

2026年9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09月22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(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)	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)	20日(日)	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)	
	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	
																									
	09:00-09:50 ◎ヒラUpper+ 大場	09:00-09:30 ◎ヒラRefCore 矢口	09:00-09:50 ◎ヒラLower+ 大場	09:00-09:30 ◎ヒラTotalBody 三谷	09:15-09:45 ◎ヒラBackStyle 村上		09:00-09:30 ◎ヒラRefCore 矢口	09:00-09:50 ◎ヒラWaist+ 大場	09:00-09:30 ◎ヒラHipLine 村上	09:00-09:50 ◎ヒラLower+ 大場	09:00-09:50 ◎ヒラH&L+ 矢口				09:00-09:50 ◎ヒラLower+ 大場	09:00-09:50 ◎ヒラB&A+ 鎌田	09:00-09:50 ◎ヒラWaist+ 大場	09:00-09:30 ◎ヒラControlF 三谷	09:00-09:30 ◎ヒラRefCore 矢口			09:00-08:50 ◎ヒラB&A+ 鎌田	09:00-08:50 ◎ヒラLower+ 大場		
		10:20-11:10 ◎ヒラLower+ 大場	10:00-10:50 ◎ヒラB+ 矢口	10:20-11:10 ◎ヒラUpper+ 大場	10:00-10:50 ◎ヒラWaist+ 三谷	10:15-10:45 ◎ヒラCore 村上		10:00-10:50 ◎ヒラLower+ 助川	10:20-11:10 ◎ヒラUpper+ 大場	10:00-10:30 ◎ヒラPerBackBody 村上	10:20-11:10 ◎ヒラWaist+ 大場	10:20-10:50 ◎ヒラRefCore 矢口				10:20-11:10 ◎ヒラUpper+ 大場	10:20-11:05 Boost Upper&Lower 鎌田	10:20-11:10 ◎ヒラLower+ 大場							
	11:40-12:10 ◎ヒラTotalBody 三谷	11:20-12:10 ◎ヒラLower+ 助川	11:40-12:30 ◎ヒラB&A+ 鎌田	11:20-12:10 ◎ヒラH&L+ 矢口	11:15-12:05 ◎ヒラB&A+ 西辻		11:20-12:10 ◎ヒラUpper+ 助川	11:40-12:30 ◎ヒラB&A+ 矢口		11:40-12:30 ◎ヒラH&L+ 西辻	11:20-12:10 ◎ヒラLower+ 西辻	11:40-12:30 ◎ヒラH&L+ 矢口			11:40-12:30 ◎ヒラB+ 三谷	11:35-12:25 ◎ヒラLower+ 助川	11:40-12:30 ◎ヒラB&A+ 矢口								
	12:40-13:30 ◎ヒラB&A+ 鎌田	12:40-13:30 ◎ヒラUpper+ 助川		12:40-13:10 ◎ヒラRefCore 矢口	12:35-13:25 ◎ヒラLower+ 西辻		12:40-13:25 Ex45℃ヒラHipLine 村上	12:55-13:45 ◎ヒラH&L+ 西辻			12:40-13:30 ◎ヒラUpper+ 西辻	13:00-13:50 ◎ヒラB&A+ 西辻	13:00-13:50 ◎ヒラB+ 矢口		13:00-13:30 ◎ヒラRefBody 三谷	12:55-13:45 ◎ヒラUpper+ 助川	13:00-13:30 SP 矢口								
	14:00-14:50 ◎ヒラH&L+ 西辻			14:20-14:50 ◎ヒラRefCore 矢口																					
	15:55-16:40 Boost Upper&Lower 西辻																								
	17:10-18:00 ◎ヒラLower+ 鎌田	17:35-18:20 Boost Upper&Lower 西辻																							

