2026年7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06月16日02:12 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(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)	12日(日)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)	19日(日)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)
	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core 田川	09:00–09:30 ◎ビラPerBackBody 皆木	09:00–09:50 ◎ビラUpper+ 阿部	08:30–09:20 ◎ビラB+ 田川		09:00–09:30 ◎ビラBackStyle 野崎	09:00–09:50 ◎ビラUpper+ 室山	09:00–09:50 ◎ビラWaist+ 永峰	09:00–09:50 ◎ビラLower+ 室山	09:00–09:45 Power Waist Shape 永峰	08:30–09:15 Boost Upper&Lower 田川		09:00–09:30 Cardio Reform Blast 皆木	09:00–09:50 ◎ビラJumpM 皆木	09:00–09:30 ◎ビラTotalBody 皆木	09:00–09:30 SP 皆木	09:00–09:50 ◎ビラB&A+ 阿部	08:30–09:20 ◎ビラUpper+ 室山		09:00–09:50 ◎ビラH&L+ 永峰	09:00–09:30 ◎ビラcore 皆木		09:00–09:50 ◎ビラB&A+ 永峰	09:00–09:50 ◎ビラUpper+ 阿部
	10:00–10:45 Strong Hip&Legs 田川	10:00–10:50 ◎ビラJumpM 皆木	10:20–11:10 ◎ビラLower+ 阿部	09:50–10:40 ◎ビラWaist+ 田川		10:00–10:30 ◎ビラStretchC 野崎	10:20–10:50 ◎ビラHipLine 室山	10:20–11:10 ◎ビラLower+ 永峰	10:20–10:50 ◎ビラControlF 室山	10:15–11:05 ◎ビラUpper+ 永峰	09:50–10:20 ◎ビラcore 田川		10:00–10:30 ◎ビラChestSR 皆木	10:20–10:50 ◎ビラPerBackBody 皆木	10:00–10:50 ◎ビラA+ 皆木	10:00–10:30 ◎ビラChestSR 皆木	10:20–11:10 ◎ビラLower+ 阿部	09:50–10:20 ◎ビラControlF 室山		10:20–11:05 Boost Upper&Lower 室山	10:00–10:50 ◎ビラJumpM 皆木		10:20–10:50 ◎ビラRefCore 永峰	10:20–11:05 Strong Hip&Legs 阿部
	11:15–12:05 ◎ビラUpper+ 阿部	11:20–11:50 ◎ビラcore 皆木	11:40–12:10 ◎ビラChestSR 皆木	11:10–12:00 ◎ビラH&L+ 阿部		11:00–11:50 ◎ビラWaist+ 永峰	11:20–11:50 ◎ビラStretchC 野崎	11:40–12:10 ◎ビラTotalBody 皆木	11:20–12:10 ◎ビラJumpM 室山	11:35–12:05 Cardio Reform Blast 皆木	10:50–11:20 ◎ビラChestSR 皆木		11:00–11:30 ◎ビラcore 田川	11:20–12:10 ◎ビラH&L+ 田川	11:20–12:10 ◎ビラLower+ 阿部	11:00–11:50 ◎ビラJumpM 野崎	11:40–12:10 SP 野崎	10:50–11:40 ◎ビラLower+ 阿部		11:35–12:05 SP 田川	11:20–12:10 ◎ビラLower+ 阿部		11:20–11:50 ◎ビラRefBody 阿部	11:35–12:05 SP 永峰
	12:35–13:25 ◎ビラB&A+ 阿部	12:20–13:10 ◎ビラLower+ 永峰	12:40–13:10 ◎ビラBackStyle 室山	12:30–13:20 ◎ビラB&A+ 阿部		12:20–13:10 ◎ビラLower+ 永峰	12:20–12:50 ◎ビラBackStyle 野崎	12:40–13:10 Cardio Reform Blast 皆木	12:40–13:10 ◎ビラChestSR 皆木	12:35–13:25 ◎ビラLower+ 永峰	11:50–12:40 ◎ビラLower+ 阿部		12:00–12:50 ◎ビラLower+ 永峰	12:40–13:10 ◎ビラRefCore 田川	12:40–13:10 Cardio Reform Blast 皆木	12:20–12:50 Cardio Reform Blast 野崎	12:40–13:10 ◎ビラChestSR 室山	12:10–12:40 SP 阿部		12:35–13:25 ◎ビラLower+ 田川	12:40–13:10 ◎ビラRefBody 阿部		12:20–12:50 SP 皆木	12:35–13:25 ◎ビラH&L+ 永峰
