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

※2026年02月24日02:03 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	09:00-09:50 ◎ビラLower+ 難波	09:00-09:30 ◎ビラStretchC 今井	09:00-09:50 ◎ビラJumpM 難波	09:00-09:50 ◎ビラLower+ 大野	09:00-09:50 ◎ビラUpper+ 大野	08:30-09:20 ◎ビラWaist+ 今井	定休日	09:00-09:45 Power Basic 今井	09:00-09:50 ◎ビラUpper+ 今井	08:30-09:20 ◎ビラB&A+ 難波	09:00-09:30 ◎ビラStretchC 加藤	09:00-09:50 ◎ビラLower+ 大野	08:30-09:20 ◎ビラLower+ 今井	定休日	09:00-09:50 ◎ビラJumpM 難波	09:00-09:45 Boost Upper&Lower 難波	09:00-09:50 ◎ビラLower+ 大野	09:00-09:30 ◎ビラChestSR 山岸	09:00-09:50 ◎ビラH&L+ 山岸	08:30-09:20 ◎ビラJumpM 難波	定休日	08:30-09:20 ◎ビラA+ 山田	09:00-09:45 Power Basic 山岸
		10:20-11:10 ◎ビラUpper+ 難波	10:00-10:45 Boost Upper&Lower 今井	10:20-10:50 ◎ビラChestSR 難波	10:20-11:10 ◎ビラUpper+ 大野	10:20-11:10 ◎ビラLower+ 大野	09:50-10:35 Boost Upper&Lower 今井		10:20-10:50 ◎ビラRefBody 今井	10:20-11:10 ◎ビラWaist+ 今井	09:50-10:35 Power Basic 難波	10:00-10:50 ◎ビラA+ 加藤	10:20-11:10 ◎ビラUpper+ 大野	09:50-10:20 ◎ビラStretchC 今井		10:20-10:50 ◎ビラChestSR 難波	10:15-11:05 ◎ビラB&A+ 難波	10:20-11:10 ◎ビラUpper+ 大野	10:00-10:50 ◎ビラH&L+ 山岸	10:20-10:50 ◎ビラHipLine 山岸	09:50-10:20 ◎ビラTotalBody 難波		09:50-10:35 Boost Upper&Lower 奥田	10:15-10:45 ◎ビラPerBackBody 山岸
		11:40-12:25 Power Basic 今井	11:15-12:05 ◎ビラUpper+ 今井	11:20-12:10 ◎ビラLower+ 大野	11:40-12:10 ◎ビラRefBody 難波	11:40-12:30 ◎ビラUpper+ 大野	11:05-11:55 ◎ビラLower+ 大野		11:20-12:10 ◎ビラLower+ 山岸	11:40-12:25 Boost Upper&Lower 難波	11:05-11:50 Boost Upper&Lower 山岸	11:20-12:05 Boost Upper&Lower 山岸	11:40-12:10 ◎ビラPerBackBody 山岸	10:50-11:35 Power Basic 山岸		11:20-11:50 ◎ビラControlF 難波	11:35-12:20 Power Basic 難波	11:40-12:25 Boost Upper&Lower 難波	11:20-12:05 Boost Upper&Lower 山岸	11:20-12:10 ◎ビラUpper+ 今井	10:50-11:40 ◎ビラUpper+ 今井		11:05-11:35 Rin-Ballet 加藤	11:15-12:00 Boost Upper&Lower 今井
