

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

※2025年11月28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	Sスタジオ		
10:30-11:20 ④ビラUpper+ 稲田	●10:40-11:25 見学会(2.45)	10:30-11:20 ④ビラLower+ 川瀬	●10:40-11:25 見学会(2.45) 品田	10分	10:30-11:20 ④ビラLower+ 中島	●10:40-11:25 見学会(2.45)	10:30-11:20 ④ビラH&L+ 高江洲	●10:40-11:25 見学会(2.45)	10:30-11:20 ④ビラB+ 中島	●10:40-11:25 見学会(2.45) 稲田	10:30-11:20 ④ビラLower+ 北原	●10:40-11:25 見学会(2.45)	10:30-11:20 ④ビラLower+ 稲田	●10:40-11:25 見学会(2.45)	
11:50-12:40 ④ビラLower+ 稲田	●12:00-12:45 見学会(2.45)	11:50-12:40 ④ビラWaist+ 川瀬	●12:00-12:45 見学会(2.45) 品田	10分	11:50-12:40 ④ビラB+ 品田	●12:00-12:45 見学会(2.45)	11:50-12:40 ④ビラWaist+ 品田	●12:00-12:45 見学会(2.45)	11:50-12:40 ④ビラB+ 中島	●12:00-12:45 見学会(2.45)	11:50-12:40 ④ビラLower+ 稲田	●12:00-12:45 見学会(2.45)	11:50-12:40 ④ビラUpper+ 川瀬	●12:00-12:45 見学会(2.45)	
13:10-14:00 ④ビラWaist+ 川瀬	●13:20-14:05 見学会(2.45)	13:10-14:00 ④ビラB+ 品田	●13:20-14:05 見学会(2.45) 品田	10分	13:10-14:00 ④ビラWaist+ 高江洲		13:10-14:00 ④ビラLower+ 稲田	●13:20-14:05 見学会(2.45)	13:10-14:00 ④ビラUpper+ 中島	●13:20-14:05 見学会(2.45)	13:10-14:00 ④ビラLower+ 稲田	●13:20-14:05 見学会(2.45)	13:10-14:00 ④ビラB+ 川瀬	●13:20-14:05 見学会(2.45) 加藤	
●14:40-15:25 見学会(2.45)		14:40-15:20 ④ビラLower+ 品田		10分	14:30-15:20 ④ビラWaist+ 品田		14:30-15:20 ④ビラUpper+ 稲田	●14:40-15:25 見学会(2.45)	14:30-15:20 ④ビラB+ 中島	●14:40-15:25 見学会(2.45)	14:30-15:20 ④ビラLower+ 稲田	●14:40-15:25 見学会(2.45)	14:30-15:20 ④ビラLower+ 稲田	●14:40-15:25 見学会(2.45)	
15:40-16:10 ④ビラTotalBody 高江洲		15:40-16:10 ④ビラTotalBody 高江洲		10分	16:50-17:40 ④ビラUpper+ 高江洲	●17:00-17:45 見学会(2.45)	16:50-17:40 ④ビラB+ 北原	●17:00-17:45 見学会(2.45)	16:50-17:40 ④ビラUpper+ 北原	●17:00-17:45 見学会(2.45)	16:50-17:40 ④ビラH&L+ 北原	●17:00-17:45 見学会(2.45)	16:40-17:30 ④ビラUpper+ 品田	●16:50-17:35 見学会(2.45)	
16:40-17:30 ④ビラB+ 品田		16:40-17:30 ④ビラUpper+ 川瀬	●16:50-17:35 見学会(2.45) 品田	10分	16:50-17:40 ④ビラUpper+ 高江洲	●17:00-17:45 見学会(2.45)	16:50-17:40 ④ビラB+ 北原	●17:00-17:45 見学会(2.45)	16:50-17:40 ④ビラUpper+ 北原	●17:00-17:45 見学会(2.45)	16:50-17:40 ④ビラH&L+ 北原	●17:00-17:45 見学会(2.45)	16:40-17:30 ④ビラUpper+ 品田	●16:50-17:35 見学会(2.45)	
18:10-19:00 ④ビラB+A+ 高江洲		18:00-18:50 ④ビラWaist+ 高江洲		10分	18:10-19:00 ④ビラB+ 北原	●18:20-19:05 見学会(6.45)	18:10-19:00 ④ビラUpper+ 稲田	●18:20-19:05 見学会(2.45)	18:10-19:00 ④ビラB+ 高江洲	●18:20-19:05 見学会(2.45)	18:10-19:00 ④ビラWaist+ 北原	●18:20-19:05 見学会(2.45)	18:00-18:50 ④ビラWaist+ 高江洲		
19:20-20:10 ④ビラB+ 高江洲		19:20-20:10 ④ビラB+ 高江洲		10分	19:40-20:30 ④ビラWaist+ 川瀬	●19:50-20:35 見学会(2.45)	18:50-19:40 ④ビラH&L+ 川瀬	●19:00-19:45 見学会(2.45)	19:40-20:30 ④ビラWaist+ 北原	●19:40-20:30 見学会(2.45)	19:40-20:30 ④ビラLower+ 北原	●19:40-20:30 見学会(2.45)	19:20-20:10 ④ビラB+ 高江洲		
19:40-20:30 ④ビラB+ 品田		20:40-21:30 ④ビラWaist+ 品田		10分	21:00-21:50 ④ビラUpper+ 北原		21:00-21:50 ④ビラLower+ 稲田		21:00-21:50 ④ビラTotalBody 高江洲		21:00-21:50 ④ビラB+ 高江洲		20:40-21:30 ④ビラWaist+ 品田		
21:00-21:30 ④ビラTotalBody 高江洲				10分										21:00-21:50 ④ビラUpper+ 川瀬	

