2026年6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05月24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(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	7日(日)	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)	14日(日)	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)	21日(日)	22日(月)	23日(火)	24日(水)
	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	－
	09:00–09:30 ◎ビラRefCore 田川	10分 09:00–09:50 ◎ビラJumpM 皆木	09:00–09:50 ◎ビラUpper+ 皆木	08:00–09:30 ◎ビラStretchC 野崎	09:00–09:50 ◎ビラLower+ 田川	08:30–09:00 ◎ビラPerBackBody 皆木		10分 09:00–09:45 Strong Back&Arms 阿部	09:00–09:30 ◎ビラTotalBody 皆木	09:00–09:50 ◎ビラH&L+ 阿部	09:00–09:50 ◎ビラUpper+ 阿部	09:00–09:30 ◎ビラcore 皆木	08:30–09:00 ◎ビラBackStyle 室山		10分 09:00–09:50 ◎ビラB+ 皆木	09:00–09:30 ◎ビラHipLine 室山	10分 09:00–09:30 ◎ビラPerBackBody 室山	09:00–09:45 Strong Hip&Legs 阿部	09:00–09:30 ◎ビラRefCore 田川	08:30–09:20 ◎ビラUpper+ 室山		09:00–09:30 ◎ビラChestSR 室山	09:00–09:50 ◎ビラLower+ 阿部	
	10:00–10:50 ◎ビラUpper+ 田川	10:20–10:50 ◎ビラTotalBody 皆木	10分 10:20–10:50 Cardio Reform Blast 皆木	10:00–10:50 ◎ビラLower+ 室山	10分 10:20–11:10 ◎ビラWaist+ 田川	09:30–10:20 ◎ビラA+ 皆木		10:15–11:05 ◎ビラLower+ 永峰	10:00–10:50 ◎ビラJumpM 皆木	10分 10:20–11:10 ◎ビラB+ 永峰	10:20–10:50 ◎ビラRefBody 阿部	10分 10:00–10:30 ◎ビラChestSR 皆木	09:30–10:15 Strong Hip&Legs 阿部		10:20–10:50 ◎ビラcore 皆木	10分 10:00–10:30 ◎ビラTotalBody 室山	10:00–10:50 ◎ビラA+ 室山	10分 10:15–11:05 ◎ビラUpper+ 阿部	10:00–10:50 ◎ビラH&L+ 田川	09:50–10:20 Cardio Reform Blast 野崎		10:00–10:30 ◎ビラHipLine 室山	10:20–10:50 ◎ビラRefBody 阿部	
	10分 11:20–12:10 ◎ビラH&L+ 田川	11:20–12:05 Power Waist Shape 永峰	11:20–12:10 ◎ビラB+ 永峰	11:20–12:10 ◎ビラUpper+ 阿部	11:40–12:10 ◎ビラHipLine 室山	10:50–11:20 ◎ビラRefBody 阿部		11:35–12:05 ◎ビラRefCore 永峰	10分 11:20–11:50 ◎ビラChestSR 皆木	10分 11:40–12:10 ◎ビラBackStyle 野崎	11:20–12:10 ◎ビラB&A+ 阿部	11:00–11:50 ◎ビラA+ 皆木	10:45–11:35 ◎ビラUpper+ 阿部		11:20–12:10 ◎ビラLower+ 皆木	10分 11:00–11:45 Boost Upper&Lower 阿部	10分 11:20–11:50 ◎ビラBackStyle 野崎	11:35–12:05 ◎ビラRefCore 永峰	11:20–12:10 ◎ビラB+ 田川	10:50–11:20 ◎ビラStretchC 野崎		11:00–11:50 ◎ビラWaist+ 田川	11:20–12:05 Strong Back&Arms 室山	
