

2026年7月レッスンスケジュール Rintosull 吉祥寺店(全スタジオ:女性専用)

※2026年06月20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(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		
			08:00-08:50 ◎ヒラLower+ 北條							08:00-08:50 ◎ヒラUpper+ 鎌田							08:00-08:30 SP 山口		08:00-08:50 ◎ヒラH&L+ 山口						
09:00-09:50 ◎ヒラB&A+ 西辻	09:00-09:50 ◎ヒラLower+ 大場	09:00-09:50 ◎ヒラUpper+ 西辻	09:20-10:10 ◎ヒラWaist+ 北條		09:00-09:30 ◎ヒラPerBackBody 村上	09:00-09:50 ◎ヒラUpper+ 大場	09:00-09:50 ◎ヒラH&L+ 西辻	09:00-09:50 ◎ヒラLower+ 大場	09:00-09:50 ◎ヒラB+ 北條	09:20-10:10 ◎ヒラB+ 北條		09:00-09:50 ◎ヒラB+ 北條	●09:00-09:50 ◎ヒラWaist+ 大場	09:00-09:50 ◎ヒラWaist+ 北條	09:00-09:50 ◎ヒラLower+ 大場	09:00-09:50 ◎ヒラH&L+ 西辻	09:00-09:50 ◎ヒラWaist+ 山口		09:20-09:50 SP 山口	09:00-09:50 ◎ヒラLower+ 大場		●09:00-09:50 ◎ヒラWaist+ 大場	09:00-09:30 SP 松本		
10:20-11:10 ◎ヒラH&L+ 西辻	10:20-11:10 ◎ヒラB&A+ 大場	10:20-11:10 ◎ヒラLower+ 西辻	10:40-11:10 ◎ヒラHipLine 村上		10:00-10:50 ◎ヒラWaist+ 村上	10:20-11:10 ◎ヒラH&L+ 大場	10:20-11:10 ◎ヒラB&A+ 西辻	10:20-11:10 ◎ヒラUpper+ 大場	10:20-11:10 ◎ヒラWaist+ 北條	10:40-11:10 ◎ヒラRefBody 山口		10:20-11:10 ◎ヒラWaist+ 北條	10:20-11:10 ◎ヒラLower+ 大場	10:20-11:10 ◎ヒラB+ 北條	●10:20-11:10 ◎ヒラWaist+ 大場	10:20-11:10 ◎ヒラH&L+ 西辻	10:20-11:10 ◎ヒラLower+ 鎌田		10:20-11:10 ◎ヒラB&A+ 西辻	●10:20-11:10 ◎ヒラWaist+ 大場		10:20-11:10 ◎ヒラLower+ 大場	10:00-10:50 ◎ヒラB&A+ 西辻		
11:40-12:30 ◎ヒラUpper+ 助川	11:40-12:30 ◎ヒラWaist+ 山口	11:40-12:10 ◎ヒラcore 村上	11:40-12:10 ◎ヒラBackStyle 村上		11:20-12:10 ◎ヒラUpper+ 助川	11:40-12:10 ◎ヒラTotalBody 村上	11:40-12:30 ◎ヒラUpper+ 助川	11:40-12:30 ◎ヒラRefCore 山口	11:40-12:30 ◎ヒラLower+ 西辻	11:40-12:30 ◎ヒラLower+ 西辻		11:40-12:30 ◎ヒラLower+ 助川	11:40-12:30 ◎ヒラB+ 山口	11:40-12:30 ◎ヒラLower+ 助川	11:40-12:30 ◎ヒラH&L+ 西辻	11:40-12:10 SP 村上	11:40-12:30 ◎ヒラH&L+ 西辻		11:40-12:30 ◎ヒラLower+ 鎌田	11:40-12:10 ◎ヒラHipLine 石口		11:40-12:10 SP 村上	11:20-12:10 ◎ヒラLower+ 西辻		
13:00-13:50 ◎ヒラLower+ 助川	13:00-13:30 ◎ヒラRefBody 山口	12:40-13:30 ◎ヒラB&A+ 西辻	12:40-13:10 ◎ヒラRefCore 山口			12:40-13:10 ◎ヒラControlF 村上	13:00-13:50 ◎ヒラLower+ 助川	12:40-13:30 ◎ヒラB+ 北條	13:00-13:50 ◎ヒラB&A+ 西辻	13:00-13:45 Power Waist Shaps 山口		13:00-13:50 ◎ヒラUpper+ 西辻	13:00-13:50 ◎ヒラWaist+ 北條	13:00-13:50 ◎ヒラUpper+ 助川	13:00-13:30 SP 山口	12:40-13:30 ◎ヒラLower+ 西辻	13:00-13:30 SP 山口		13:00-13:30 SP 村上	12:40-13:10 SP 石口		12:40-13:25 Power Basic 村上	12:40-13:10 ◎ヒラChestSR 松本		