27日(木)		28日(金)		29日(土)		30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	-
10:30-11:20 ◎ピラUpper+ 中島	●10:40-11:25 見学会(2.45)	10:30-11:20 ◎ピラLower+ 中島		10:30-11:20 ◎ピラ&L+ 高江洲	●10:40-11:25 見学会(2.45)	
11:50-12:40 ◎ピラH&L+ 北原	●12:00-12:45 見学会(2.45)	11:50-12:40 ◎ピラB+ 中島		11:50-12:40 ◎ピラLower+ 高江洲	●12:00-12:45 見学会(2.45)	
13:10-14:00 ◎ピラUpper+ 北原	●13:20-14:05 見学会(2.45)	13:10-14:00 ◎ピラB&A+ 高江洲		13:10-13:40 ◎ピラTotalBody 川瀬	●13:20-14:05 見学会(2.45)	
				14:30-15:20 ◎ピラLower+ 品田		
				15:50-16:40 ◎ピラUpper+ 高江洲		
	●17:00-17:45 見学会(2.45)	16:50-17:40 ◎ピラUpper+ 北原	●17:00-17:45 見学会(2.45)	17:10-18:00 ◎ピラWaist+ 品田		●17:20-18:05 見学会(2.45)
18:10-19:00 ◎ピラB+ 品田	●18:20-19:05 見学会(2.45)	18:10-19:00 ◎ピラB+ 高江洲	●18:20-19:05 見学会(6.45)	18:30-19:20 ◎ピラB&A+ 川瀬		●18:40-19:25 見学会(2.45)
19:40-20:30 ◎ピラB&A+ 高江洲	●19:50-20:35 見学会(2.45)	19:40-20:30 ◎ピラWaist+ 川瀬	●19:50-20:35 見学会(2.45)	19:50-20:40 ◎ピラUpper+ 品田		
21:00-21:30 ◎ピラReBody 川瀬		21:00-21:50 ◎ピラUpper+ 川瀬				

【マシンピラティス】

強度	レッスン名	時間
2.5	④ビラLower+	50分
2.5	④ビラUpper+	50分
2.5	④ビラB+	50分
2.5	④ビラTotalBody	30分
2.5	④ビラReBody	30分
3	④ビラH&L+	50分
3.5	④ビラWaist+	50分
3.5	④ビラB&A+	50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)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	高江洲愛優
1(土)	13:20-14:05	1 見学会(2.45)	
1(土)	14:40-15:25	1 見学会(2.45)	福田恭子
1(土)	17:00-17:45	1 見学会(2.45)	北原一花
3(月)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	中島彩
3(月)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	北原一花
3(月)	13:20-14:05	1 見学会(2.45)	
3(月)	16:00-16:45	1 見学会(2.45)	
3(月)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	
4(火)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	中島彩
4(火)	17:40-18:25	1 見学会(2.45)	
4(火)	19:00-19:45	1 見学会(2.45)	
5(水)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	品田琴子
5(水)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	
5(水)	14:50-15:35	1 見学会(2.45)	
5(水)	16:10-16:55	1 見学会(2.45)	
5(水)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	
6(木)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	
6(木)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	
6(木)	13:20-14:05	1 見学会(2.45)	川瀬棕子
6(木)	17:00-17:45	1 見学会(2.45)	
6(木)	18:20-19:05	1 見学会(2.45)	
6(木)	19:50-20:35	1 見学会(2.45)	
7(金)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	
7(金)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	
7(金)	13:20-14:05	1 見学会(2.45)	川瀬棕子
7(金)	14:40-15:25	1 見学会(2.45)	
7(金)	16:00-16:45	1 見学会(2.45)	
7(金)	17:50-18:35	1 見学会(2.45)	
8(土)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	
8(土)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	
8(土)	13:20-14:05	1 見学会(2.45)	
8(土)	14:40-15:25	1 見学会(2.45)	北原一花
8(土)	16:50-17:35	1 見学会(2.45)	
8(土)	18:10-18:55	1 見学会(2.45)	
10(月)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	
10(月)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	
10(月)	13:20-14:05	1 見学会(2.45)	
10(月)	14:30-15:15	1 見学会(2.45)	
10(月)	17:00-17:45	1 見学会(2.45)	
10(月)	18:20-19:05	1 見学会(2.45)	
11(火)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	
11(火)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	
11(火)	13:20-14:05	1 見学会(2.45)	
11(火)	17:00-17:45	1 見学会(2.45)	
11(火)	18:20-19:05	1 見学会(2.45)	
12(水)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	
12(水)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	
12(水)	13:20-14:05	1 見学会(2.45)	
12(水)	14:40-15:25	1 見学会(2.45)	
12(水)	16:10-16:55	1 見学会(2.45)	