	10分 12:40–13:10 ◎ビラBackStyle 室山	10分 12:35–13:25 ◎ビラLower+ 永峰	10分 12:40–13:10 ◎ビラRefCore 永峰	10分 12:40–13:10 ◎ビラRefBody 阿部	10分 12:40–13:10 ◎ビラPerBackBody 室山	11:50–12:40 ◎ビラLower+ 阿部		12:35–13:20 Boost Upper&Lower 阿部	10分 12:20–12:50 ◎ビラHipLine 室山	12:40–13:10 Cardio Reform Blast 皆木	12:40–13:30 ◎ビラJumpM 室山	12:20–12:50 ◎ビラTotalBody 皆木	12:05–12:50 Power Basic 永峰		10分 12:40–13:10 ◎ビラRefBody 阿部	10分 12:15–13:05 ◎ビラB&A+ 阿部	12:20–13:10 ◎ビラH&L+ 田川	12:35–13:25 ◎ビラB+ 永峰	12:40–13:10 ◎ビラRefCore 永峰	11:50–12:40 ◎ビラLower+ 阿部		12:20–12:50 ◎ビラRefCore 田川	12:35–13:25 ◎ビラJumpM 室山	
	10分 13:40–14:30 ◎ビラA+ 室山	13:55–14:25 ◎ビラPerBackBody 皆木	10分 13:40–14:30 ◎ビラB&A+ 皆木	13:40–14:10 ◎ビラHipLine 室山	10分 13:40–14:30 ◎ビラWaist+ 永峰	13:10–13:40 Cardio Reform Blast 皆木		10分 13:50–14:40 ◎ビラH&L+ 田川	13:20–14:10 ◎ビラUpper+ 田川	12:40–13:30 Cardio Reform Blast 皆木	10分 13:55–14:25 ◎ビラPerBackBody 室山	13:20–14:10 ◎ビラLower+ 永峰	13:20–13:50 ◎ビラRefCore 永峰		10分 13:40–14:30 ◎ビラH&L+ 阿部	13:35–14:25 ◎ビラJumpM 室山	13:40–14:10 Cardio Reform Blast 野崎	10分 13:55–14:25 ◎ビラChestSR 室山	13:40–14:30 ◎ビラLower+ 永峰	10分 13:10–14:00 ◎ビラB&A+ 阿部		13:20–14:10 ◎ビラLower+ 室山	13:55–14:45 ◎ビラWaist+ 田川	
				14:40–15:10 ◎ビラBackStyle 野崎		14:10–15:00 ◎ビラWaist+ 永峰							14:20–14:50 ◎ビラTotalBody 室山							10分 14:30–15:20 ◎ビラA+ 室山			15:15–15:45 Cardio Reform Blast 皆木	
						15:30–16:20 ◎ビラUpper+ 永峰							15:20–16:10 ◎ビラB&A+ 田川							15:50–16:20 ◎ビラBackStyle 野崎				
						16:50–17:35 Boost Upper&Lower 阿部							16:40–17:30 ◎ビラLower+ 田川							16:50–17:35 Strong Hip&Legs 阿部				
		10分 18:20–19:10 ◎ビラUpper+ 永峰	18:45–19:30 Power Waist Shape 永峰	18:40–19:30 ◎ビラUpper+ 阿部	18:40–19:10 ◎ビラRefBody 阿部			10分 18:40–19:10 ◎ビラHipLine 室山	18:40–19:10 ◎ビラPerBackBody 室山	18:40–19:10 ◎ビラRefCore 田川	10分 18:40–19:30 ◎ビラLower+ 室山	18:20–19:10 ◎ビラH&L+ 田川			10分 18:20–19:10 ◎ビラB&A+ 田川	18:40–19:30 ◎ビラUpper+ 阿部	10分 18:20–19:10 ◎ビラWaist+ 田川	18:40–19:30 ◎ビラLower+ 永峰	18:20–19:10 ◎ビラH&L+ 阿部			17:40–18:10 ◎ビラRefBody 皆木		
	19:40–20:30 ◎ビラLower+ 永峰	19:40–20:30 ◎ビラH&L+ 阿部	10分 20:00–20:30 ◎ビラRefCore 永峰	10分 20:00–20:30 ◎ビラChestSR 皆木	19:40–20:30 ◎ビラB&A+ 阿部			19:40–20:30 ◎ビラJumpM 室山	19:40–20:30 ◎ビラLower+ 田川	19:40–20:30 ◎ビラB+ 田川	20:00–20:30 ◎ビラRefCore 永峰	19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 田川			19:40–20:30 ◎ビラH&L+ 阿部	10分 20:00–20:30 ◎ビラRefCore 田川	19:40–20:30 ◎ビラLower+ 永峰	20:00–20:30 ◎ビラTotalBody 室山	10分 19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 阿部			19:40–20:30 ◎ビラLower+ 田川	19:45–20:30 Boost Upper&Lower 永峰	
