2026年2月レッスンスケジュール Rintosull 守口ジャガータウン店(全スタジオ:女性専用)

※2026年02月28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
朝	定休日	09:00-09:30 ◎ビラBackStyle 岡村 10:00-10:50 ◎ビラWaist+ 岡村 11:20-12:10 ◎ビラB+ 皆木 12:40-13:10 ◎ビラRefBody 皆木 13:40-14:30 ◎ビラA+ 皆木	09:00-09:45 Boost Upper&Lower 皆木 10:20-10:50 ◎ビラChestSR 皆木 11:20-11:50 ◎ビラRefBody 皆木 12:20-13:10 ◎ビラWaist+ 中島 13:40-14:10 ◎ビラStretchC 中島	09:00-09:30 ◎ビラHipLine 岡村 10:00-10:50 ◎ビラJumpM 岡村 11:20-11:50 ◎ビラcore 皆木 12:20-13:10 ◎ビラUpper+ 皆木 13:40-14:25 Power Basic 皆木	09:00-09:50 ◎ビラB&A+ 皆木 10:20-11:10 ◎ビラLower+ 皆木 11:40-12:10 ◎ビラChestSR 林田 12:40-13:30 ◎ビラJumpM 林田 14:00-14:30 ◎ビラRefCore 皆木	09:00-09:45 Power Basic 皆木 10:20-10:50 ◎ビラcore 皆木 11:20-12:10 ◎ビラH&L+ 岡村 12:40-13:10 ◎ビラBackStyle 岡村 13:40-14:30 ◎ビラLower+ 皆木	08:30-09:00 ◎ビラChestSR 林田 09:30-10:00 ◎ビラPerBackBody 林田 10:30-11:20 ◎ビラA+ 林田 11:50-12:20 ◎ビラcore 中島 13:00-13:50 ◎ビラB&A+ 中島 14:20-15:05 Power Basic 林田 15:40-16:25 Boost Upper&Lower 中島	定休日	09:00-09:30 ◎ビラcore 中島 10:00-10:50 ◎ビラB+ 中島 11:20-11:50 ◎ビラPerBackBody 林田 12:20-12:50 ◎ビラTotalBody 林田	09:00-09:45 Power Basic 林田 10:20-10:50 ◎ビラBackStyle 林田 11:20-12:10 ◎ビラLower+ 皆木 12:40-13:10 ◎ビラRefBody 皆木 13:40-14:30 ◎ビラWaist+ 中島	08:30-09:00 ◎ビラPerBackBody 林田 09:30-10:20 ◎ビラLower+ 林田 10:50-11:20 ◎ビラChestSR 皆木 11:50-12:40 ◎ビラA+ 皆木 13:10-13:40 ◎ビラBackStyle 林田 14:10-14:40 ◎ビラTotalBody 林田 15:10-16:00 ◎ビラUpper+ 皆木 16:30-17:00 ◎ビラRefBody 皆木	09:00-09:45 Boost Upper&Lower 岡村 10:20-11:10 ◎ビラB&A+ 岡村 11:40-12:10 ◎ビラChestSR 皆木 12:40-13:30 ◎ビラH&L+ 皆木 14:00-14:30 ◎ビラStretchC 中島	09:00-09:50 ◎ビラLower+ 皆木 10:20-11:10 ◎ビラPerBackBody 滝田 11:20-12:10 ●◎ビラB+ 滝田 12:40-13:10 ◎ビラTotalBody 滝田 13:40-14:10 ◎ビラChestSR 皆木	08:30-09:20 ◎ビラA+ 林田 09:50-10:20 ◎ビラBackStyle 林田 10:50-11:20 ◎ビラChestSR 林田 11:50-12:35 Boost Upper&Lower 中島 13:10-14:00 ◎ビラH&L+ 中島 14:30-15:20 ◎ビラB&A+ 岡村 15:50-16:40 ◎ビラLower+ 岡村	定休日	09:00-09:30 ◎ビラRefCore 皆木 10:00-10:50 ◎ビラH&L+ 皆木 11:20-11:50 ◎ビラChestSR 皆木 12:20-12:50 ◎ビラRefBody 皆木	09:00-09:45 Power Basic 皆木 10:20-10:50 ◎ビラChestSR 皆木 11:20-12:10 ◎ビラJumpM 皆木 12:40-13:25 Boost Upper&Lower 皆木	09:00-09:50 ◎ビラLower+ 皆木 10:20-11:10 ◎ビラWaist+ 皆木 11:40-12:10 ◎ビラChestSR 皆木 12:40-13:10 ◎ビラHipLine 岡村	09:00-09:30 ◎ビラcore 中島 10:00-10:30 ◎ビラStretchC 中島 11:00-11:30 ◎ビラControlF 中島 12:00-12:50 ◎ビラA+ 皆木 13:20-14:10 ◎ビラB&A+ 皆木	09:00-09:50 ◎ビラB+ 滝田 10:20-11:10 ◎ビラB&A+ 滝田 11:40-12:10 ◎ビラcore 皆木 12:40-13:10 ◎ビラChestSR 皆木 13:40-14:10 ◎ビラControlF 中島	08:30-09:20 ◎ビラA+ 林田 09:50-10:40 ◎ビラUpper+ 林田 11:10-11:55 Boost Upper&Lower 中島 12:30-13:00 ◎ビラStretchC 中島 13:30-14:15 Power Basic 林田 14:50-15:20 ◎ビラHipLine 林田 16:00-16:50 ◎ビラLower+ 中島	定休日	08:30-09:00 ◎ビラStretchC 中島 09:30-10:20 ◎ビラH&L+ 中島 10:50-11:35 Boost Upper&Lower 中島 12:10-13:00 ◎ビラJumpM 皆木 13:30-14:00 ◎ビラChestSR 皆木 14:30-15:00 ◎ビラcore 皆木 15:30-16:00 ◎ビラHipLine 岡村 16:30-17:00 ◎ビラControlF 岡村	09:00-09:50 ◎ビラLower+ 林田 10:20-10:50 ◎ビラPerBackBody 林田 11:20-11:50 ◎ビラTotalBody 林田 12:20-13:10 ◎ビラUpper+ 中島 13:40-14:30 ◎ビラH&L+ 中島
夜		18:30-19:00 ◎ビラControlF 中島 19:30-20:15 Boost Upper&Lower 中島 20:50-21:20 ◎ビラRefCore 中島	18:10-19:00 ◎ビラB&A+ 中島 19:30-20:00 ◎ビラcore 林田 20:30-21:20 ◎ビラJumpM 林田	18:30-19:00 ◎ビラHipLine 林田 19:30-20:20 ◎ビラA+ 林田 20:50-21:20 ◎ビラChestSR 林田	18:20-19:10 ◎ビラUpper+ 中島 19:40-20:10 ◎ビラControlF 中島 20:40-21:30 ◎ビラA+ 林田	18:20-18:50 ◎ビラStretchC 岡村 19:20-20:10 ◎ビラWaist+ 中島 20:40-21:30 ◎ビラLower+ 中島			18:40-19:10 ◎ビラChestSR 皆木 19:40-20:30 ◎ビラUpper+ 岡村 21:00-21:30 ◎ビラControlF 岡村	18:00-18:50 ◎ビラA+ 皆木 19:20-19:50 ◎ビラRefCore 中島 20:30-21:15 Boost Upper&Lower 中島		18:30-19:20 ◎ビラLower+ 中島 19:50-20:20 ◎ビラcore 林田 20:50-21:20 ◎ビラRefBody 林田	18:30-19:20 ◎ビラB&A+ 中島 19:50-20:20 ◎ビラStretchC 中島 20:50-21:20 ◎ビラRefCore 中島			17:40-18:30 ◎ビラUpper+ 岡村 19:10-19:40 ◎ビラRefCore 岡村 20:25-21:10 Power Basic 岡村	18:20-18:50 ◎ビラRefBody 中島 19:30-20:00 ◎ビラStretchC 中島 20:40-21:10 ◎ビラcore 中島	18:30-19:00 ◎ビラHipLine 林田 19:40-20:10 ◎ビラTotalBody 林田 20:40-21:30 ◎ビラLower+ 中島	18:20-18:50 ◎ビラHipLine 岡村 19:30-20:00 ◎ビラRefCore 岡村 20:40-21:10 ◎ビラRefBody 岡村	18:20-18:50 ◎ビラStretchC 中島 19:30-20:20 ◎ビラUpper+ 田口 20:50-21:40 ◎ビラH&L+ 田口			18:20-18:50 ◎ビラcore 中島 19:20-20:05 Boost Upper&Lower 皆木 20:40-21:30 ◎ビラA+ 皆木

