2026年8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08月29日02:01 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(土)		2日(日)	3日(月)		4日(火)		5日(水)		6日(木)		7日(金)		8日(土)		9日(日)	10日(月)		11日(火)		12日(水)		13日(木)	
	Aスタジオ	Bスタジオ	－	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	－	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ
	08:30–09:00 ◎ビラPerBackBody 皆木			09:00–09:30 SP 田川		09:00–09:50 ◎ビラH&L+ 田川		10分 09:00–09:30 Cardio Reform Blast 皆木		09:00–09:50 ◎ビラUpper+ 北川		09:00–09:50 ◎ビラA+ 皆木		08:30–09:20 ◎ビラLower+ 北川			09:00–09:45 Strong Back&Arms 阿部		08:30–09:15 Boost Upper&Lower 北川		09:00–09:30 ◎ビラcore 田川		09:00–09:50 ◎ビラLower+ 北川	
	09:30–10:20 ◎ビラLower+ 皆木			10分 10:00–10:50 ◎ビラLower+ 田川		10:20–10:50 SP 田川		10:00–10:50 ◎ビラA+ 皆木		10:20–11:10 ◎ビラLower+ 北川		10:20–10:50 ◎ビラPerBackBody 皆木		09:50–10:20 SP 永峰			10:15–10:45 ◎ビラRefBody 阿部		09:45–10:35 ◎ビラH&L+ 阿部		10:00–10:50 ◎ビラH&L+ 田川		10:20–11:10 ◎ビラUpper+ 北川	
	10:50–11:20 SP 星野			11:20–11:50 ◎ビラControlF 星野		10分 11:20–12:10 ◎ビラJumpM 皆木		10分 11:20–11:50 SP 皆木		10分 11:40–12:10 ◎ビラTotalBody 皆木		11:20–11:50 SP 皆木		10:50–11:40 ◎ビラB&A+ 永峰			11:15–11:45 SP 皆木		11:05–11:35 SP 永峰		11:20–12:10 ◎ビラB&A+ 阿部		11:40–12:25 Strong Hip&Legs 阿部	
	●11:50–12:40 ◎ビラB&A+ 阿部			12:20–13:05 Ex45ビラRefCore 星野		12:40–13:10 ◎ビラTotalBody 皆木		12:20–13:10 ◎ビラUpper+ 北川		12:40–13:30 ◎ビラJumpM 皆木		12:20–13:10 ◎ビラUpper+ 北川		12:10–12:40 Cardio Reform Blast 皆木			12:15–13:05 ◎ビラA+ 皆木		12:05–12:55 ◎ビラUpper+ 北川		12:40–13:10 ◎ビラRefBody 阿部		12:55–13:45 ◎ビラB&A+ 阿部	
	13:10–13:55 Ex45ビラRefCore 星野			13:35–14:25 ◎ビラUpper+ 田川		10分 13:40–14:10 ◎ビラcore 田川		13:40–14:30 ◎ビラLower+ 北川		14:00–14:45 Boost Upper&Lower 北川		10分 13:40–14:30 ◎ビラB+ 田川		13:10–14:00 ◎ビラH&L+ 永峰					13:25–14:15 ◎ビラLower+ 北川		13:40–14:10 SP 田川		14:15–14:45 SP 田川	
	14:25–15:15 ◎ビラUpper+ 阿部									10分 15:15–15:45 SP 田川				14:30–15:20 ◎ビラUpper+ 北川					14:45–15:35 ◎ビラB&A+ 永峰		14:40–15:10 ◎ビラChestSR 皆木			
	10分 15:45–16:15 ◎ビラStretchC 星野																							
	16:45–17:35 ◎ビラA+ 皆木							17:20–18:10 ◎ビラB&A+ 永峰						15:50–16:40 ◎ビラJumpM 皆木					16:05–16:35 SP 永峰					
														17:10–17:40 SP 皆木					17:05–17:35 ◎ビラRefBody 阿部					
				10分 18:40–19:10 ◎ビラHipLine 星野		10分 18:40–19:10 Cardio Reform Blast 皆木		18:40–19:10 SP 永峰		18:20–19:10 ◎ビラB+ 田川		10分 18:40–19:10 SP 田川					18:40–19:30 ◎ビラH&L+ 田川				19:00–19:30 SP 永峰		19:00–19:30 SP 永峰	
				19:40–20:30 ◎ビラB&A+ 永峰		19:40–20:30 ◎ビラLower+ 阿部		10分 19:40–20:30 ◎ビラWaist+ 田川		19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 永峰		10分 19:40–20:30 ◎ビラH&L+ 永峰					20:00–20:30 SP 永峰				20:00–20:30 ◎ビラTotalBody 皆木		20:00–20:30 ◎ビラChestSR 皆木	
				21:00–21:30 SP 永峰		21:00–21:30 ◎ビラRefBody 阿部		21:00–21:50 ◎ビラH&L+ 田川		10分 21:00–21:30 SP 永峰		21:00–21:50 ◎ビラB&A+ 永峰					21:00–21:45 Power Basic 永峰				21:00–21:50 ◎ビラA+ 皆木		21:00–21:50 ◎ビラWaist+ 田川	

