2026年2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)

※2026年02月28日02:02 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	09:00-09:30 ◎ビラBackStyle 喜舎場 09:50-10:40 ◎ビラLower+ 喜舎場 11:00-11:50 ◎ビラUpper+ 金城瞳南 12:10-12:40 ◎ビラTotalBody 金城瞳南 13:00-13:50 ◎ビラH&L+ 金城綾音 17:00-17:30 ◎ビラControlF 金城瞳南 17:50-18:40 ◎ビラUpper+ 金城綾音 19:00-19:30 ◎ビラRefBody 金城綾音 19:50-20:40 ◎ビラB+ 山城 21:00-21:45 Boost Upper&Lower 山城	09:00-09:50 ◎ビラLower+ 喜舎場 10:10-10:40 ◎ビラcore 喜舎場 11:00-11:50 ◎ビラB&A+ 平良 13:20-13:50 ◎ビラTotalBody 山城 14:10-14:40 ◎ビラHipLine 喜舎場 16:10-17:00 ◎ビラWaist+ 金城瞳南 17:20-17:50 ◎ビラStretchC 金城瞳南 18:10-18:40 ◎ビラPerBackBody 山城 19:00-19:50 ◎ビラUpper+ 金城瞳南 20:10-21:00 ◎ビラH&L+ 金城綾音 21:20-21:50 ◎ビラRefCore 金城綾音	09:00-09:50 ◎ビラB&A+ 平良 10:10-11:00 ◎ビラLower+ 平良 11:20-11:50 ◎ビラTotalBody 喜舎場 12:10-12:40 ◎ビラBackStyle 喜舎場 13:00-13:30 ◎ビラHipLine 山城 13:50-14:40 ◎ビラB+ 金城綾音 16:15-17:00 Boost Upper&Lower 平良 17:20-17:50 ◎ビラRefBody 金城綾音 18:10-18:40 ◎ビラcore 金城綾音 19:00-19:50 ◎ビラLower+ 喜舎場 20:10-20:40 ◎ビラPerBackBody 山城 21:00-21:50 ◎ビラB+ 山城	09:00-09:30 ◎ビラChestSR 仲地 09:50-10:40 ◎ビラJumpM 仲地 11:00-11:30 ◎ビラRefBody 喜舎場 11:50-12:20 ◎ビラTotalBody 山城 12:40-13:30 ◎ビラLower+ 喜舎場 13:50-14:40 ◎ビラUpper+ 平良 16:10-16:40 ◎ビラStretchC 仲地 17:00-17:30 ◎ビラHipLine 金城瞳南 17:50-18:40 ◎ビラUpper+ 山城 19:00-19:30 ◎ビラPerBackBody 山城 19:50-20:40 ◎ビラLower+ 平良 21:00-21:50 ◎ビラB&A+ 平良	09:00-09:50 ◎ビラUpper+ 金城綾音 10:10-10:40 ◎ビラControlF 仲地 11:00-11:30 ◎ビラStretchC 仲地 11:50-12:40 ◎ビラLower+ 平良 13:00-13:30 ◎ビラBackStyle 金城瞳南 16:30-17:00 ◎ビラBackStyle 岸本 17:20-18:10 ◎ビラA+ 仲地 18:30-19:00 ◎ビラTotalBody 金城瞳南 19:20-20:10 ◎ビラUpper+ 喜舎場 20:30-21:00 ◎ビラHipLine 喜舎場 21:20-21:50 ◎ビラChestSR 岸本	08:30-09:00 ◎ビラcore 仲地 09:20-10:10 ◎ビラLower+ 金城綾音 10:30-11:20 ◎ビラB+ 金城綾音 11:40-12:10 ◎ビラPerBackBody 岸本 12:30-13:00 ◎ビラChestSR 仲地 13:20-14:10 ◎ビラH&L+ 金城綾音 14:30-15:00 ◎ビラStretchC 仲地 15:20-16:10 ◎ビラA+ 仲地 16:30-17:00 ◎ビラBackStyle 岸本 17:20-17:50 ◎ビラRefBody 平良 18:10-18:55 Boost Upper&Lower 