2026年12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11月23日02:07 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(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	6日(日)	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	13日(日)	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)	20日(日)	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)
	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 ◎ビラRefCore 河合							08:00–08:30 ◎ビラBackStyle 河合							08:00–08:30 SP 河合					
	09:00–09:30 ◎ビラRefCore 河合	09:00–09:50 ◎ビラH&L+ 北迫	09:00–09:50 ◎ビラUpper+ 山口	09:00–09:50 ◎ビラB+ 山口	08:50–09:40 ◎ビラUpper+ 河合		09:00–09:30 ◎ビラTotalBody 岡本	09:00–09:30 ◎ビラChestSR 北迫	09:00–09:30 SP 山口	09:00–09:50 ◎ビラUpper+ 山口	09:00–09:50 ◎ビラH&L+ 河合	08:50–09:40 ◎ビラLower+ 河合		09:00–09:30 ◎ビラRefBody 勝目	09:00–09:50 ◎ビラUpper+ 勝目	09:00–09:30 ◎ビラTotalBody 岡本	09:00–09:50 ◎ビラA+ 矢倉	09:00–09:50 ◎ビラB+ 岡本	08:50–09:40 ◎ビラLower+ 河合		08:00–08:30 ◎ビラChestSR 北迫	09:00–09:30 SP 河合	09:00–09:50 ◎ビラLower+ 河合	
	10:00–10:50 ◎ビラLower+ 河合	10:20–10:50 Rin-Ballet 北迫	10:10–10:40 SP 山口	10:20–11:10 ◎ビラWaist+ 山口	10:00–10:30 ◎ビラStretchC 矢倉		10:00–10:30 ◎ビラHipLine 岡本	10:00–10:50 ◎ビラUpper+ 勝目	09:50–10:40 ◎ビラWaist+ 山口	10:20–10:50 SP 山口	10:20–10:50 ◎ビラRefCore 河合	10:00–10:30 SP 矢倉		09:50–10:20 SP 山口	10:20–10:50 ◎ビラControlF 勝目	10:00–10:30 ◎ビラHipLine 岡本	10:10–10:40 SP 河合	10:20–10:50 ◎ビラcore 岡本	10:00–10:50 ◎ビラJumpM 北迫		09:50–10:40 ◎ビラLower+ 北迫	09:50–10:40 ◎ビラUpper+ 河合	10:10–10:40 ◎ビラBackStyle 河合	
	11:20–11:50 SP 山口	11:20–12:10 ◎ビラB+ 河合	11:10–11:40 ◎ビラControlF 北迫	11:40–12:10 ◎ビラControlF 矢倉	10:50–11:20 SP 矢倉		11:00–11:50 ◎ビラB+ 北迫	11:10–11:40 SP 北迫	11:00–11:30 ◎ビラChestSR 北迫	11:20–11:50 ◎ビラStretchC 矢倉	11:20–12:10 ◎ビラA+ 矢倉	10:50–11:20 ◎ビラStretchC 矢倉		10:40–11:30 ◎ビラB+ 山口	11:20–12:10 ◎ビラH&L+ 山口	11:00–11:50 ◎ビラUpper+ 山口	11:20–12:10 ◎ビラB+ 河合	11:20–11:50 ◎ビラRefBody 勝目	11:10–11:40 ◎ビラChestSR 岸本		11:00–11:30 ◎ビラStretchC 矢倉	11:00–11:50 ◎ビラJumpM 北迫	11:00–11:30 SP 北迫	
	12:20–13:10 ◎ビラUpper+ 山口	12:30–13:00 ◎ビラBackStyle 河合	12:00–12:45 Power Basic 北迫	12:30–13:20 ◎ビラB&A+ 矢倉	11:40–12:30 ◎ビラJumpM 北迫		12:10–13:00 ◎ビラJumpM 北迫	12:10–12:40 Rin-Ballet 北迫	11:50–12:35 Ex45ビラCardio 岸本	12:20–12:50 ◎ビラPerBackBody 矢倉	12:30–13:00 SP 河合	11:40–12:30 ◎ビラJumpM 北迫		11:50–12:20 ◎ビラcore 北迫	12:40–13:10 ◎ビラRefCore 山口	12:20–12:50 SP 勝目	12:40–13:10 ◎ビラChestSR 矢倉	12:20–13:05 Ex45ビラChestSR 矢倉	12:00–12:30 ◎ビラControlF 勝目		11:50–12:40 ◎ビラB&A+ 矢倉	12:10–12:40 SP 矢倉	11:50–12:35 Boost Upper&Lower 北迫	