		12:55-13:25 ◎ビラHipLine 今井			12:40-13:25 Power Basic 山岸	13:00-13:30 Cardio Reform Blast 加藤	12:25-13:15 ◎ビラUpper+ 大野		12:40-13:10 ◎ビラHipLine 山岸	12:55-13:45 ◎ビラB&A+ 難波	12:20-12:50 ◎ビラHipLine 今井	12:35-13:25 ◎ビラUpper+ 山岸	12:40-13:10 ◎ビラTotalBody 山岸	12:05-12:35 ◎ビラPerBackBody 山岸		12:20-13:10 ◎ビラUpper+ 今井	12:50-13:20 Cardio Reform Blast 加藤	12:55-13:25 Rin-Ballet 加藤	12:35-13:25 ◎ビラUpper+ 大野	12:40-13:10 ◎ビラRefCore 今井	12:10-12:40 ◎ビラStretchC 今井		12:05-12:55 ◎ビラUpper+ 山田	
					13:55-14:25 ◎ビラTotalBody 山岸	14:00-14:30 ◎ビラChestSR 難波	13:45-14:15 ◎ビラStretchC 難波		13:40-14:10 ◎ビラRefCore 今井		13:20-14:10 ◎ビラLower+ 大野		13:40-14:30 ◎ビラH&L+ 山岸	13:05-13:55 ◎ビラJumpM 難波		13:40-14:10 ◎ビラStretchC 今井		13:55-14:40 Power Basic 難波		13:40-14:25 Power Basic 山岸	13:10-14:00 ◎ビラB&A+ 難波		13:25-14:15 ◎ビラJumpM 奥田	
							14:45-15:15 ◎ビラRefCore 難波				14:40-15:30 ◎ビラUpper+ 大野			14:25-14:55 ◎ビラTotalBody 難波							14:30-15:20 ◎ビラLower+ 難波		14:45-15:15 ◎ビラPerBackBody 加藤	
							15:45-16:35 ◎ビラLower+ 大野				16:00-16:30 ◎ビラTotalBody 山岸			15:25-16:10 Boost Upper&Lower 難波							15:50-16:35 Power Basic 今井		15:45-16:30 Power Basic 奥田	
					16:50-17:40 ◎ビラLower+ 大野		17:05-17:50 Power Basic 難波			16:50-17:20 ◎ビラHipLine 今井	17:00-17:30 ◎ビラRefBody 今井		16:35-17:25 ◎ビラUpper+ 大野	16:40-17:30 ◎ビラLower+ 山岸			16:50-17:20 ◎ビラHipLine 山岸		16:35-17:25 ◎ビラUpper+ 大野			17:05-17:50 Boost Upper&Lower 今井		17:00-17:30 Cardio Reform Blast 山田	
						17:40-18:30 ◎ビラLower+ 難波			17:30-18:20 ◎ビラLower+ 大野	17:50-18:20 ◎ビラStretchC 今井	18:00-18:50 ◎ビラUpper+ 大野	17:35-18:25 ◎ビラUpper+ 今井	17:55-18:25 ◎ビラControlF 加藤	18:00-18:30 ◎ビラRefCore 難波		17:30-18:20 ◎ビラLower+ 山岸	17:50-18:20 ◎ビラPerBackBody 山岸	17:50-18:40 ◎ビラUpper+ 今井	17:55-18:25 ◎ビラChestSR 難波	17:15-18:05 ◎ビラH&L+ 山岸			
		18:35-19:25 ◎ビラLower+ 難波	17:50-18:40 ◎ビラUpper+ 山岸		18:10-18:40 ◎ビラcore 難波		18:20-19:10 ◎ビラJumpM 難波													18:35-19:25 ◎ビラUpper+ 大野				
			19:10-19:40 ◎ビラTotalBody 山岸	18:55-19:40 Boost Upper&Lower 山岸	19:10-20:00 ◎ビラJumpM 難波	19:00-19:30 ◎ビラControlF 難波			18:50-19:20 Cardio Reform Blast 加藤	18:50-19:20 ◎ビラBackStyle 山田		18:55-19:40 Power Basic 今井	18:55-19:25 ◎ビラcore 難波			18:50-19:20 ◎ビラPerBackBody 山岸	18:50-19:40 ◎ビラUpper+ 山岸	19:10-19:40 ◎ビラHipLine 山岸	18:55-19:25 ◎ビラcore 加藤					18:50-19:40 ◎ビラUpper+ 大野