平良	定休日	09:00-09:50 ◎ビラB&A+ 山城 10:10-10:40 ◎ビラTotalBody 山城 11:00-11:30 ◎ビラPerBackBody 山城 11:50-12:35 Boost Upper&Lower 平良 13:00-13:30 ◎ビラRefBody 金城綾音 13:50-14:40 ◎ビラUpper+ 平良 16:10-16:40 ◎ビラBackStyle 喜舎場 17:00-17:50 ◎ビラB+ 金城綾音 18:10-19:00 ◎ビラLower+ 平良 19:20-19:50 ◎ビラRefCore 金城綾音 20:10-20:40 ◎ビラHipLine 喜舎場 21:00-21:50 ◎ビラUpper+ 喜舎場	09:00-09:30 ◎ビラHipLine 金城瞳南 09:50-10:35 Power Basic 金城瞳南 11:00-11:50 ◎ビラLower+ 山城 12:10-12:40 ◎ビラPerBackBody 山城 13:00-13:50 ◎ビラWaist+ 金城綾音 14:10-14:40 ◎ビラRefBody 平良 16:10-16:40 ◎ビラHipLine 喜舎場 17:00-17:50 ◎ビラB&A+ 平良 18:10-19:00 ◎ビラUpper+ 平良 19:20-20:10 ◎ビラLower+ 金城綾音 20:30-21:00 ◎ビラTotalBody 喜舎場 21:20-21:50 ◎ビラcore 喜舎場	08:30-09:20 ◎ビラWaist+ 岸本 09:40-10:10 ◎ビラChestSR 岸本 10:30-11:20 ◎ビラUpper+ 平良 11:40-12:10 ◎ビラControlF 仲地 12:30-13:20 ◎ビラLower+ 金城綾音 13:40-14:10 ◎ビラRefCore 金城綾音 14:30-15:20 ◎ビラB+ 金城瞳南 15:40-16:10 ◎ビラBackStyle 金城瞳南 16:30-17:20 ◎ビラLower+ 金城綾音 17:40-18:10 ◎ビラcore 仲地 18:30-19:00 ◎ビラStretchC 仲地 19:20-20:10 ◎ビラUpper+ 金城瞳南 20:30-21:00 ◎ビラJumpM 仲地 21:20-21:50 ◎ビラcore 喜舎場	09:00-09:30 ◎ビラRefBody 山城 09:50-10:40 ◎ビラLower+ 山城 11:00-11:30 ◎ビラControlF 金城瞳南 11:50-12:40 ◎ビラB+ 金城瞳南 13:00-13:30 ◎ビラcore 仲地 13:50-14:40 ◎ビラH&L+ 喜舎場 16:10-17:00 ◎ビラB&A+ 平良 17:20-18:05 Boost Upper&Lower 平良 18:30-19:00 ◎ビラBackStyle 仲地 19:20-19:50 ◎ビラTotalBody 喜舎場 20:10-21:00 ◎ビラJumpM 仲地 21:20-21:50 ◎ビラStretchC 仲地	09:00-09:50 ◎ビラLower+ 金城綾音 10:10-10:40 ◎ビラTotalBody 山城 11:00-11:30 ◎ビラHipLine 山城 11:50-12:40 ◎ビラUpper+ 仲地 13:00-13:30 ◎ビラControlF 仲地 13:50-14:35 Power Basic 金城瞳南 16:10-16:40 ◎ビラRefCore 金城綾音 17:00-17:50 ◎ビラJumpM 仲地 18:10-18:40 ◎ビラHipLine 喜舎場 19:00-19:50 ◎ビラUpper+ 金城瞳南 20:10-20:40 ◎ビラTotalBody 喜舎場 21:00-21:50 ◎ビラLower+ 喜舎場	08:30-09:00 ◎ビラRefBody 平良 09:20-10:10 ◎ビラB&A+ 平良 10:30-11:20 ◎ビラLower+ 山城 11:40-12:10 ◎ビラTotalBody 山城 12:30-13:00 ◎ビラBackStyle 金城瞳南 13:20-14:10 ◎ビラB+ 金城瞳南 14:30-15:00 ◎ビラcore 金城綾音 15:20-16:10 ◎ビラUpper+ 金城綾音 16:30-17:00 ◎ビラHipLine 喜舎場 17:20-17:50 ◎ビラPerBackBody 