	13:30–14:20 ◎ビラA+ 矢倉	13:20–13:50 SP 矢倉	13:10–13:40 ◎ビラTotalBody 岡本	13:40–14:30 ◎ビラLower+ 岡本	12:50–13:40 ◎ビラB+ 山口		13:20–14:10 ◎ビラH&L+ 勝目	13:10–13:40 ◎ビラcore 岡本	13:00–13:30 ◎ビラHipLine 岸本	13:20–14:10 ◎ビラB+ 勝目	13:20–14:10 ◎ビラWaist+ 井上	12:50–13:20 ◎ビラControlF 北迫		13:40–14:10 SP 勝目	13:20–14:10 ◎ビラLower+ 井上	12:50–13:20 ◎ビラControlF 北迫	13:30–14:00 ◎ビラBackStyle 北迫	13:30–14:00 SP 矢倉	12:50–13:40 ◎ビラB+ 勝目		13:00–13:45 Power Basic 岡本		13:00–13:30 ◎ビラHipLine 岡本	
	14:40–15:10 SP 河合	14:10–15:00 ◎ビラJumpM 北迫	14:10–15:00 ◎ビラB&A+ 勝目	14:00–14:30 ◎ビラBackStyle 河合	13:40–14:30 ◎ビラB+ 河合		14:30–15:00 SP 勝目	14:10–15:00 ◎ビラUpper+ 勝目	13:40–14:30 SP 河合	14:30–15:20 ◎ビラH&L+ 勝目	14:30–15:20 ◎ビラLower+ 井上	13:40–14:30 ◎ビラB+ 河合		14:40–15:30 ◎ビラA+ 北迫	14:40–15:30 ◎ビラB+ 井上	13:40–14:30 SP 河合	14:30–15:00 Rin-Ballet 北迫	14:20–14:50 ◎ビラHipLine 岡本	14:00–14:30 ◎ビラBackStyle 河合		14:10–15:00 ◎ビラH&L+ 矢倉		13:30–14:20 SP 矢倉	
	15:30–16:00 ◎ビラRefBody 勝目	15:20–16:10 ◎ビラUpper+ 勝目	15:30–16:00 ◎ビラcore 岡本	15:00–15:30 Rin-Ballet 斎藤	14:50–15:40 ◎ビラLower+ 山口		15:20–15:50 ◎ビラTotalBody 岡本	15:20–15:50 SP 勝目	14:50–15:40 ◎ビラB&A+ 勝目	15:40–16:10 ◎ビラBackStyle 北迫	15:40–16:10 SP 山口	14:50–15:40 ◎ビラB&A+ 勝目		15:30–16:20 ◎ビラB&A+ 矢倉	15:50–16:20 ◎ビラcore 岡本	14:50–15:40 ◎ビラcore 北迫	15:15–16:00 Ex45ビラChestSR 矢倉	15:40–16:30 ◎ビラUpper+ 岡本	14:50–15:20 ◎ビラcore 北迫		15:10–16:00 ◎ビラH&L+ 矢倉		14:50–15:20 ◎ビラcore 北迫	
	16:20–17:10 ◎ビラB+ 山口	16:30–17:00 ◎ビラStretchC 矢倉	16:30–17:00 SP 岡本	16:00–16:30 SP 勝目	16:00–16:30 ◎ビラTotalBody 岡本		16:20–16:50 ◎ビラBackStyle 北迫	16:20–17:10 ◎ビラB&A+ 矢倉	16:00–16:30 Rin-Ballet 斎藤	16:30–17:20 ◎ビラA+ 北迫	16:30–17:20 ◎ビラB&A+ 矢倉	16:00–16:30 ◎ビラControlF 勝目		16:30–17:00 Rin-Ballet 斎藤	16:50–17:20 ◎ビラStretchC 北迫	16:00–16:30 ◎ビラControlF 勝目	16:30–17:00 SP 勝目	16:50–17:20 SP 河合	16:30–17:00 SP 勝目		16:20–16:50 ◎ビラTotalBody 北迫		15:40–16:30 ◎ビラUpper+ 岡本	
