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

※2026年05月20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
						08:00–08:30 Rin-Ballet 高松							08:00–08:50 ◎ピラLower+ 岡村							08:00–08:50 ◎ピラJumpM 高松					
	09:00–09:50 ◎ピラLower+ 岡村	09:00–09:30 ◎ピラBackStyle 斎藤	09:00–09:50 ◎ピラB+ 岡本	09:00–09:50 ◎ピラH&L+ 山口	09:00–09:30 ◎ピラControlF 高松	08:50–09:20 Cardio Reform Blast 岸本		09:00–09:50 ◎ピラUpper+ 岡村	09:00–09:50 ◎ピラLower+ 岡村	09:00–09:30 ◎ピラcore 斎藤	09:00–09:50 ◎ピラH&L+ 斎藤	09:00–09:50 ◎ピラWaist+ 宮地	09:10–10:00 ◎ピラUpper+ 岡村		09:00–09:30 ◎ピラChestSR 斎藤	09:00–09:50 ◎ピラB&A+ 岡本	09:00–09:30 Rin-Ballet 高松	09:00–09:50 ◎ピラLower+ 中村	09:00–09:50 ◎ピラUpper+ 河合	09:10–10:00 ◎ピラB+ 高松		09:00–09:30 ◎ピラRefBody 山口	09:00–09:50 ◎ピラLower+ 山口	09:00–09:30 ◎ピラHipLine 斎藤
		09:50–10:20 ◎ピラChestSR 斎藤			09:50–10:40 ◎ピラA+ 高松	●09:40–10:30 ◎ピラUpper+ 中村				09:50–10:20 ◎ピラHipLine 斎藤					10:00–10:30 Rin-Ballet 斎藤		10:00–10:30 Cardio Reform Blast 岸本							
	10:10–11:00 ◎ピラUpper+ 岡村		10:10–10:40 ◎ピラRefCore 宮地	10:10–11:00 ◎ピラUpper+ 河合				10:10–11:00 ◎ピラLower+ 中村	10:10–11:00 ◎ピラUpper+ 中村		10:10–10:40 ◎ピラTotalBody 斎藤	10:10–10:40 ◎ピラRefCore 宮地	10:20–11:05 Strong Hip&Legs 今城					10:10–11:00 ◎ピラUpper+ 中村	10:10–11:00 ◎ピラLower+ 河合	10:20–11:10 ◎ピラLower+ 八並来奈		09:50–10:40 ◎ピラUpper+ 河合	10:10–11:00 ◎ピラB&A+ 山口	09:50–10:40 ◎ピラWaist+ 斎藤
		10:40–11:30 ◎ピラUpper+ 宮地								10:40–11:30 ◎ピラLower+ 河合					10:50–11:40 ◎ピラB&A+ 岸本		10:50–11:40 ◎ピラLower+ 岸本					11:00–11:30 ◎ピラRefCore 岡本		11:00–11:50 ◎ピラLower+ 河合
	11:30–12:00 Cardio Reform Blast 岸本		11:00–11:50 ◎ピラUpper+ 中村	11:20–11:50 ◎ピラRefBody 岡本	11:00–11:50 ◎ピラLower+ 岡村	10:50–11:40 ◎ピラLower+ 中村		11:20–11:50 ◎ピラChestSR 斎藤	11:20–12:10 ◎ピラLower+ 中村		11:00–11:50 ◎ピラUpper+ 河合	11:00–11:50 ◎ピラUpper+ 中村	11:30–12:00 ◎ピラBackStyle 岸本			11:00–11:50 ◎ピラControlF 高松	11:30–12:00 ◎ピラPerBackBody 岸本		11:30–12:20 ◎ピラUpper+ 中村			11:30–12:00 ◎ピラRefBody 岡本		
		11:50–12:40 ◎ピラH&L+ 山口				12:00–12:50 ◎ピラA+ 斎藤		12:10–12:40 Cardio Reform Blast 斎藤	12:30–13:00 ◎ピラcore 高松	11:50–12:40 ◎ピラUpper+ 岡村	12:20–12:50 ◎ピラPerBackBody 高松				12:00–12:50 ◎ピラLower+ 中村		12:10–13:00 ◎ピラJumpM 高松	12:10–13:00 ◎ピラB+ 岡本				11:50–12:40 ◎ピラLower+ 八並来奈		
	12:20–13:10 ◎ピラH&L+ 斎藤		12:10–13:00 ◎ピラLower+ 中村	12:20–13:10 ◎ピラB&A+ 山口	12:10–13:00 ◎ピラB&A+ 山口							12:10–13:00 ◎ピラLower+ 中村	12:20–13:10 ◎ピラWaist+ 宮地			12:20–13:10 ◎ピラLower+ 河合			12:30–13:20 ◎ピラUpper+ 岡村	12:40–13:10 Rin-Ballet 斎藤		12:20–13:10 ◎ピラWaist+ 岡本	12:20–13:10 ◎ピラUpper+ 河合