山城 18:10-19:00 ◎ビラLower+ 喜舎場	定休日	09:00-09:30 ◎ビラRefCore 金城綾音 09:50-10:40 ◎ビラJumpM 仲地 11:00-11:30 ◎ビラStretchC 仲地 11:50-12:40 ◎ビラLower+ 金城瞳南 13:00-13:50 ◎ビラWaist+ 仲地 14:10-14:40 ◎ビラRefBody 金城綾音 16:10-17:00 ◎ビラUpper+ 金城綾音 17:20-17:50 ◎ビラHipLine 仲地 18:10-18:40 ◎ビラTotalBody 喜舎場 19:00-19:50 ◎ビラB+ 喜舎場 20:10-20:40 ◎ビラBackStyle 金城瞳南 21:00-21:50 ◎ビラLower+ 喜舎場	09:00-09:50 ◎ビラLower+ 金城綾音 10:10-10:40 ◎ビラcore 金城綾音 11:00-11:50 ◎ビラB&A+ 平良 12:10-12:40 ◎ビラRefBody 平良 13:00-13:30 ◎ビラTotalBody 山城 13:50-14:40 ◎ビラUpper+ 喜舎場 16:10-16:40 ◎ビラRefCore 金城綾音 17:00-17:50 ◎ビラJumpM 岸本 18:10-18:40 ◎ビラChestSR 岸本 19:20-19:50 ◎ビラRefBody 平良 20:10-20:40 ◎ビラHipLine 喜舎場 21:20-21:50 ◎ビラRefCore 金城綾音	09:00-09:50 ◎ビラB&A+ 仲地 10:10-11:00 ◎ビラLower+ 平良 11:20-11:50 ◎ビラPerBackBody 仲地 12:10-12:40 ◎ビラChestSR 仲地 13:00-13:50 ◎ビラUpper+ 喜舎場 14:10-14:40 ◎ビラcore 喜舎場 16:10-16:40 ◎ビラRefBody 平良 17:00-17:50 ◎ビラB+ 金城瞳南 18:10-18:40 ◎ビラControlF 金城瞳南 19:00-19:50 ◎ビラUpper+ 金城綾音 20:10-20:40 ◎ビラHipLine 喜舎場 21:00-21:50 ◎ビラB&A+ 金城綾音	09:00-09:30 ◎ビラHipLine 喜舎場 09:50-10:40 ◎ビラUpper+ 山城 11:00-11:50 ◎ビラA+ 岸本 12:10-12:40 ◎ビラTotalBody 山城 13:00-13:30 ◎ビラStretchC 金城瞳南 17:20-17:50 ◎ビラChestSR 仲地 18:10-19:00 ◎ビラB&A+ 平良 19:20-19:50 ◎ビラRefBody 平良 20:10-21:00 ◎ビラLower+ 金城綾音 21:20-21:50 ◎ビラRefCore 金城綾音	09:00-09:30 ◎ビラStretchC 金城瞳南 09:50-10:40 ◎ビラH&L+ 金城瞳南 11:00-11:50 ◎ビラUpper+ 山城 12:10-12:40 ◎ビラHipLine 山城 13:00-13:30 ◎ビラRefCore 仲地 13:50-14:35 Boost Upper&Lower 平良 16:15-17:00 Power Basic 山城 17:20-17:50 ◎ビラControlF 仲地 18:10-19:00 ◎ビラLower+ 平良 19:20-19:50 ◎ビラRefCore 金城綾音 20:10-20:40 ◎ビラChestSR 仲地 21:00-21:50 ◎ビラA+ 仲地	08:30-09:00 ◎ビラTotalBody 金城瞳南 09:20-10:05 Power Basic 喜舎場 10:30-11:00 ◎ビラStretchC 金城瞳南 11:20-11:50 ◎ビラBackStyle 金城瞳南 12:10-13:00 ◎ビラLower+ 喜舎場 13:20-14:10 ◎ビラUpper+ 金城瞳南 14:30-15:00 ◎ビラChestSR 岸本 15:20-16:10 ◎ビラA+ 岸本 16:30-17:00 ◎ビラHipLine 山城 17:20-18:10 ◎ビラB&A+ 平良 18:30-19:00 ◎ビラRefBody 平良	定休日	08:30-09:15 Boost Upper&Lower 金城綾音 09:40-10:10 ◎ビラRefBody 