2026年2月レッスンスケジュール Rintosull 大和店(全スタジオ:女性専用)

※2026年02月25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。

	1日(日)	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)	8日(日)	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13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	-
朝	10分 08:00-08:30 Rin-Ballet 大塚 10分 09:00-09:30 Cardio Reform Blast 大塚 10:00-10:45 Boost Upper&Lower 山田 11:10-12:00 ◎ピラWaist+ 村田	09:30-10:20 ◎ピラB&A+ 鈴木 10:50-11:20 ◎ピラRefBody 鈴木	09:30-10:00 ◎ピラHipLine 鈴木 10:30-11:20 ◎ピラWaist+ 鈴木	09:30-10:15 Power Basic 村田 10:50-11:40 ◎ピラJumpM 橋本	09:30-10:00 ◎ピラBackStyle 薄井 10:30-11:20 ◎ピラH&L+ 薄井	定休日	08:00-08:30 ◎ピラPerBackBody 橋本 08:50-09:20 ◎ピラChestSR 橋本 09:40-10:10 ◎ピラRefCore 村田 10:30-11:20 ◎ピラLower+ 山田	08:00-08:50 ◎ピラLower+ 村田 09:10-09:55 Power Basic 村田 10:20-10:50 ◎ピラControlF 薄井 11:10-11:40 ◎ピラHipLine 薄井	09:30-10:20 ◎ピラLower+ 山田 10:40-11:25 Boost Upper&Lower 山田	09:30-10:00 ◎ピラChestSR 橋本 10:30-11:20 ◎ピラJumpM 橋本	08:00-08:30 ◎ピラStretchC 薄井 08:50-09:20 ◎ピラControlF 薄井 09:40-10:25 Boost Upper&Lower 村田 10:50-11:20 ◎ピラRefCore 村田 11:40-12:10 ◎ピラBackStyle 橋本	09:30-10:00 ◎ピラTotalBody 中山 10:30-11:20 ◎ピラLower+ 山田	定休日
昼	12:20-13:10 ◎ピラLower+ 山田 13:40-14:10 ◎ピラChestSR 橋本 14:30-15:00 ◎ピラPerBackBody 橋本 15:30-16:20 ◎ピラB+ 村田 16:40-17:30 ◎ピラUpper+ 村田	11:50-12:40 ◎ピラA+ 薄井 13:10-14:00 ◎ピラUpper+ 村田 16:20-17:05 Power Basic 村田 10分 17:40-18:10 Cardio Reform Blast 大塚	10分 11:50-12:20 Cardio Reform Blast 橋本 10分 12:50-13:20 Rin-Ballet 橋本 13:50-14:35 Boost Upper&Lower 山田 16:00-16:50 ◎ピラJumpM 橋本 17:20-18:10 ◎ピラLower+ 山田	12:10-12:40 ◎ピラRefCore 村田 13:10-14:00 ◎ピラWaist+ 村田 15:20-16:10 ◎ピラUpper+ 村田 16:40-17:10 ◎ピラChestSR 橋本 17:40-18:10 ◎ピラPerBackBody 橋本	11:50-12:20 ◎ピラcore 中山 12:50-13:20 ◎ピラRefBody 中山 13:50-14:40 ◎ピラUpper+ 山田 15:10-16:00 ◎ピラLower+ 山田 17:00-17:50 ◎ピラWaist+ 村田	定休日	12:40-13:40 ◎ピラBackStyle 橋本 12:50-13:40 ◎ピラWaist+ 村田 14:05-14:50 Boost Upper&Lower 山田 15:10-15:40 ◎ピラStretchC 薄井 10分 16:00-16:30 Cardio Reform Blast 橋本 10分 16:50-17:20 Rin-Ballet 橋本 17:40-18:30 ◎ピラB+ 村田	12:00-12:30 ◎ピラRefCore 村田 12:50-13:40 ◎ピラLower+ 村田 14:10-14:40 ◎ピラPerBackBody 大塚 15:00-15:30 ◎ピラChestSR 大塚 15:50-16:40 ◎ピラA+ 薄井 17:00-17:30 ◎ピラcore 中山 18:00-18:30 ◎ピラTotalBody 中山	12:40-13:10 ◎ピラBackStyle 橋本 13:10-14:00 ◎ピラcore 中山 17:30-18:15 Boost Upper&Lower 村田 18:40-19:30 ◎ピラA+ 薄井 10分 20:00-20:30 Cardio Reform Blast 大塚 10分 21:00-21:30 Rin-Ballet 大塚	11:50-12:40 ◎ピラH&L+ 中山 12:30-13:20 ◎ピラLower+ 山田 13:40-14:30 ◎ピラB&A+ 橋本 10分 14:10-14:40 Rin-Ballet 橋本 10分 15:10-15:40 Cardio Reform Blast 橋本 15:00-15:50 ◎ピラH&L+ 薄井 16:00-16:30 ◎ピラPerBackBody 橋本 16:50-17:20 ◎ピラChestSR 橋本 17:20-17:50 ◎ピラControlF 大塚 17:40-18:30 ◎ピラUpper+ 山田 18:20-18:50 ◎ピラStretchC 大塚 19:20-20:10 ◎ピラLower+ 山田 20:40-21:25 Boost Upper&Lower 山田	11:50-12:35 Power Basic 村田 13:00-13:30 ◎ピラRefCore 村田 14:00-14:45 Boost Upper&Lower 山田 16:00-16:30 ◎ピラStretchC 橋本 17:00-17:50 ◎ピラLower+ 村田 18:20-19:10 ◎ピラB+ 村田 19:40-20:30 ◎ピラJumpM 橋本 10分 21:00-21:30 Cardio Reform Blast 橋本	定休日
夜	18:00-18:30 ◎ピラStretchC 橋本	10分 18:40-19:10 Rin-Ballet 大塚 19:40-20:10 ◎ピラHipLine 橋本 20:40-21:30 ◎ピラH&L+ 中山	18:40-19:10 ◎ピラcore 中山 19:40-20:30 ◎ピラB&A+ 中山 21:00-21:30 ◎ピラControlF 薄井	18:40-19:10 ◎ピラRefBody 中山 19:40-20:30 ◎ピラA+ 薄井 10分 21:00-21:30 Rin-Ballet 橋本	18:20-18:50 ◎ピラRefCore 村田 19:20-20:05 Boost Upper&Lower 山田 20:40-21:30 ◎ピラB+ 村田							