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
12(水)	17:30-18:15	1 見学会(2.45)	
13(木)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	稻田恭子
13(木)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	
13(木)	13:20-14:05	1 見学会(2.45)	
13(木)	14:40-15:25	1 見学会(2.45)	
13(木)	17:00-17:45	1 見学会(2.45)	北原一花
14(金)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	
14(金)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	
14(金)	13:20-14:05	1 見学会(2.45)	
14(金)	14:40-15:25	1 見学会(2.45)	
15(土)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	品田琴子
15(土)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	品田琴子
15(土)	13:20-14:05	1 見学会(2.45)	品田琴子
15(土)	16:50-17:35	1 見学会(2.45)	品田琴子
17(月)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	
17(月)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	
17(月)	17:00-17:45	1 見学会(2.45)	
17(月)	18:20-19:05	1 見学会(6.45)	
17(月)	19:50-20:35	1 見学会(2.45)	高江洲愛優
18(火)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	
18(火)	17:40-18:25	1 見学会(2.45)	
18(火)	19:00-19:45	1 見学会(2.45)	
19(水)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	稻田恭子
19(水)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	
19(水)	13:20-14:05	1 見学会(2.45)	
19(水)	14:40-15:25	1 見学会(2.45)	
19(水)	17:00-17:45	1 見学会(2.45)	
19(水)	18:20-19:05	1 見学会(2.45)	
20(木)	13:20-14:05	1 見学会(2.45)	
20(木)	15:00-15:45	1 見学会(2.45)	
20(木)	17:00-17:45	1 見学会(2.45)	
20(木)	18:20-19:05	1 見学会(2.45)	
21(金)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	
21(金)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	
21(金)	13:20-14:05	1 見学会(2.45)	
21(金)	17:00-17:45	1 見学会(2.45)	
21(金)	18:20-19:05	1 見学会(2.45)	
22(土)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	
22(土)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	
22(土)	13:20-14:05	1 見学会(2.45)	加藤みなみ
22(土)	14:40-15:25	1 見学会(2.45)	
22(土)	16:50-17:35	1 見学会(2.45)	
24(月)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	品田琴子
24(月)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	
24(月)	13:20-14:05	1 見学会(2.45)	
24(月)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	
24(月)	18:40-19:25	1 見学会(2.45)	
25(火)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	
25(火)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	
25(火)	17:00-17:45	1 見学会(2.45)	川瀬棕子
26(水)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
26(水)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	
26(水)	13:20-14:05	1 見学会(2.45)	
26(水)	14:40-15:25	1 見学会(2.45)	中島彩
27(木)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	
27(木)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	
27(木)	13:20-14:05	1 見学会(2.45)	
27(木)	17:00-17:45	1 見学会(2.45)	
27(木)	18:20-19:05	1 見学会(2.45)	
27(木)	19:50-20:35	1 見学会(2.45)	
28(金)	17:00-17:45	1 見学会(6.45)	
28(金)	18:20-19:05	1 見学会(2.45)	
28(金)	19:50-20:35	1 見学会(2.45)	
29(土)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	
29(土)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	
29(土)	13:20-14:05	1 見学会(2.45)	
29(土)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	
29(土)	18:40-19:25	1 見学会(2.45)	