金城綾音 10:30-11:00 ◎ビラBackStyle 喜舎場 11:20-12:10 ◎ビラWaist+ 山城 12:30-13:00 ◎ビラChestSR 仲地 13:20-14:05 Power Basic 仲地 14:30-15:00 ◎ビラcore 金城綾音 15:20-16:10 ◎ビラLower+ 仲地 16:30-17:00 ◎ビラPerBackBody 仲地 17:20-17:50 ◎ビラTotalBody 山城 18:10-19:00 ◎ビラH&L+ 山城	09:00-09:30 ◎ビラPerBackBody 山城 09:50-10:40 ◎ビラLower+ 山城 11:00-11:30 ◎ビラBackStyle 喜舎場 11:50-12:20 ◎ビラcore 喜舎場 12:40-13:30 ◎ビラB&A+ 平良 17:00-17:50 ◎ビラLower+ 平良 18:10-19:00 ◎ビラJumpM 岸本 19:20-19:50 ◎ビラRefBody 金城綾音 20:10-20:40 ◎ビラStretchC 金城瞳南 21:00-21:50 ◎ビラUpper+ 金城瞳南

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
09:00-09:30 ◎ピラChestSR 仲地	09:00-09:50 ◎ピラA+ 岸本	09:00-09:50 ◎ピラUpper+ 金城綾音	08:30-09:20 ◎ピラH&L+ 山城
09:50-10:40 ◎ピラJumpM 仲地	10:10-10:40 ◎ピラRefBody 喜舎場	10:10-11:00 ◎ピラWaist+ 金城綾音	09:40-10:10 ◎ピラTotalBody 金城瞳南
11:00-11:50 ◎ピラUpper+ 喜舎場	11:00-11:50 ◎ピラLower+ 喜舎場	11:20-11:50 ◎ピラTotalBody 金城瞳南	10:30-11:00 ◎ピラControlF 金城瞳南
12:10-13:00 ◎ピラB+ 金城綾音	12:10-12:40 ◎ピラPerBackBody 山城	12:10-12:40 ◎ピラHipLine 山城	11:20-12:05 Boost Upper&Lower 仲地
13:20-13:50 ◎ピラcore 喜舎場	13:00-13:30 ◎ピラHipLine 山城	13:00-13:50 ◎ピラB+ 金城瞳南	12:30-13:00 ◎ピラRefCore 山城
14:10-14:40 ◎ピラStretchC 金城瞳南		14:10-14:40 ◎ピラRefBody 平良	13:20-14:10 ◎ピラLower+ 平良
16:10-16:40 ◎ピラControlF 仲地		16:10-16:40 ◎ピラRefCore 山城	14:30-15:00 ◎ピラRefBody 平良
17:00-17:50 ◎ピラWaist+ 金城瞳南	17:00-17:30 ◎ピラTotalBody 喜舎場	17:00-17:50 ◎ピラLower+ 金城瞳南	15:20-15:50 ◎ピラcore 金城綾音
18:10-18:40 ◎ピラTotalBody 金城瞳南	17:50-18:40 ◎ピラUpper+ 平良	18:10-19:00 ◎ピラWaist+ 喜舎場	17:20-17:50 ◎ピラStretchC 仲地
19:00-19:30 ◎ピラRefBody 金城綾音	19:00-19:50 ◎ピラLower+ 平良	19:20-19:50 ◎ピラBackStyle 喜舎場	18:10-19:00 ◎ピラJumpM 仲地
19:50-20:35 Boost Upper&Lower 金城綾音	20:10-20:40 ◎ピラControlF 金城瞳南	20:10-21:00 ◎ピラH&L+ 平良	
21:00-21:50 ◎ピラH&L+ 金城綾音	21:00-21:50 ◎ピラWaist+ 金城瞳南	21:20-21:50 ◎ピラRefBody 平良	

【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
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

◎ … 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+