	14日(土)	15日(日)	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)	22日(日)	23日(月)	24日(火)
	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
朝	08:00-08:50 ◎ピラB+ 大塚 09:10-09:40 ◎ピラChestSR 橋本 10:00-10:30 ◎ピラPerBackBody 橋本 10:50-11:35 Boost Upper&Lower 大塚	10分 08:00-08:30 Cardio Reform Blast 大塚 10分 09:00-09:30 Rin-Ballet 大塚 09:50-10:20 ◎ピラHipLine 大塚 10:40-11:30 ◎ピラUpper+ 山田	09:30-10:15 Power Basic 薄井 10:40-11:30 ◎ピラB&A+ 薄井	09:30-10:00 ◎ピラcore 中山 10:30-11:20 ◎ピラLower+ 山田	09:30-10:15 Boost Upper&Lower 山田 10:40-11:30 ◎ピラUpper+ 山田	09:30-10:00 ◎ピラStretchC 薄井 10:30-11:00 ◎ピラControlF 薄井 11:30-12:20 ◎ピラB+ 村田	定休日	08:00-08:30 ◎ピラBackStyle 大塚 08:50-09:35 Boost Upper&Lower 山田 10:10-10:40 ◎ピラHipLine 大塚 10分 11:10-11:40 Rin-Ballet 大塚	08:00-08:50 ◎ピラLower+ 山田 09:10-09:40 ◎ピラHipLine 薄井 10:00-10:50 ◎ピラA+ 薄井 11:20-12:10 ◎ピラUpper+ 山田	08:00-08:45 Power Basic 村田 09:10-10:00 ◎ピラB&A+ 中山 10:20-10:50 ◎ピラRefCore 村田 11:10-11:40 ◎ピラHipLine 薄井	09:30-10:20 ◎ピラH&L+ 大塚 10:50-11:20 ◎ピラControlF 大塚 11:50-12:40 ◎ピラUpper+ 山田
昼	12:00-12:30 ◎ピラBackStyle 大塚 12:50-13:40 ◎ピラA+ 薄井 10分 14:10-14:40 Rin-Ballet 橋本 10分 15:10-15:40 Cardio Reform Blast 橋本 16:00-16:30 ◎ピラStretchC 薄井 16:50-17:20 ◎ピラControlF 大塚 17:40-18:30 ◎ピラH&L+ 中山	11:50-12:40 ◎ピラLower+ 山田 13:00-13:30 ◎ピラTotalBody 中山 13:50-14:20 ◎ピラControlF 薄井 14:40-15:10 ◎ピラStretchC 薄井 15:30-16:15 Boost Upper&Lower 山田 16:40-17:30 ◎ピラB&A+ 中山 18:00-18:30 ◎ピラcore 中山	12:00-12:30 ◎ピラChestSR 大塚 13:00-13:30 ◎ピラPerBackBody 大塚 14:00-14:30 ◎ピラBackStyle 薄井 16:20-16:50 Rin-Ballet 大塚 10分 17:20-17:50 Cardio Reform Blast 大塚 18:20-18:50 ◎ピラRefCore 村田	11:50-12:40 ◎ピラUpper+ 山田 13:10-13:40 ◎ピラRefCore 村田 15:50-16:40 ◎ピラB+ 村田 17:10-17:40 ◎ピラTotalBody 中山 18:10-19:00 ◎ピラB&A+ 中山	12:00-12:30 ◎ピラBackStyle 薄井 13:00-13:30 ◎ピラHipLine 薄井 16:00-16:45 Power Basic 村田 17:20-17:50 ◎ピラRefBody 中山 18:20-19:10 ◎ピラLower+ 村田	12:50-13:40 ◎ピラWaist+ 村田 15:10-16:00 ◎ピラA+ 薄井 16:30-17:00 ◎ピラRefCore 村田 17:30-18:00 ◎ピラcore 中山 18:30-19:20 ◎ピラUpper+ 山田	定休日	12:00-12:30 ◎ピラcore 中山 12:50-13:20 ◎ピラRefCore 村田 13:40-14:30 ◎ピラB+ 村田 14:50-15:40 ◎ピラUpper+ 山田 16:00-16:30 ◎ピラTotalBody 中山 16:50-17:20 ◎ピラChestSR 服部 17:40-18:30 ◎ピラH&L+ 服部	12:30-13:20 ◎ピラLower+ 山田 13:40-14:30 ◎ピラH&L+ 中山 14:50-15:20 ◎ピラControlF 薄井 15:50-16:20 ◎ピラStretchC 薄井 16:50-17:35 Power Basic 中山 18:00-18:30 ◎ピラTotalBody 中山	12:00-12:50 ◎ピラA+ 薄井 13:10-13:55 Boost Upper&Lower 村田 14:20-15:10 ◎ピラWaist+ 村田 10分 15:40-16:10 ◎ピラControlF 薄井 10分 16:40-17:10 ◎ピラTotalBody 中山 17:40-18:30 ◎ピラLower+ 山田	11:50-12:40 ◎ピラUpper+ 山田 13:10-14:00 ◎ピラLower+ 山田 15:30-16:00 Cardio Reform Blast 大塚 10分 16:30-17:00 Rin-Ballet 大塚 17:30-18:15 Boost Upper&Lower 山田 18:50-19:20 ◎ピラBackStyle 大塚 19:45-20:15 ◎ピラChestSR 服部 20:40-21:25 Boost Upper&Lower 服部
夜	20:40-21:30 ◎ピラUpper+ 村田	21:00-21:30 ◎ピラTotalBody 中山	10分 21:00-21:30 Rin-Ballet 大塚								