		13:10–13:40 Rin-Ballet 高松				13:10–13:40 ◎ピラStretchC 高松		13:10–14:00 ◎ピラLower+ 岡村			13:20–14:10 ◎ピラLower+ 岡村	13:30–14:00 Cardio Reform Blast 斎藤	13:30–14:15 Power Basic 宮地		13:10–14:00 ◎ピラLower+ 岡村			13:20–13:50 ◎ピラRefBody 岡本					
	13:30–14:20 ◎ピラB+ 宮地			13:40–14:30 ◎ピラUpper+ 河合		14:00–14:50 ◎ピラLower+ 山口										13:40–14:10 ◎ピラStretchC 斎藤			13:40–14:10 ◎ピラStretchC 斎藤	13:40–14:10 ◎ピラStretchC 高松		13:40–14:30 ◎ピラUpper+ 岡村		13:40–14:10 ◎ピラControlF 高松
		14:20–15:10 ◎ピラB+ 宮地													14:20–15:10 ◎ピラB+ 宮地									
	14:50–15:40 ◎ピラA+ 斎藤			15:00–15:30 ◎ピラRefBody 山口		15:10–16:00 ◎ピラUpper+ 山口		15:10–16:00 ◎ピラLower+ 中村			14:40–15:30 ◎ピラA+ 斎藤	14:30–15:20 ◎ピラUpper+ 中村	14:40–15:10 ◎ピラChestSR 岸本			14:40–15:30 ◎ピラA+ 斎藤		14:30–15:20 ◎ピラWaist+ 斎藤	14:30–15:20 ◎ピラLower+ 岡村			15:00–15:30 Rin-Ballet 高松	14:40–15:30 ◎ピラH&L+ 高松
		15:40–16:30 ◎ピラLower+ 河合									15:50–16:40 ◎ピラLower+ 河合		15:40–16:30 ◎ピラUpper+ 河合		15:40–16:10 Cardio Reform Blast 岸本			15:40–16:10 ◎ピラBackStyle 高松	15:50–16:20 Cardio Reform Blast 岸本	15:40–16:30 ◎ピラUpper+ 中村		16:00–16:50 ◎ピラB&A+ 山口	16:00–16:50 ◎ピラLower+ 河合
	16:10–17:00 ◎ピラUpper+ 中村			16:00–16:50 ◎ピラB+ 岡本		16:20–16:50 Rin-Ballet 斎藤		16:20–17:10 ◎ピラUpper+ 河合				16:10–17:00 ◎ピラB+ 宮地	16:50–17:20 ◎ピラRefCore 今城		16:00–16:50 ◎ピラLower+ 岡村		16:40–17:10 ◎ピラRefCore 岡本	16:30–17:20 ◎ピラUpper+ 岡村		16:50–17:40 ◎ピラLower+ 中村			
		17:00–17:50 ◎ピラWaist+ 宮地		17:20–17:50 ◎ピラRefCore 宮地	16:40–17:30 ◎ピラUpper+ 岡村			17:30–18:00 ◎ピラRefCore 宮地	17:30–18:20 ◎ピラA+ 高松	17:30–18:20 ◎ピラUpper+ 河合	17:00–17:30 ◎ピラControlF 斎藤				16:40–17:10 Rin-Ballet 高松				16:40–17:30 ◎ピラLower+ 中村			17:10–18:00 ◎ピラLower+ 岡村	17:10–18:00 ◎ピラWaist+ 岡本
	17:30–18:20 ◎ピラLower+ 中村		17:50–18:40 ◎ピラWaist+ 宮地		17:50–18:40 ◎ピラLower+ 河合						17:50–18:40 ◎ピラUpper+ 岡村	17:30–18:20 ◎ピラUpper+ 河合	17:40–18:30 ◎ピラLower+ 河合		17:30–18:20 ◎ピラH&L+ 高松		17:30–18:20 ◎ピラLower+ 河合	17:40–18:30 ◎ピラH&L+ 岡本	17:50–18:40 ◎ピラUpper+ 岡村		18:00–18:30 ◎ピラStretchC 斎藤		17:40–18:30 ◎ピラUpper+ 岡村	
	18:40–19:10 ◎ピラRefCore 宮地	18:20–19:10 ◎ピラUpper+ 河合		18:20–19:10 ◎ピラLower+ 中村				18:20–19:10 ◎ピラUpper+ 河合	18:40–19:10 ◎ピラStretchC 高松	18:40–19:30 ◎ピラLower+ 岡村		18:40–19:30 ◎ピラLower+ 河合			18:40–19:30 ◎ピラUpper+ 岡村	18:20–18:50 ◎ピラControlF 斎藤	18:40–19:30 ◎ピラUpper+ 河合	18:50–19:20 ◎ピラChestSR 斎藤				18:20–19:10 ◎ピラA+ 高松	18:20–19:10 ◎ピラUpper+ 岡本