	13:55–14:45 ◎ビラB+ 永峰	13:40–14:30 ◎ビラB&A+ 永峰	13:40–14:30 ◎ビラH&L+ 阿部	13:50–14:20 ◎ビラStretchC 野崎		13:40–14:30 ◎ビラA+ 野崎	13:20–14:05 Power Basic 田川	13:40–14:25 Strong Back&Arms 阿部	13:40–14:30 ◎ビラUpper+ 皆木	13:55–14:25 ◎ビラcore 皆木	13:10–14:00 ◎ビラUpper+ 阿部		13:20–14:10 ◎ビラJumpM 室山	13:40–14:10 ◎ビラTotalBody 皆木	13:40–14:25 Boost Upper&Lower 阿部	13:20–13:50 ◎ビラPerBackBody 皆木		13:10–14:00 ◎ビラB&A+ 永峰		13:55–14:45 ◎ビラB&A+ 永峰	13:40–14:25 Power Basic 永峰		13:55–14:25 ◎ビラcore 田川
	15:15–16:00 Boost Upper&Lower 田川			14:50–15:20 Cardio Reform Blast 野崎			14:35–15:25 ◎ビラH&L+ 阿部				14:30–15:20 ◎ビラB+ 田川							14:30–15:20 ◎ビラB+ 永峰					14:55–15:25 SP 室山
				15:50–16:40 ◎ビラA+ 室山							15:50–16:40 ◎ビラH&L+ 阿部							15:50–16:20 SP 阿部		15:10–15:40 Cardio Reform Blast 皆木				
																				16:10–16:40 SP 田川				
				17:10–17:40 ◎ビラBackStyle 室山							17:10–17:40 ◎ビラTotalBody 皆木							16:50–17:20 ◎ビラPerBackBody 室山						
			17:40–18:10 ◎ビラPerBackBody 室山			17:25–18:10 Power Basic 永峰										17:40–18:30 ◎ビラUpper+ 永峰				17:10–17:40 ◎ビラControlF 室山				17:20–17:50 ◎ビラHipLine 室山
																					17:40–18:10 SP 阿部			
	18:40–19:30 ◎ビラLower+ 阿部	18:40–19:10 ◎ビラHipLine 室山	18:40–19:10 ◎ビラControlF 室山			18:40–19:10 ◎ビラRefBody 永峰	18:20–19:10 ◎ビラWaist+ 田川	18:20–19:10 ◎ビラUpper+ 阿部	18:40–19:10 ◎ビラcore 田川	18:20–19:10 ◎ビラH&L+ 田川			18:40–19:10 ◎ビラBackStyle 室山	18:40–19:30 ◎ビラJumpM 室山	18:20–19:10 ◎ビラB&A+ 阿部	19:00–19:30 SP 永峰	18:40–19:10 SP 皆木			18:40–19:30 ◎ビラLower+ 阿部		18:40–19:10 SP 室山	18:20–19:10 ◎ビラLower+ 田川
	20:00–20:30 ◎ビラRefBody 永峰	19:40–20:30 ◎ビラA+ 室山	19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 永峰			19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 皆木	19:40–20:30 ◎ビラLower+ 田川	19:40–20:30 ◎ビラA+ 皆木	19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 田川	19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 田川			19:40–20:30 ◎ビラLower+ 永峰	20:00–20:30 ◎ビラControlF 室山	19:40–20:30 ◎ビラH&L+ 永峰	20:00–20:30 ◎ビラStretchC 野崎	19:40–20:30 ◎ビラLower+ 永峰			20:00–20:30 ◎ビラRefBody 永峰		19:40–20:30 ◎ビラWaist+ 田川	19:40–20:30 ◎ビラB+ 田川
	21:00–21:45 Power Waist Shape 永峰	21:00–21:50 ◎ビラUpper+ 永峰	21:00–21:30 ◎ビラRefBody 永峰			21:00–21:30 Cardio Reform Blast 皆木	21:00–21:45 Boost Upper&Lower 阿部	21:00–21:30 ◎ビラTotalBody 皆木	21:00–21:50 ◎ビラB+ 田川	21:00–21:30 ◎ビラPerBackBody 皆木			21:00–21:30 ◎ビラControlF 室山	21:00–21:30 ◎ビラHipLine 室山	21:00–21:30 SP 永峰	21:00–21:50 ◎ビラWaist+ 永峰	21:00–21:45 Power Basic 永峰			21:00–21:50 ◎ビラH&L+ 永峰		21:00–21:30 ◎ビラStretchC 野崎	21:00–21:30 ◎ビラPerBackBody 室山

