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

※2026年05月25日02:06 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	Aスタジオ
						08:00–08:50 ◎ビラUpper+ 田原	08:00–08:30 ◎ビラTotalBody 足立						08:00–08:30 ◎ビラBackStyle 名倉	08:00–08:30 ◎ビラTotalBody 名倉						08:00–08:50 ◎ビラLower+ 田原	08:00–08:45 Boost Upper&Lower 田原				
	09:00–09:50 ◎ビラLower+ 田原	09:00–09:30 ◎ビラChestSR 足立	09:00–09:30 ◎ビラPerBackBody 佐々木		09:00–09:50 ◎ビラH&L+ 大場	09:20–10:10 ◎ビラLower+ 田原	09:00–09:50 ◎ビラA+ 足立	09:00–09:50 ◎ビラB&A+ 大場	09:00–09:30 ◎ビラStretchC 名倉	09:00–09:45 Power Basic 名倉		09:00–09:50 ◎ビラH&L+ 大場	09:00–09:50 ◎ビラJumpM 名倉	09:00–09:30 ◎ビラControlF 足立	09:00–09:50 ◎ビラH&L+ 大場	09:00–09:30 Cardio Reform Blast 足立	09:00–09:50 ◎ビラLower+ 田原		09:00–09:50 ◎ビラB&A+ 大場	09:20–10:10 ◎ビラUpper+ 田原	09:20–10:10 ◎ビラB&A+ 足立	09:00–09:50 ◎ビラB&A+ 大場	09:00–09:50 ◎ビラWaist+ 栗生	09:00–09:30 ◎ビラControlF 名倉
	10:20–11:10 ◎ビラUpper+ 田原	10:00–10:50 ◎ビラA+ 足立	10:00–10:30 ◎ビラStretchC 佐々木		10:20–11:10 ◎ビラUpper+ 大場	10:40–11:30 ◎ビラJumpM 名倉	10:20–10:50 ◎ビラStretchC 鈴木	10:20–11:10 ◎ビラH&L+ 大場	10:00–10:50 ◎ビラJumpM 名倉	10:20–10:50 ◎ビラcore 名倉		10:20–11:10 ◎ビラUpper+ 大場	10:20–11:10 ◎ビラB+ 足立	10:00–10:50 ◎ビラUpper+ 田原	10:20–11:10 ◎ビラUpper+ 大場	10:00–10:30 ◎ビラChestSR 足立	10:20–11:10 ◎ビラUpper+ 田原		10:20–11:10 ◎ビラH&L+ 大場	10:40–11:25 Strong Hip&Legs 鈴木	10:40–11:30 ◎ビラLower+ 田原	10:20–11:10 ◎ビラH&L+ 大場	10:20–11:10 ◎ビラB+ 栗生	10:00–10:50 ◎ビラJumpM 名倉
	11:40–12:10 ◎ビラControlF 佐々木	11:20–11:50 ◎ビラPerBackBody 佐々木	11:00–11:50 ◎ビラJumpM 名倉		11:40–12:30 ◎ビラB&A+ 大場	12:00–12:30 ◎ビラTotalBody 鈴木	11:20–12:05 Power Basic 鈴木	11:40–12:30 ◎ビラUpper+ 大場	11:20–11:50 ◎ビラHipLine 名倉	11:20–11:50 ◎ビラStretchC 足立		11:40–12:30 ◎ビラB&A+ 大場	11:40–12:30 ◎ビラLower+ 田原	11:20–12:10 ◎ビラLower+ 田原	11:40–12:30 ◎ビラLower+ 大場	11:00–11:50 ◎ビラLower+ 久樹	11:40–12:30 ◎ビラH&L+ 名倉		11:40–12:30 ◎ビラUpper+ 大場	12:00–12:30 ◎ビラTotalBody 木村	12:00–12:45 Power Waist Shape 鈴木	11:40–12:30 ◎ビラLower+ 大場	11:40–12:10 ◎ビラStretchC 名倉	11:20–12:10 ◎ビラB+ 足立