			19:00–19:30 ◎ピラRefCore 宮地		19:00–19:30 ◎ピラPerBackBody 斎藤						19:00–19:50 ◎ピラLower+ 岡村								19:00–19:30 ◎ピラcore 斎藤				18:50–19:40 ◎ピラLower+ 八並来奈	
	19:30–20:20 ◎ピラWaist+ 宮地	19:40–20:30 ◎ピラLower+ 河合	19:50–20:20 ◎ピラStretchC 斎藤	19:30–20:20 ◎ピラUpper+ 中村	19:50–20:20 ◎ピラChestSR 斎藤			19:30–20:20 ◎ピラLower+ 河合	19:30–20:20 ◎ピラWaist+ 宮地	19:50–20:20 ◎ピラRefCore 宮地	20:10–20:40 ◎ピラStretchC 高松	19:50–20:20 ◎ピラChestSR 斎藤			19:50–20:40 ◎ピラLower+ 岡村	19:20–20:10 ◎ピラLower+ 中村	19:50–20:20 ◎ピラRefBody 岡本	19:40–20:30 ◎ピラLower+ 岡村	19:50–20:20 Rin-Ballet 斎藤			19:30–20:20 ◎ピラUpper+ 中村	19:30–20:20 ◎ピラB&A+ 高松
																						20:00–20:30 ◎ピラTotalBody 斎藤		
	20:40–21:30 ◎ピラLower+ 河合	21:00–21:30 ◎ピラStretchC 高松	20:40–21:30 ◎ピラA+ 斎藤	20:40–21:30 ◎ピラB+ 宮地	20:40–21:30 ◎ピラUpper+ 河合			20:40–21:30 ◎ピラWaist+ 宮地	20:40–21:30 ◎ピラLower+ 宮地	20:40–21:30 ◎ピラB+ 宮地	21:00–21:30 ◎ピラHipLine 高松	20:40–21:30 ◎ピラB&A+ 斎藤			21:00–21:30 ◎ピラPerBackBody 高松	20:40–21:30 ◎ピラUpper+ 中村	20:40–21:30 ◎ピラWaist+ 岡本	20:50–21:40 ◎ピラLower+ 岡村	20:40–21:30 ◎ピラLower+ 中村			21:00–21:30 Rin-Ballet 斎藤	20:40–21:30 ◎ピラB+ 高松	20:40–21:30 ◎ピラA+ 高松

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
臨時休業	09:00-09:50 ◎ピラUpper+ 中村 10:10-11:00 ◎ピラLower+ 中村 11:20-11:50 ◎ピラRefCore 岡本 12:10-13:00 ◎ピラLower+ 河合 13:20-14:10 ◎ピラWaist+ 岡本 14:30-15:00 ◎ピラTotalBody 高松 15:20-16:10 ◎ピラUpper+ 河合 16:40-17:10 ◎ピラBackStyle 高松 17:30-18:20 ◎ピラLower+ 岡村 18:40-19:30 ◎ピラUpper+ 岡村 19:50-20:40 ◎ピラH&L+ 山口 21:00-21:30 ◎ピラRefBody 山口	08:00-08:50 ◎ピラWaist+ 岡本 09:10-10:00 ◎ピラLower+ 岡本 10:20-10:50 ◎ピラControlF 斎藤 11:10-11:40 ◎ピラPerBackBody 斎藤 12:00-12:50 ◎ピラLower+ 山口 13:10-13:40 ◎ピラChestSR 岸本 14:00-14:50 ◎ピラJumpM 高松 15:10-15:40 ◎ピラStretchC 高松 16:00-16:50 ◎ピラH&L+ 山口	定休日	09:00-09:30 ◎ピラControlF 斎藤 09:50-10:40 ◎ピラUpper+ 中村 11:00-11:30 ◎ピラcore 斎藤 11:50-12:40 ◎ピラLower+ 岡村 17:00-17:30 ◎ピラRefBody 岡本 17:50-18:40 ◎ピラLower+ 河合 19:00-19:50 ◎ピラUpper+ 河合 20:10-20:40 ◎ピラStretchC 高松 21:00-21:30 ◎ピラPerBackBody 高松	09:00-09:50 ◎ピラLower+ 中村 10:10-11:00 ◎ピラUpper+ 中村 11:20-12:10 ◎ピラH&L+ 山口 12:40-13:10 ◎ピラRefBody 山口 13:40-14:30 ◎ピラLower+ 八並来奈 15:00-15:50 ◎ピラB&A+ 山口 16:20-16:50 ◎ピラPerBackBody 高松 17:10-18:00 ◎ピラUpper+ 岡村 18:20-19:10 ◎ピラJumpM 高松 19:30-20:00 ◎ピラTotalBody 高松 20:30-21:20 ◎ピラLower+ 河合

【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	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
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+