

2025年8月レッスンスケジュール Rintosull 那覇新都心店(全スタジオ:女性専用)

※2025年07月29日02:10 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(金)		2日(土)		3日(日)	4日(月)		5日(火)		6日(水)		7日(木)		8日(金)		9日(土)		10日(日)	11日(月)		12日(火)		13日(水)		
	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	-	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	-	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	
					定休日													定休日							
					定休日													定休日							
					定休日													定休日							
					定休日													定休日							
					定休日													定休日							
					定休日													定休日							
					定休日													定休日							
					定休日													定休日							
					定休日													定休日							
																</									

14日(木)		15日(金)	16日(土)	17日(日)	18日(月)		19日(火)		20日(水)		21日(木)		22日(金)		23日(土)		24日(日)	25日(月)		26日(火)		27日(水)				
Aスタジオ	Sスタジオ	-	-	-	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	-	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ			
		臨時休業	臨時休業	定休日													定休日									

[illegible]

【マシンピラティス】

強度	レッスン名		時間
2.5	◎ﾋﾞﾗLower+	Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗUpper+	Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗB+	Basic+	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗTotalBody	Total Body	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗRefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗChestSR	Chest Spine Release	30分
3	◎ﾋﾞﾗH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞﾗBackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎ﾋﾞﾗHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ﾋﾞﾗRefCore	Refresh Core	30分
3	◎ﾋﾞﾗPerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	SP	RintosulIMIX Summer2025	30分
3.5	◎ﾋﾞﾗWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗJumpM	Jump Movement+	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗCore	Shape up Core	30分
3.5	◎ﾋﾞﾗControlF	Control Flow	30分
4	◎ﾋﾞﾗA+	Advance+	50分

【SP:特別レッスン】

👑=トップインストラクター

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(金) 09:00-09:45	1	見学会(2.45)	岸本紗也加
1(金) 11:20-12:05	1	見学会(2.45)	清島美鈴
1(金) 14:10-14:55	1	見学会(2.45)	金城睦南
1(金) 17:50-18:35	1	見学会(2.45)	喜舎場華予
2(土) 08:30-09:15	1	見学会(2.45)	岸本紗也加
2(土) 10:30-11:15	1	見学会(2.45)	仲地美夕
2(土) 12:30-13:15	1	見学会(2.45)	山城七緒
2(土) 16:50-17:35	1	見学会(2.45)	神里まき
4(月) 10:10-10:55	1	見学会(2.45)	山城七緒
4(月) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	池山るい
4(月) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	清島美鈴
4(月) 19:20-20:05	1	見学会(2.45)	仲地美夕
5(火) 10:10-10:55	1	見学会(2.45)	山城七緒
5(火) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	金城綾音
5(火) 16:10-16:55	1	見学会(2.45)	金城睦南
5(火) 18:10-18:55	1	見学会(2.45)	池山るい
6(水) 11:20-12:05	1	見学会(2.45)	神里まき
6(水) 14:10-14:55	1	見学会(2.45)	山城七緒
6(水) 16:10-16:55	1	見学会(2.45)	仲地美夕
6(水) 18:10-18:55	1	見学会(2.45)	金城綾音
7(木) 09:50-10:35	1	見学会(2.45)	喜舎場華予
7(木) 12:10-12:55	1	見学会(2.45)	神里まき
7(木) 17:20-18:05	1	見学会(2.45)	山城七緒
7(木) 19:50-20:35	1	見学会(2.45)	清島美鈴
8(金) 09:00-09:45	1	見学会(2.45)	池山るい
8(金) 11:00-11:45	1	見学会(2.45)	仲地美夕
8(金) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	清島美鈴
8(金) 15:00-15:45	1	見学会(2.45)	岸本紗也加
8(金) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	金城睦南
8(金) 19:00-19:45	1	見学会(2.45)	喜舎場華予
9(土) 08:30-09:15	1	見学会(2.45)	金城綾音
9(土) 10:50-11:35	1	見学会(2.45)	仲地美夕
9(土) 12:50-13:35	1	見学会(2.45)	山城七緒
9(土) 14:50-15:35	1	見学会(2.45)	神里まき
9(土) 17:40-18:25	1	見学会(2.45)	岸本紗也加
11(月) 08:30-09:15	1	見学会(2.45)	金城綾音
11(月) 11:20-12:05	1	見学会(2.45)	清島美鈴
11(月) 13:40-14:25	1	見学会(2.45)	金城睦南
11(月) 16:30-17:15	1	見学会(2.45)	池山るい
12(火) 09:00-09:45	1	見学会(2.45)	金城綾音
12(火) 11:20-12:05	1	見学会(2.45)	金城睦南
12(火) 18:10-18:55	1	見学会(2.45)	喜舎場華予
12(火) 20:10-20:55	1	見学会(2.45)	岸本紗也加
13(水) 09:50-10:35	1	見学会(2.45)	金城睦南
13(水) 12:10-12:55	1	見学会(2.45)	山城七緒
13(水) 14:10-14:55	1	見学会(2.45)	神里まき
13(水) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	池山るい
13(水) 19:00-19:45	1	見学会(2.45)	仲地美夕
14(木) 10:10-10:55	1	見学会(2.45)	仲宗根結委
14(木) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	喜舎場華予
14(木) 16:10-16:55	1	見学会(2.45)	神里まき