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
			10分
			08:30-09:20 ◎ピラUpper+ 岡村
	10分		
09:00-09:50 ◎ピラWaist+ 岡村	09:00-09:50 ◎ピラB+ 岡村	09:00-09:30 ◎ピラChestSR 皆木	
		10分	09:50-10:20 ◎ピラControlF 岡村
10:20-10:50 ◎ピラStretchC 岡村	10:20-10:50 ◎ピラBackStyle 岡村	10:00-10:45 Power Basic 皆木	
			10:50-11:40 ◎ピラLower+ 林田
11:20-12:05 Power Basic 岡村	11:20-11:50 ◎ピラHipLine 岡村	11:20-11:50 ◎ピラcore 皆木	
			10分
		10分	12:10-12:40 ◎ピラBackStyle 林田
10分 12:40-13:10 ◎ピラHipLine 林田	12:20-13:10 ◎ピラUpper+ 皆木	12:20-12:50 ◎ピラStretchC 岡村	
			13:10-13:40 ◎ピラPerBackBody 林田
	10分	13:20-14:10 ◎ピラJumpM 岡村	
13:40-14:25 Boost Upper&Lower 林田	13:40-14:30 ◎ピラLower+ 皆木		10分
			14:10-14:40 ◎ピラStretchC 中島
			15:10-16:00 ◎ピラH&L+ 中島
			16:30-17:00 ◎ピラcore 中島
		17:20-17:50 ◎ピラPerBackBody 林田	
18:00-18:30 ◎ピラChestSR 林田	18:00-18:30 ◎ピラRefCore 皆木	10分	
		18:20-18:50 ◎ピラTotalBody 林田	
10分			
19:10-20:00 ◎ピラJumpM 林田	19:10-20:00 ◎ピラH&L+ 中島	19:20-20:05 Boost Upper&Lower 林田	
	10分		
20:40-21:30 ◎ピラLower+ 皆木	20:40-21:30 ◎ピラB&A+ 中島	20:40-21:30 ◎ピラWaist+ 中島	

【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：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+