		19:55-20:45 ◎ビラH&L+ 難波	20:10-20:40 ◎ビラPerBackBody 山岸	20:10-21:00 ◎ビラLower+ 今井	20:30-21:00 ◎ビラTotalBody 山岸	20:00-20:45 Boost Upper&Lower 山岸			19:50-20:40 ◎ビラUpper+ 大野	19:50-20:40 ◎ビラLower+ 大野		20:10-21:00 ◎ビラJumpM 難波	19:55-20:45 ◎ビラLower+ 難波			19:50-20:40 ◎ビラUpper+ 今井	20:10-21:00 ◎ビラWaist+ 今井	20:10-20:40 ◎ビラStretchC 今井	19:55-20:45 ◎ビラB&A+ 難波	19:55-20:45 ◎ビラLower+ 大野				20:10-21:00 ◎ビラLower+ 大野
		21:15-22:00 Boost Upper&Lower 山岸	21:10-22:00 ◎ビラLower+ 山岸	21:30-22:00 ◎ビラStretchC 今井	21:30-22:00 ◎ビラHipLine 山岸	21:15-22:00 Power Basic 山岸			21:10-22:00 ◎ビラLower+ 大野	21:10-22:00 ◎ビラUpper+ 大野		21:30-22:00 ◎ビラTotalBody 難波	21:15-22:00 Boost Upper&Lower 難波			21:10-22:00 ◎ビラLower+ 今井	21:30-22:00 ◎ビラStretchC 今井	21:10-21:55 Power Basic 今井	21:15-22:00 Boost Upper&Lower 難波	21:15-22:05 ◎ビラUpper+ 大野				21:30-22:00 ◎ビラcore 難波

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
			08:30-09:00 ◎ピラTotalBody 山岸
09:00-09:50 ◎ピラWaist+ 今井	09:00-09:30 ◎ピラBackStyle 加藤	09:00-09:50 ◎ピラLower+ 大野	09:30-10:00 ◎ピラHipLine 山岸
10:20-10:50 ◎ピラStretchC 今井	10:00-10:45 Boost Upper&Lower 山岸	10:20-11:10 ◎ピラUpper+ 大野	10:30-11:15 Boost Upper&Lower 山岸
11:20-12:10 ◎ピラUpper+ 山岸	11:15-11:45 ◎ピラPerBackBody 山岸	11:40-12:30 ◎ピラLower+ 大野	11:45-12:35 ◎ピラLower+ 難波
12:40-13:25 Power Basic 山岸	12:15-13:05 ◎ピラUpper+ 山岸	13:00-13:30 Rin-Ballet 加藤	13:05-13:55 ◎ピラJumpM 難波
	13:35-14:05 ◎ピラStretchC 今井	14:00-14:45 Boost Upper&Lower 今井	14:25-15:15 ◎ピラUpper+ 今井
16:15-16:45 ◎ピラRefBody 難波			15:45-16:30 Power Basic 難波
17:15-18:05 ◎ピラUpper+ 大野	17:30-18:20 ◎ピラB+ 今井	17:30-18:20 ◎ピラUpper+ 大野	17:00-17:30 ◎ピラStretchC 今井
18:35-19:25 ◎ピラLower+ 大野	18:50-19:20 ◎ピラHipLine 今井	18:50-19:40 ◎ピラH&L+ 今井	
19:55-20:45 ◎ピラJumpM 難波	19:50-20:40 ◎ピラUpper+ 今井	20:10-21:00 ◎ピラB&A+ 今井	
21:15-22:00 Boost Upper&Lower 難波	21:10-22:00 ◎ピラLower+ 山岸	21:30-22:00 ◎ピラStretchC 今井	

【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：18:30-19:30 レッスン名 インストラクター名 10分

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+