	12:40–13:10 ◎ビラHipLine 佐々木	12:20–13:10 ◎ビラB+ 佐々木	12:20–13:10 ◎ビラH&L+ 名倉		13:00–13:30 ◎ビラTotalBody 佐々木	13:00–13:45 Strong Back&Arms 鈴木	12:40–13:30 ◎ビラLower+ 田原	13:00–13:30 ◎ビラTotalBody 木村	12:20–12:50 Cardio Reform Blast 足立	12:20–13:10 ◎ビラA+ 足立		12:40–13:30 ◎ビラPerBackBody 名倉	12:40–13:30 ◎ビラJumpM 名倉	13:00–13:30 ◎ビラcore 名倉	12:20–13:10 ◎ビラUpper+ 久樹		13:00–13:50 ◎ビラUpper+ 田原		13:00–13:50 ◎ビラJumpM 名倉	13:00–13:50 ◎ビラWaist+ 木村	13:20–13:50 ◎ビラChestSR 鈴木	13:00–13:50 ◎ビラUpper+ 鹿内	12:40–13:10 Cardio Reform Blast 足立	12:40–13:10 ◎ビラcore 名倉
					14:00–14:30 ◎ビラChestSR 足立	14:20–15:10 ◎ビラUpper+ 田原	14:20–14:50 Cardio Reform Blast 足立					14:00–14:50 ◎ビラUpper+ 田原	14:00–14:30 ◎ビラHipLine 足立							14:20–14:50 ◎ビラChestSR 足立	14:20–14:50 ◎ビラHipLine 足立			
					15:00–15:50 ◎ビラLower+ 森下	15:40–16:10 ◎ビラRefBody 名倉	15:20–15:50 ◎ビラBackStyle 鈴木							15:50–16:40 ◎ビラWaist+ 名倉							15:20–15:50 Cardio Reform Blast 足立				
						16:40–17:10 ◎ビラPerBackBody 鈴木	16:20–17:10 ◎ビラLower+ 田原						16:20–17:05 Power Waist Shape 足立									16:40–17:30 ◎ビラUpper+ 田原			
	17:20–18:10 ◎ビラH&L+ 名倉	17:20–17:50 ◎ビラBackStyle 佐々木	17:20–18:10 ◎ビラLower+ 佐々木		17:30–18:00 ◎ビラControlF 佐々木	17:40–18:25 Strong Hip&Legs 鈴木	17:40–18:30 ◎ビラUpper+ 田原	17:00–17:50 ◎ビラUpper+ 木村	17:20–17:50 ◎ビラChestSR 足立	17:40–18:10 ◎ビラControlF 名倉		18:00–18:30 ◎ビラTotalBody 名倉	17:40–18:30 ◎ビラLower+ 田原	17:10–18:00 ◎ビラLower+ 田原	17:20–18:10 ◎ビラWaist+ 鈴木	17:20–18:05 Strong Back&Arms 鈴木	17:40–18:10 ◎ビラControlF 名倉		17:20–17:50 ◎ビラPerBackBody 名倉	17:30–18:00 ◎ビラBackStyle 木村	18:00–18:30 ◎ビラRefBody 鈴木	17:00–17:50 ◎ビラLower+ 鹿内		17:30–18:15 Boost Upper&Lower 栗生
	18:40–19:10 ◎ビラStretchC 佐々木	18:20–19:05 Power Waist Shape 佐々木	18:40–19:10 ◎ビラcore 佐々木		●18:30–19:20 ◎ビラB&A+ 森下			18:20–19:10 ◎ビラLower+ 木村	18:20–19:10 ◎ビラWaist+ 足立	18:40–19:10 ◎ビラBackStyle 足立		19:00–19:30 Cardio Reform Blast 足立			18:40–19:10 Rin-Ballet 鈴木	18:40–19:10 ◎ビラHipLine 鈴木	18:40–19:10 ◎ビラStretchC 名倉		18:20–19:10 ◎ビラWaist+ 足立	18:30–19:15 Strong Hip&Legs 木村		18:20–19:05 Strong Back&Arms 鈴木	18:20–19:10 ◎ビラUpper+ 田原	18:50–19:20 ◎ビラRefCore 足立
	19:40–20:30 ◎ビラB+ 名倉	19:40–20:30 ◎ビラLower+ 鈴木	19:40–20:10 ◎ビラTotalBody 名倉		19:50–20:20 ◎ビラStretchC 佐々木			19:40–20:30 ◎ビラB&A+ 足立	19:40–20:30 ◎ビラB+ 鈴木	19:40–20:30 ◎ビラLower+ 田原		20:00–20:30 ◎ビラRefBody 鈴木			19:40–20:30 ◎ビラJumpM 名倉	19:40–20:30 ◎ビラB+ 松田	19:40–20:30 ◎ビラA+ 鈴木		19:40–20:30 ◎ビラLower+ 鹿内			19:40–20:25 Boost Upper&Lower 田原	19:40–20:30 ◎ビラLower+ 田原	19:50–20:40 ◎ビラB+ 栗生