	17:40–18:10 ◎ビラStretchC 矢倉	17:30–18:20 ◎ビラWaist+ 河合	17:20–18:10 ◎ビラH&L+ 河合	16:50–17:40 ◎ビラB&A+ 勝目	16:50–17:20 SP 岡本		17:20–18:10 ◎ビラB+ 山口	16:50–17:40 ◎ビラH&L+ 山口	16:50–17:40 ◎ビラLower+ 北迫	17:40–18:10 SP 勝目	17:40–18:10 ◎ビラRefBody 山口	16:50–17:40 ◎ビラH&L+ 山口		17:20–18:10 ◎ビラLower+ 北迫	17:50–18:35 Strong Hip&Legs 勝目	16:50–17:20 SP 河合	17:30–18:20 ◎ビラUpper+ 山口	16:50–17:20 SP 岡本	17:40–18:30 ◎ビラB&A+ 勝目		17:20–17:50 SP 岡本		16:50–17:20 SP 岡本	
	18:40–19:10 ◎ビラPerBackBody 矢倉	18:40–19:10 SP 勝目	18:40–19:30 ◎ビラB+ 坂口	17:40–18:25 Strong Hip&Legs 北迫	17:30–18:20 ◎ビラHipLine 岡本		18:40–19:30 ◎ビラWaist+ 山口	18:40–19:30 ◎ビラLower+ 岡本	17:40–18:10 SP 岡本	18:00–18:30 ◎ビラBackStyle 北迫	18:40–19:30 ◎ビラH&L+ 山口	17:40–18:10 SP 山口		17:50–18:35 Ex45ビラCardio 岸本	18:30–19:20 ◎ビラJumpM 北迫	17:50–18:35 Strong Hip&Legs 勝目	18:40–19:10 ◎ビラControlF 勝目	17:50–18:20 ◎ビラcore 北迫	17:40–18:30 ◎ビラB&A+ 勝目		17:50–18:35 Boost Upper&Lower 山口		17:50–18:20 SP 山口	
	19:40–20:30 ◎ビラLower+ 勝目	19:40–20:30 ◎ビラB&A+ 矢倉	19:50–20:40 ◎ビラWaist+ 坂口	18:50–19:40 ◎ビラUpper+ 岡本	18:00–18:30 SP 山口		18:40–19:30 ◎ビラB+ 岡本	18:40–19:30 ◎ビラLower+ 岡本	19:00–19:30 Rin-Ballet 斎藤	18:40–19:30 ◎ビラB+ 坂口	18:40–19:30 ◎ビラH&L+ 山口	18:40–19:30 ◎ビラWaist+ 山口		19:00–19:30 SP 勝目	18:40–19:30 ◎ビラLower+ 坂口	18:40–19:30 ◎ビラUpper+ 坂口	18:40–19:10 ◎ビラControlF 勝目	18:40–19:30 ◎ビラUpper+ 勝目	18:40–19:30 ◎ビラUpper+ 勝目		18:20–19:10 ◎ビラLower+ 岡本	19:00–19:30 SP 勝目	18:40–19:30 ◎ビラUpper+ 勝目	
	21:00–21:30 ◎ビラControlF 勝目	21:00–21:30 ◎ビラChestSR 矢倉	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 坂口	21:00–21:45 Ex45ビラRefCore 斎藤	20:10–20:40 Rin-Ballet 斎藤		21:00–21:50 ◎ビラB&A+ 河合	21:00–21:30 ◎ビラPerBackBody 矢倉	20:00–20:30 SP 河合	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 坂口	21:00–21:30 SP 勝目	20:00–20:30 ◎ビラControlF 勝目		20:10–20:40 SP 河合	21:00–21:30 Rin-Ballet 斎藤	20:00–20:30 ◎ビラRefCore 山口	19:50–20:40 ◎ビラWaist+ 坂口	19:40–20:30 ◎ビラLower+ 山口	19:50–20:40 ◎ビラH&L+ 勝目		19:40–20:30 ◎ビラWaist+ 勝目	19:50–20:35 Power Basic 勝目	19:50–20:40 ◎ビラH&L+ 勝目	
														21:00–21:30 ◎ビラPerBackBody 矢倉	19:45–20:30 Ex45ビラRefBody 斎藤	21:00–21:50 ◎ビラJumpM 北迫	21:00–21:50 ◎ビラB+ 坂口	21:00–21:30 SP 山口			21:00–21:30 SP 勝目	21:00–21:30 ◎ビラTotalBody 岡本	21:00–21:30 ◎ビラPerBackBody 矢倉	

25日(金)	26日(土)	27日(日)	28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)
Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	-	-	-	-

◎ … 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）



【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+