			13:40-14:30 ◎ヒラB&A+ 西辻	定休日						14:20-15:10 ◎ヒラH&L+ 西辻	定休日						14:00-14:50 ◎ヒラB&A+ 西辻	定休日			臨時休業				
			15:00-15:50 ◎ヒラLower+ 助川							15:40-16:30 ◎ヒラUpper+ 助川							15:20-16:10 ◎ヒラLower+ 助川		15:20-16:10 ◎ヒラLower+ 鎌田						
	16:40-17:30 ◎ヒラLower+ 鎌田		16:20-17:10 ◎ヒラUpper+ 助川									16:50-17:40 ◎ヒラLower+ 鎌田	17:00-17:50 ◎ヒラWaist+ 北條			17:00-17:50 ◎ヒラB&A+ 西辻	16:40-17:30 ◎ヒラUpper+ 鎌田	16:40-17:30 ◎ヒラUpper+ 助川	16:40-17:10 SP 村上		17:00-17:50 ◎ヒラLower+ 鎌田		17:00-17:30 SP 山口	17:00-17:50 ◎ヒラLower+ 鎌田	
17:30-18:00 ◎ヒラPerBackBody 村上		17:10-18:00 ◎ヒラUpper+ 鎌田	17:40-18:30 ◎ヒラH&L+ 西辻			17:00-17:50 ◎ヒラWaist+ 北條	17:10-17:40 ◎ヒラHipLine 村上	17:00-17:50 ◎ヒラLower+ 北條	17:20-17:50 ◎ヒラRefCore 山口	17:00-17:50 ◎ヒラLower+ 助川		18:10-19:00 ◎ヒラB&A+ 西辻	18:20-19:10 ◎ヒラH&L+ 西辻		17:20-18:10 ◎ヒラLower+ 鎌田	17:00-17:50 ◎ヒラB&A+ 西辻	16:40-17:30 ◎ヒラUpper+ 鎌田	16:40-17:30 ◎ヒラUpper+ 助川		17:00-17:50 ◎ヒラLower+ 鎌田			18:00-18:50 ◎ヒラWaist+ 山口	18:20-19:10 ◎ヒラUpper+ 鎌田	
18:30-19:20 ◎ヒラB+ 北條		18:30-19:20 ◎ヒラB&A+ 山口			18:20-19:10 ◎ヒラB&A+ 山口	18:20-19:10 ◎ヒラLower+ 鎌田	18:10-19:00 ◎ヒラLower+ 西辻	18:20-18:50 ◎ヒラRefCore 山口	18:20-19:10 ◎ヒラB+ 村上			18:10-19:00 ◎ヒラB&A+ 西辻	18:20-19:10 ◎ヒラH&L+ 西辻			18:20-18:50 SP 山口	18:00-18:50 ◎ヒラLower+ 鎌田						18:00-18:50 ◎ヒラWaist+ 山口	18:20-19:10 ◎ヒラUpper+ 鎌田	
	19:20-20:10 ◎ヒラWaist+ 北條				19:40-20:10 ◎ヒラRefBody 山口		19:30-20:00 ◎ヒラBackStyle 村上	19:20-20:10 ◎ヒラB&A+ 西辻	19:40-20:10 ◎ヒラControlF 村上			19:30-20:20 ◎ヒラH&L+ 西辻	19:40-20:30 ◎ヒラUpper+ 西辻		19:20-20:10 ◎ヒラH&L+ 西辻	19:20-20:10 ◎ヒラB&A+ 西辻								19:20-20:10 ◎ヒラH&L+ 吉川	19:40-20:10 SP 山口
19:50-20:40 ◎ヒラUpper+ 北條		19:30-20:20 ◎ヒラRefCore 山口			20:40-21:30 ◎ヒラLower+ 西辻		20:30-21:20 ◎ヒラB+ 村上	20:40-21:30 ◎ヒラH&L+ 西辻	20:40-21:30 ◎ヒラUpper+ 山口			20:50-21:40 ◎ヒラUpper+ 鎌田	21:00-21:30 ◎ヒラRefBody 山口		20:40-21:30 ◎ヒラUpper+ 西辻	20:40-21:30 ◎ヒラLower+ 鎌田								20:40-21:30 ◎ヒラB+ 吉川	20:40-21:30 ◎ヒラH&L+ 山口
21:10-21:40 ◎ヒラTotalBody 村上	20:40-21:30 ◎ヒラB+ 北條	20:50-21:40 ◎ヒラLower+ 山口				21:00-21:30 ◎ヒラRefCore 山口														21:00-21:30 SP 山口					

