヒラChestSR 鶴田	13:00-13:50 ◎ヒラUpper+ 岡崎	13:10-13:55 Power Basic 井草				13:50-14:40 ◎ヒラWaist+ 井草		12:50-13:35 Strong Back&Arms 井草	13:20-13:50 ◎ヒラChestSR 鶴田	13:10-14:00 ◎ヒラLower+ 岡崎	13:20-14:10 ◎ヒラWaist+ 井草			13:00-13:30 ◎ヒラPerBackBody 鶴田	13:00-13:50 ◎ヒラLower+ 岡崎	13:10-13:40 ◎ヒラStretchC 中島	12:50-13:40 ◎ヒラUpper+ 岡崎	
					15:10-16:00 ◎ヒラLower+ 岡崎							15:10-15:40 ◎ヒラHipLine 鶴田													
												16:10-17:00 ◎ヒラLower+ 中川													
17:40-18:30 ◎ヒラLower+ 岡崎	17:50-18:20 ◎ヒラControlF 鶴田	17:30-18:20 ◎ヒラUpper+ 岡崎		17:40-18:30 ◎ヒラUpper+ 岡崎	17:40-18:30 ◎ヒラB&A+ 井草		17:30-18:15 Boost Upper&Lower 中川	17:20-18:10 ◎ヒラB&A+ 井草	17:40-18:30 ◎ヒラLower+ 岡崎	17:40-18:10 ◎ヒラHipLine 鶴田	17:20-18:10 ◎ヒラH&L+ 井草	●17:30-18:20 ◎ヒラUpper+ 岡崎			17:20-17:50 ◎ヒラRefCore 井草	17:20-18:10 ◎ヒラWaist+ 鶴田		17:30-18:20 ◎ヒラUpper+ 岡崎		17:30-18:00 ◎ヒラRefBody 井草		17:30-18:15 Boost Upper&Lower 中川	17:30-18:00 ◎ヒラcore 中島	17:10-18:00 ◎ヒラLower+ 岡崎	
															17:50-18:35 Strong Back&Arms 鶴田										
19:00-19:30 ◎ヒラPerBackBody 鶴田	18:50-19:35 Power Waist Shape 鶴田	18:50-19:35 Power Basic 井草	19:00-19:30 ◎ヒラRefCore 井草	19:00-19:30 ◎ヒラControlF 鶴田			18:40-19:30 ◎ヒラB&A+ 鶴田	18:40-19:30 ◎ヒラLower+ 中川	19:00-19:30 ◎ヒラRefBody 井草	18:40-19:10 ◎ヒラPerBackBody 鶴田	18:40-19:30 ◎ヒラUpper+ 岡崎				18:20-19:10 ◎ヒラUpper+ 佐藤	18:40-19:10 ◎ヒラStretchC 鶴田	19:00-19:30 ◎ヒラControlF 鶴田	18:50-19:35 Boost Upper&Lower 岡崎				18:40-19:30 ◎ヒラH&L+ 井草	18:20-19:10 ◎ヒラLower+ 中川	18:25-19:10 Boost Upper&Lower 岡崎	
20:00-20:30 ◎ヒラChestSR 鶴田	20:00-20:50 ◎ヒラLower+ 中川	20:00-20:30 ◎ヒラcore 井草	20:00-20:30 ◎ヒラRefBody 井草	20:00-20:30 ◎ヒラChestSR 鶴田						20:00-20:30 ◎ヒラUpper+ 佐藤	20:00-20:30 ◎ヒラcore 井草				19:40-20:30 ◎ヒラLower+ 佐藤	19:40-20:25 Boost Upper&Lower 中川	20:00-20:50 ◎ヒラUpper+ 岡崎	20:00-20:30 ◎ヒラcore 井草	19:40-20:30 ◎ヒラWaist+ 井草			20:00-20:30 ◎ヒラcore 井草	19:40-20:30 ◎ヒラB+ 井草	19:40-20:30 ◎ヒラLower+ 中川	
21:00-21:50 ◎ヒラLower+ 岡崎	21:20-21:50 ◎ヒラStretchC 鶴田	21:00-21:50 ◎ヒラLower+ 岡崎	21:00-21:50 ◎ヒラRefBody 岡崎	21:00-21:50 ◎ヒラLower+ 岡崎			21:00-21:50 ◎ヒラUpper+ 中川	21:00-21:45 Boost Upper&Lower 中川	21:00-21:50 ◎ヒラWaist+ 井草	21:00-21:50 ◎ヒラLower+ 佐藤	21:00-21:50 ◎ヒラUpper+ 佐藤	21:00-21:45 Boost Upper&Lower 岡崎					21:00-21:45 Power Basic 井草	21:00-21:50 ◎ヒラB&A+ 井草				21:00-21:50 ◎ヒラUpper+ 中川	21:00-21:45 Power Waist Shape 井草	21:00-21:45 Boost Upper&Lower 中川	

定休日

定休日

定休日