	10分 21:00–21:45 Power Basic 永峰	21:00–21:30 ◎ビラRefBody 阿部	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 田川	21:00–21:30 Cardio Reform Blast 皆木	21:00–21:45 Boost Upper&Lower 阿部			21:00–21:50 ◎ビラUpper+ 田川	10分 21:00–21:30 ◎ビラRefCore 田川	21:00–21:50 ◎ビラA+ 室山	21:00–21:50 ◎ビラWaist+ 永峰	21:00–21:45 Power Basic 永峰			21:00–21:30 ◎ビラRefBody 阿部	21:00–21:50 ◎ビラH&L+ 田川	21:00–21:30 ◎ビラRefCore 永峰	21:00–21:30 ◎ビラBackStyle 室山	21:00–21:45 Strong Back&Arms 阿部			21:00–21:30 ◎ビラcore 皆木	21:00–21:30 ◎ビラChestSR 皆木	

25日(木)	26日(金)	27日(土)	28日(日)	29日(月)	30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
		08:30-09:00 ◎ピラTotalBody 室山	定休日		
09:00-09:30 Cardio Reform Blast 野崎	09:00-09:30 ◎ピラHipLine 室山			09:00-09:50 ◎ピラUpper+ 永峰	09:00-09:45 Boost Upper&Lower 皆木
		09:30-10:20 ◎ピラLower+ 田川			
10:00-10:50 ◎ピラB+ 田川	10:00-10:30 ◎ピラBackStyle 野崎				10:15-10:45 ◎ピラChestSR 皆木
				10:20-11:10 ◎ピラA+ 皆木	
		10:50-11:20 ◎ピラcore 室山			
11:20-12:10 ◎ピラUpper+ 田川	11:00-11:45 Power Basic 田川				11:15-12:00 Power Basic 永峰
		11:50-12:40 ◎ピラB+ 田川		11:40-12:10 ◎ピラPerBackBody 皆木	
	12:15-12:45 Cardio Reform Blast 野崎				
12:40-13:10 ◎ピラStretchC 野崎				12:40-13:30 ◎ピラWaist+ 永峰	12:30-13:20 ◎ピラWaist+ 永峰
		13:10-13:40 Cardio Reform Blast 皆木			
13:40-14:30 ◎ピラJumpM 皆木				14:00-14:45 Boost Upper&Lower 阿部	13:50-14:40 ◎ピラB&A+ 田川
		14:10-15:00 ◎ピラUpper+ 皆木			
15:00-15:30 Cardio Reform Blast 野崎					
		15:30-16:00 ◎ピラPerBackBody 皆木			
		16:30-17:20 ◎ピラJumpM 皆木			
				17:40-18:10 ◎ピラcore 室山	
18:00-18:30 ◎ピラcore 皆木					18:20-19:10 ◎ピラH&L+ 阿部
	18:40-19:30 ◎ピラB+ 永峰			18:40-19:10 ◎ピラBackStyle 室山	
19:00-19:30 ◎ピラTotalBody 皆木					
				19:40-20:30 ◎ピラLower+ 阿部	19:40-20:30 ◎ピラUpper+ 阿部
20:00-20:30 ◎ピラPerBackBody 皆木	20:00-20:30 ◎ピラChestSR 皆木				
21:00-21:50 ◎ピラLower+ 永峰	21:00-21:50 ◎ピラA+ 皆木			21:00-21:50 ◎ピラB&A+ 阿部	21:00-21:30 ◎ピラHipLine 室山

【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	Strong Hip&Legs	Strong Hip&Legs	45分
3.5	Strong Back&Arms	Strong Back&Arms	45分
4	◎ピラA+	Advance+	50分
4	Cardio Reform Blast	Cardio Reform Blast	30分
4	Power Waist Shape	Power Waist Shape	45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+