2026年2月レッスンスケジュール Rintosull 京都四条烏丸店(全スタジオ:女性専用)

※2026年02月27日02:01 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)	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	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
	定休日	09:30-10:00 ◎ビラBackStyle 門田 10:30-11:20 ◎ビラUpper+ 門田 11:50-12:20 ◎ビラChestSR 奥田 12:50-13:40 ◎ビラLower+ 田口 14:10-14:40 ◎ビラRefBody 田口 16:30-17:00 ◎ビラHipLine 門田 17:30-18:20 ◎ビラUpper+ 田口 18:45-19:30 Boost Upper&Lower 田口 20:00-20:50 ◎ビラB+ 奥田 21:20-21:50 ◎ビラTotalBody 青山	09:30-10:20 ◎ビラWaist+ 門田 10:50-11:20 ◎ビラChestSR 門田 13:10-14:00 ◎ビラH&L+ 西村 14:30-15:00 ◎ビラBackStyle 門田 16:10-16:40 ◎ビラRefCore 西村 17:05-17:50 Boost Upper&Lower 青山 18:20-19:10 ◎ビラB+ 西村 19:40-20:30 ◎ビラLower+ 門田 21:00-21:50 ◎ビラH&L+ 青山	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 門田 10:50-11:20 ◎ビラPerBackBody 門田 11:50-12:40 ◎ビラB+ 小寺 13:10-14:00 ◎ビラUpper+ 小寺 14:30-15:00 ◎ビラRefCore 西村 16:30-17:00 ◎ビラcore 小寺 17:30-18:00 ◎ビラRefBody 西村 18:30-19:20 ◎ビラUpper+ 田口 19:45-20:30 Boost Upper&Lower 田口 21:00-21:50 ◎ビラLower+ 西村	09:30-10:00 ◎ビラStretchC 小寺 10:30-11:00 ◎ビラcore 小寺 11:30-12:20 ◎ビラLower+ 青山 12:50-13:20 ◎ビラTotalBody 青山 13:50-14:40 ◎ビラUpper+ 田口 16:30-17:15 Boost Upper&Lower 田口 17:40-18:10 ◎ビラRefCore 西村 18:40-19:30 ◎ビラB&A+ 西村 20:00-20:30 ◎ビラRefBody 田口 21:00-21:50 ◎ビラUpper+ 田口	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 小寺 10:40-11:25 Power Basic 青山 11:50-12:20 今江 12:50-13:20 ◎ビラRefBody 田口 17:40-18:10 Rin-Ballet 門田 18:40-19:30 ◎ビラLower+ 奥田 20:00-20:30 ◎ビラRefBody 田口 21:00-21:50 ◎ビラB&A+ 田口	08:00-08:50 ◎ビラLower+ 門田 09:20-09:50 ◎ビラTotalBody 青山 10:20-10:50 ◎ビラChestSR 奥田 11:20-12:10 ◎ビラJumpM 今江 12:40-13:30 ◎ビラUpper+ 青山 14:00-14:30 ◎ビラRefBody 門田 15:00-15:30 Rin-Ballet 門田 16:00-16:30 Cardio Reform Blast 今江 17:00-17:30 ◎ビラStretchC 門田 18:00-18:45 Boost Upper&Lower 奥田	定休日	09:30-10:00 ◎ビラChestSR 奥田 10:30-11:20 ◎ビラUpper+ 田口 11:50-12:40 ◎ビラLower+ 田口 13:10-14:00 ◎ビラWaist+ 小寺 14:30-15:00 ◎ビラRefBody 田口 16:30-17:20 ◎ビラUpper+ 田口 17:45-18:30 Boost Upper&Lower 西村 19:00-19:50 ◎ビラLower+ 西村 20:20-20:50 ◎ビラRefCore 小寺 21:20-21:50 ◎ビラBackStyle 小寺	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 奥田 10:50-11:35 Boost Upper&Lower 田口 12:00-12:50 ◎ビラB&A+ 田口 13:20-13:50 ◎ビラcore 小寺 14:15-15:05 ◎ビラUpper+ 青山 16:20-17:10 ◎ビラLower+ 田口 17:40-18:10 ◎ビラRefBody 田口 18:40-19:30 ◎ビラWaist+ 小寺 20:00-20:50 ◎ビラB+ 門田 21:20-21:50 ◎ビラPerBackBody 門田	09:20-10:10 ◎ビラLower+ 田口 10:40-11:10 Cardio Reform Blast 今江 11:40-12:30 ◎ビラUpper+ 奥田 13:00-13:50 ◎ビラJumpM 今江 14:10-14:55 Power Basic 奥田 15:20-15:50 ◎ビラRefBody 奥田 16:20-16:50 Rin-Ballet 門田 17:20-17:50 ◎ビラPerBackBody 門田 18:20-19:10 ◎ビラLower+ 田口	09:30-10:15 Boost Upper&Lower 小寺 10:40-11:30 ◎ビラB+ 西村 11:50-12:00 ◎ビラLower+ 小寺 13:20-13:50 ◎ビラBackStyle 小寺 14:20-14:50 ◎ビラStretchC 門田 16:40-17:30 ◎ビラUpper+ 青山 18:00-18:30 ◎ビラPerBackBody 門田 19:00-19:30 ◎ビラTotalBody 青山 20:00-20:45 Boost Upper&Lower 青山 21:15-21:45 ◎ビラHipLine 門田	09:30-10:00 ◎ビラStretchC 小寺 10:30-11:20 ◎ビラWaist+ 奥田 11:50-12:40 ◎ビラH&L+ 田口 13:10-14:00 ◎ビラLower+ 西村 14:30-15:15 Boost Upper&Lower 田口 16:30-17:00 ◎ビラRefBody 田口 17:30-18:00 ◎ビラChestSR 奥田 18:30-19:20 ◎ビラB+ 小寺 19:50-20:40 ◎ビラLower+ 奥田 21:10-21:40 ◎ビラRefBody 奥田	09:20-10:10 ◎ビラH&L+ 田口 10:40-11:10 ◎ビラcore 小寺 11:40-12:30 ◎ビラLower+ 奥田 13:00-13:45 Boost Upper&Lower 田口 14:10-14:40 ◎ビラChestSR 門田 15:10-15:40 ◎ビラHipLine 小寺 16:10-16:40 ◎ビラPerBackBody 門田 17:10-17:40 ◎ビラStretchC 門田 18:10-19:00 ◎ビラUpper+ 奥田	定休日	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 青山 10:50-11:40 ◎ビラWaist+ 小寺 12:10-12:40 ◎ビラStretchC 小寺 13:10-13:55 Boost Upper&Lower 青山 14:20-15:10 ◎ビラLower+ 西村 16:40-17:10 Cardio Reform Blast 門田 17:40-18:10 ◎ビラRefBody 西村 18:40-19:30 ◎ビラH&L+ 西村 20:00-20:50 ◎ビラB+ 門田 21:20-21:50 Rin-Ballet 門田	09:30-10:00 Cardio Reform Blast 今江 10:30-11:20 ◎ビラLower+ 青山 11:50-12:40 ◎ビラA+ 今江 13:10-14:00 ◎ビラUpper+ 奥田 14:30-15:00 ◎ビラChestSR 奥田 16:30-17:00 Rin-Ballet 今江 17:30-18:15 Power Basic 奥田 19:40-20:30 ◎ビラLower+ 西村 21:00-21:50 ◎ビラUpper+ 奥田	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 西村 10:50-11:20 ◎ビラRefBody 西村 11:50-12:20 ◎ビラBackStyle 滝田 12:50-13:35 Power Basic 奥田 14:00-14:45 Boost Upper&Lower 田口 15:10-15:40 ◎ビラRefBody 田口 16:10-16:40 ◎ビラControlF 滝田 17:10-18:00 ◎ビラB&A+ 奥田 18:25-19:15 ◎ビラUpper+ 奥田 19:40-20:30 ◎ビラH&L+ 田口 21:00-21:45 Boost Upper&Lower 田口	09:30-10:00 ◎ビラcore 門田 10:30-11:00 ◎ビラStretchC 門田 11:30-12:20 ◎ビラUpper+ 奥田 12:50-13:20 ◎ビラRefCore 奥田 14:20-15:10 ◎ビラChestSR 門田 16:20-16:50 ◎ビラChestSR 門田 17:20-17:50 Cardio Reform Blast 門田 18:20-19:10 ◎ビラH&L+ 奥田 19:40-20:30 ◎ビラUpper+ 青山 21:00-21:30 Rin-Ballet 今江	09:30-10:00 Rin-Ballet 今江 10:30-11:15 Boost Upper&Lower 奥田 11:40-12:10 ◎ビラPerBackBody 門田 17:40-18:30 ◎ビラB+ 門田 19:00-19:30 ◎ビラcore 小寺 20:00-20:45 Boost Upper&Lower 青山 21:10-21:40 ◎ビラStretchC 小寺	08:00-08:30 Rin-Ballet 今江 09:00-09:50 ◎ビラA+ 今江 10:15-10:45 ◎ビラRefBody 西村 11:15-12:00 Power Basic 青山 12:30-13:20 ◎ビラLower+ 西村 13:50-14:35 Boost Upper&Lower 西村 15:00-15:30 ◎ビラControlF 小寺 16:00-16:30 ◎ビラStretchC 小寺 17:00-17:50 ◎ビラUpper+ 青山 18:20-18:50 ◎ビラTotalBody 青山	定休日	08:00-08:30 ◎ビラControlF 小寺 09:00-09:50 ◎ビラUpper+ 小寺 10:20-11:10 ◎ビラB&A+ 西村 11:40-12:25 Boost Upper&Lower 奥田 12:50-13:20 ◎ビラRefCore 青山 13:50-14:35 Power Basic 西村 15:00-15:30 ◎ビラChestSR 奥田 16:00-16:30 ◎ビラcore 小寺 17:00-17:30 ◎ビラTotalBody 青山 18:00-18:50 ◎ビラLower+ 青山	09:30-10:00 ◎ビラPerBackBody 門田 10:30-11:00 Rin-Ballet 今江 11:30-12:20 ◎ビラLower+ 西村 12:50-13:40 ◎ビラB+ 西村 16:30-17:00 ◎ビラChestSR 奥田 17:30-18:15 Boost Upper&Lower 奥田 18:40-19:30 ◎ビラUpper+ 西村 20:00-20:50 ◎ビラB+ 小寺 21:15-21:45 ◎ビラStretchC 小寺

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	Aスタジオ
			08:00-08:30 Cardio Reform Blast 今江
09:30-10:00 ◎ピラChestSR 門田	09:30-10:20 ◎ピラLower+ 小寺	09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 奥田	09:00-09:50 ◎ピラUpper+ 田口
10:30-11:20 ◎ピラLower+ 門田	10:50-11:20 ◎ピラcore 小寺	10:50-11:35 Power Basic 奥田	10:20-11:05 Boost Upper&Lower 田口
11:50-12:40 ◎ピラH&L+ 青山	11:50-12:40 ◎ピラUpper+ 青山	12:00-12:45 Boost Upper&Lower 西村	11:30-12:00 ◎ピラChestSR 奥田
13:10-13:40 Rin-Ballet 門田	13:10-13:40 ◎ピラTotalBody 青山	13:15-13:45 ◎ピラBackStyle 小寺	12:30-13:20 ◎ピラLower+ 西村
14:10-14:55 Boost Upper&Lower 青山	14:10-15:00 ◎ピラJumpM 今江	14:15-14:45 ◎ピラChestSR 奥田	13:50-14:40 ◎ピラA+ 今江
	15:30-16:00 Rin-Ballet 今江		15:10-15:40 ◎ピラRefBody 奥田
16:20-17:10 ◎ピラB+ 奥田		16:30-17:00 ◎ピラcore 小寺	16:10-17:00 ◎ピラUpper+ 田口
17:40-18:10 Rin-Ballet 今江	17:40-18:30 ◎ピラH&L+ 小寺	17:25-18:15 ◎ピラLower+ 青山	17:30-18:00 ◎ピラRefCore 奥田
18:40-19:10 Cardio Reform Blast 今江	19:00-19:45 Boost Upper&Lower 青山	18:45-19:30 Power Basic 西村	18:30-19:15 Power Basic 西村
19:40-20:30 ◎ピラB&A+ 奥田	20:15-20:45 Rin-Ballet 門田	19:55-20:45 ◎ピラH&L+ 青山	
21:00-21:50 ◎ピラLower+ 奥田	21:15-21:45 Cardio Reform Blast 今江	21:15-21:45 ◎ピラHipLine 小寺	

【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+