	21:00–21:30 ◎ビラPerBackBody 名倉	21:00–21:30 Rin-Ballet 鈴木	20:40–21:30 ◎ビラUpper+ 田原		20:50–21:35 Boost Upper&Lower 足立			21:00–21:30 ◎ビラRefBody 足立	21:00–21:45 Strong Back&Arms 鈴木	21:00–21:50 ◎ビラUpper+ 田原		21:00–21:45 Boost Upper&Lower 田原			21:00–21:45 Power Basic 名倉	21:00–21:30 ◎ビラRefCore 松田	21:00–21:30 ◎ビラcore 鈴木		21:00–21:50 ◎ビラUpper+ 鹿内			21:00–21:30 ◎ビラRefBody 鈴木	21:00–21:50 ◎ビラB&A+ 鈴木	21:10–22:00 ◎ビラWaist+ 栗生

25日(木)	26日(金)	27日(土)	28日(日)	29日(月)	30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
定休日	09:00-09:50 ◎ピラLower+ 大場 10:20-11:10 ◎ピラB&A+ 大場 11:40-12:30 ◎ピラH&L+ 大場 13:00-13:30 ◎ピラRefCore 森下 ●17:40-18:30 ◎ピラB&A+ 森下 19:00-19:30 ◎ピラTotalBody 名倉 20:00-20:30 ◎ピラcore 名倉 21:00-21:30 Rin-Ballet 鈴木	08:00-08:50 ◎ピラLower+ 大城 09:20-10:10 ◎ピラUpper+ 大城 10:40-11:25 Power Waist Shape 足立 12:00-12:50 ◎ピラWaist+ 木村 13:20-13:50 ◎ピラHipLine 木村 14:20-15:10 ◎ピラUpper+ 田原 16:20-16:50 ◎ピラRefCore 木村 17:20-18:05 Boost Upper&Lower 田原	08:00-08:50 ◎ピラB&A+ 名倉 09:20-10:05 Strong Hip&Legs 名倉 10:40-11:30 ◎ピラUpper+ 田原 12:00-12:50 ◎ピラLower+ 田原 13:20-14:05 Power Basic 足立 14:30-15:00 ◎ピラPerBackBody 足立 15:30-16:15 Boost Upper&Lower 田原 16:50-17:20 ◎ピラStretchC 名倉 17:50-18:20 ◎ピラPerBackBody 足立	09:00-09:50 ◎ピラH&L+ 大場 10:20-11:10 ◎ピラB&A+ 大場 11:40-12:30 ◎ピラLower+ 大場 13:00-13:30 ◎ピラcore 松田 14:00-14:30 ◎ピラHipLine 松田 17:40-18:10 ◎ピラControlF 足立 18:40-19:10 ◎ピラChestSR 鈴木 19:40-20:30 ◎ピラA+ 鈴木 21:00-21:30 Rin-Ballet 鈴木	09:00-09:50 ◎ピラUpper+ 田原 10:20-11:10 ◎ピラLower+ 久樹 11:40-12:30 ◎ピラUpper+ 久樹 13:00-13:30 ◎ピラRefBody 名倉 17:20-17:50 ◎ピラHipLine 名倉 18:20-19:05 Strong Back&Arms 名倉 19:40-20:30 ◎ピラLower+ 松林 21:00-21:50 ◎ピラUpper+ 松林

【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
3.5	Strong Hip&Legs	Strong Hip&Legs	45分
3.5	Strong Back&Arms	Strong Back&Arms	45分
4	◎ピラA+	Advance+	50分
4	Cardio Reform Blast	Cardio Reform Blast	30分
4	Power Waist Shape	Power Waist Shape	45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+