定休日

定休日

定休日

臨時休業

25日(土)	26日(日)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)
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
08:30-09:20 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 阿部	定休日	09:00-09:30 SP 田川	09:00-09:30 ◎ﾋﾞﾗHipLine 室山	09:00-09:30 ◎ﾋﾞﾗControlF 室山	09:00-09:30 ◎ﾋﾞﾗcore 田川	09:00-09:45 Power Basic 田川
09:50-10:20 ◎ﾋﾞﾗRefBody 阿部		10:00-10:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 田川	10:00-10:30 ◎ﾋﾞﾗChestSR 室山	10:00-10:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 室山	10:00-10:45 Strong Hip&Legs 田川	10:15-10:45 SP 田川
10:50-11:20 SP 室山			11:00-11:30 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 皆木		11:15-11:45 ◎ﾋﾞﾗBackStyle 野崎	11:15-12:05 ◎ﾋﾞﾗLower+ 皆木
11:50-12:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 室山		11:20-12:05 Strong Back&Arms 阿部	12:00-12:50 ◎ﾋﾞﾗA+ 皆木	11:20-12:10 ◎ﾋﾞﾗJumpM 野崎	12:15-12:45 SP 野崎	12:35-13:05 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 皆木
13:10-14:00 ◎ﾋﾞﾗA+ 野崎		12:35-13:25 ◎ﾋﾞﾗLower+ 阿部	13:20-13:50 SP 室山	12:40-13:10 ◎ﾋﾞﾗStretchC 野崎	13:15-14:05 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 永峰	13:35-14:25 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 阿部
14:30-15:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 阿部		13:55-14:25 ◎ﾋﾞﾗcore 田川		13:40-14:10 SP 室山	14:35-15:25 ◎ﾋﾞﾗLower+ 田川	
15:50-16:35 Boost Upper&Lower 室山						
17:05-17:35 SP 野崎					17:20-18:10 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 永峰	
		17:40-18:10 ◎ﾋﾞﾗChestSR 皆木				17:40-18:10 SP 皆木
		18:40-19:10 SP 皆木	18:40-19:10 Cardio Reform Blast 皆木	19:00-19:30 ◎ﾋﾞﾗBackStyle 野崎	18:40-19:10 SP 永峰	18:40-19:30 ◎ﾋﾞﾗA+ 皆木
		19:40-20:30 ◎ﾋﾞﾗJumpM 皆木	19:40-20:30 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 永峰	20:00-20:30 SP 皆木	19:40-20:30 ◎ﾋﾞﾗLower+ 阿部	20:00-20:30 ◎ﾋﾞﾗRefBody 阿部
		21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 永峰	21:00-21:30 SP 永峰	21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 皆木	21:00-21:30 ◎ﾋﾞﾗRefBody 阿部	21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 阿部

【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	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45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
3.5	Strong Hip&Legs	Strong Hip&Legs	45分
3.5	Strong Back&Arms	Strong Back&Arms	45分
4	◎ﾋﾞﾗA+	Advance+	50分
4	Cardio Reform Blast	Cardio Reform Blast	30分
4	Power Waist Shape	Power Waist Shape	45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
15(水)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	永峰茉帆
16(木)	09:00-09:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	皆木秋桜乃
16(木)	19:00-19:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	永峰茉帆
17(金)	11:40-12:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	野崎麗那
17(金)	18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	皆木秋桜乃
18(土)	12:10-12:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	阿部磨那
18(土)	15:50-16:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	阿部磨那
20(月)	11:35-12:05	3	Rintosull MIX Summer 2026	田川彩
20(月)	16:10-16:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	田川彩
21(火)	17:40-18:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	阿部磨那
23(木)	12:20-12:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	皆木秋桜乃
23(木)	18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	室山紗耶
24(金)	11:35-12:05	3	Rintosull MIX Summer 2026	永峰茉帆
24(金)	14:55-15:25	3	Rintosull MIX Summer 2026	室山紗耶
25(土)	10:50-11:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	室山紗耶
25(土)	17:05-17:35	3	Rintosull MIX Summer 2026	野崎麗那
27(月)	09:00-09:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	田川彩
27(月)	18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	皆木秋桜乃
28(火)	13:20-13:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	室山紗耶
28(火)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	永峰茉帆
29(水)	13:40-14:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	室山紗耶
29(水)	20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	皆木秋桜乃
30(木)	12:15-12:45	3	Rintosull MIX Summer 2026	野崎麗那
30(木)	18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	永峰茉帆
31(金)	10:15-10:45	3	Rintosull MIX Summer 2026	田川彩
31(金)	17:40-18:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	皆木秋桜乃

◎ … 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）

【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+