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
18(月) 09:00-09:45	1	見学会(2.45)	池山るい
18(月) 11:00-11:45	1	見学会(2.45)	喜舎場華予
18(月) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	金城綾音
18(月) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	山城七緒
18(月) 19:50-20:35	1	見学会(2.45)	金城瞳南
19(火) 10:10-10:55	1	見学会(2.45)	清島美鈴
19(火) 14:10-14:55	1	見学会(2.45)	金城綾音
19(火) 17:20-18:05	1	見学会(2.45)	山城七緒
19(火) 19:20-20:05	1	見学会(2.45)	仲地美夕
20(水) 09:50-10:35	1	見学会(2.45)	喜舎場華予
20(水) 13:50-14:35	1	見学会(2.45)	金城瞳南
20(水) 16:00-16:45	1	見学会(2.45)	岸本紗也加
20(水) 19:00-19:45	1	見学会(2.45)	清島美鈴
21(木) 10:10-10:55	1	見学会(2.45)	池山るい
21(木) 12:10-12:55	1	見学会(2.45)	岸本紗也加
21(木) 14:00-14:45	1	見学会(2.45)	清島美鈴
21(木) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	喜舎場華予
22(金) 09:00-09:45	1	見学会(2.45)	金城瞳南
22(金) 11:00-11:45	1	見学会(2.45)	仲地美夕
22(金) 13:20-14:05	1	見学会(2.45)	喜舎場華予
22(金) 17:20-18:05	1	見学会(2.45)	山城七緒
22(金) 19:20-20:05	1	見学会(2.45)	清島美鈴
23(土) 08:30-09:15	1	見学会(2.45)	金城瞳南
23(土) 10:30-11:15	1	見学会(2.45)	池山るい
23(土) 12:30-13:15	1	見学会(2.45)	神里まき
23(土) 14:30-15:15	1	見学会(2.45)	仲地美夕
23(土) 16:30-17:15	1	見学会(2.45)	喜舎場華予
25(月) 09:00-09:45	1	見学会(2.45)	山城七緒
25(月) 11:00-11:45	1	見学会(2.45)	金城綾音
25(月) 15:00-15:45	1	見学会(2.45)	喜舎場華予
25(月) 17:20-18:05	1	見学会(2.45)	池山るい
25(月) 20:00-20:45	1	見学会(2.45)	仲地美夕
26(火) 10:10-10:55	1	見学会(2.45)	喜舎場華予
26(火) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	金城綾音
26(火) 15:00-15:45	1	見学会(2.45)	岸本紗也加
26(火) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	金城瞳南
26(火) 19:20-20:05	1	見学会(2.45)	池山るい
27(水) 09:00-09:45	1	見学会(2.45)	山城七緒
27(水) 18:00-18:45	1	見学会(2.45)	金城綾音
27(水) 19:50-20:35	1	見学会(2.45)	清島美鈴
28(木) 09:00-09:45	1	見学会(2.45)	仲地美夕
28(木) 11:20-12:05	1	見学会(2.45)	神里まき
28(木) 14:10-14:55	1	見学会(2.45)	山城七緒
28(木) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	清島美鈴
28(木) 19:20-20:05	1	見学会(2.45)	喜舎場華予
29(金) 09:00-09:45	1	見学会(2.45)	神里まき
29(金) 11:00-11:45	1	見学会(2.45)	池山るい
29(金) 16:00-16:45	1	見学会(2.45)	仲地美夕
29(金) 18:10-18:55	1	見学会(2.45)	山城七緒
30(土) 10:10-10:55	1	見学会(2.45)	知名春香
30(土) 12:10-12:55	1	見学会(2.45)	池山るい

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
30(土) 15:20-16:05	1	見学会(2.45)	金城瞳南

◎ … 常温レッスン
 ● … 体験レッスン予約可能
 109 … 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。


【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+
 