25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)
Aスタジオ	Aスタジオ	－	Aスタジオ
		定休日	08:00-08:50 ◎ピラB&A+ 中山
09:30-10:00 ◎ピラPerBackBody 大塚	10分 09:30-10:00 Cardio Reform Blast 大塚		09:10-09:55 Power Basic 村田
10:20-10:50 ◎ピラChestSR 大塚	10分 10:30-11:00 Rin-Ballet 大塚		10:20-10:50 ◎ピラRefCore 村田
11:20-12:10 ◎ピラB&A+ 大塚	11:30-12:00 ◎ピラcore 中山		10分 11:20-11:50 Rin-Ballet 大塚
12:30-13:15 Power Basic 中山	12:30-13:20 ◎ピラB+ 中山		10分 12:20-12:50 Cardio Reform Blast 大塚
13:40-14:10 ◎ピラTotalBody 中山	13:50-14:20 ◎ピラHipLine 鈴木		13:15-14:00 Boost Upper&Lower 村田
	14:50-15:40 ◎ピラWaist+ 鈴木		14:20-15:10 ◎ピラUpper+ 村田
			15:30-16:00 ◎ピラPerBackBody 大塚
			16:20-16:50 ◎ピラChestSR 大塚
17:20-17:50 ◎ピラBackStyle 大塚	17:20-17:50 ◎ピラTotalBody 中山		17:10-17:40 ◎ピラStretchC 薄井
			18:00-18:30 ◎ピラControlF 薄井
18:20-19:10 ◎ピラLower+ 中山	18:20-18:50 ◎ピラChestSR 大塚		
19:40-20:30 ◎ピラA+ 大塚	19:20-20:05 Boost Upper&Lower 山田		
21:00-21:30 ◎ピラcore 中山	20:40-21:30 ◎ピラUpper+ 山田		

【マシンピラティス】

強度	レッスン名		時間
2.5	◎ピラLower+	Lower Body Make-up＋	50分
2.5	◎ピラUpper+	Upper Body Make-up＋	50分
2.5	◎ピラB+	Basic+	50分
2.5	◎ピラTotalBody	Total Body	30分
2.5	◎ピラStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ピラRefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ピラChestSR	Chest Spine Release	30分
2.5	Rin-Ballet	Rin-Ballet	30分
3	◎ピラH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ピラBackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎ピラHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ピラRefCore	Refresh Core	30分
3	◎ピラPerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3.5	◎ピラWaist+	Waist Shape＋	50分
3.5	◎ピラJumpM	Jump Movement+	50分
3.5	◎ピラB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ピラcore	Shape up Core	30分
3.5	◎ピラControlF	Control Flow	30分
4	◎ピラA+	Advance+	50分
4	Cardio Reform Blast	Cardio Reform Blast	30分

◎ … 常温レッスン
● … 体験レッスン予約可能
10分 … 10分講座
SP … 特別レッスン
WS … プレミアムワークショップ（追加料金あり）

レッスン前10分講座：10分 18:30-19:30 レッスン名 インストラクター名

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 10分

【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。

Rintosull

【PC/スマートフォン】 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+