14日(金)	15日(土)	16日(日)	17日(月)		18日(火)		19日(水)		20日(木)		21日(金)		22日(土)		23日(日)	24日(月)		25日(火)		26日(水)	27日(木)	
－	－	－	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	－	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	－	Aスタジオ	Bスタジオ
臨時休業	臨時休業	定休日	09:00–09:30 ◎ﾋﾞﾗChestSR 皆木 10:00–10:30 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 皆木 11:00–11:30 SP 皆木 12:00–12:50 ◎ﾋﾞﾗA+ 皆木 13:20–14:10 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 田川 14:40–15:10 SP 田川 18:30–19:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 阿部 19:50–20:35 Strong Hip&Legs 阿部 21:05–21:35 SP 田川			09:00–09:50 ◎ﾋﾞﾗA+ 皆木 10:20–10:50 ◎ﾋﾞﾗHipLine 星野 11:20–11:50 SP 星野 12:20–12:50 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 山本 13:20–13:50 ◎ﾋﾞﾗControlF 山本 14:20–14:50 ◎ﾋﾞﾗcore 田川 18:50–19:20 SP 田川 19:50–20:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 永峰 21:05–21:55 ◎ﾋﾞﾗB+ 永峰		09:00–09:30 ◎ﾋﾞﾗRefBody 阿部 10:00–10:50 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 阿部 11:20–11:50 ◎ﾋﾞﾗPerBackBody 山本 12:20–13:10 ◎ﾋﾞﾗB+ 山本 13:40–14:10 SP 永峰 17:25–18:10 Strong Back&Arms 永峰 18:40–19:10 SP 永峰 19:40–20:30 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 田川 21:00–21:45 Power Waist Shape 田川		09:00–09:30 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 山本 10:00–10:30 ◎ﾋﾞﾗControlF 山本 11:00–11:45 Strong Back&Arms 阿部 12:15–12:45 SP 永峰 13:15–14:05 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 阿部 18:20–19:10 ◎ﾋﾞﾗB+ 永峰 19:40–20:30 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 永峰 21:00–21:30 SP 田川		09:00–09:50 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 阿部 10:20–11:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 阿部 11:40–12:30 ◎ﾋﾞﾗB+ 山本 13:00–13:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 阿部 14:20–14:50 SP 皆木 18:40–19:30 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 山本 20:00–20:30 SP 永峰 21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗA+ 皆木		08:30–09:00 ◎ﾋﾞﾗHipLine 星野 09:30–10:00 ◎ﾋﾞﾗChestSR 星野 10:30–11:15 Strong Hip&Legs 阿部 11:45–12:15 SP 田川 12:45–13:35 ◎ﾋﾞﾗLower+ 阿部 14:05–14:35 Cardio Reform Blast 皆木 15:05–15:35 ◎ﾋﾞﾗControlF 星野 16:05–16:35 SP 皆木 17:05–17:35 ◎ﾋﾞﾗRefBody 阿部		定休日	09:00–09:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 阿部 10:20–11:10 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 阿部 11:40–12:10 Cardio Reform Blast 皆木 12:40–13:10 SP 皆木 13:40–14:10 ◎ﾋﾞﾗRefBody 皆木 14:40–15:10 ◎ﾋﾞﾗcore 田川 18:40–19:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 田川 20:00–20:30 SP 永峰 21:00–21:45 Power Basic 永峰		09:00–09:50 ◎ﾋﾞﾗJumpM 皆木 10:20–10:50 ◎ﾋﾞﾗPerBackBody 皆木 11:20–12:10 ◎ﾋﾞﾗLower+ 星野 12:40–13:10 SP 永峰 18:25–19:10 Strong Back&Arms 永峰 10分 19:40–20:30 ◎ﾋﾞﾗB+ 田川 21:00–21:30 SP 田川		定休日	09:00–09:50 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 皆木 10:20–11:10 ◎ﾋﾞﾗLower+ 皆木 11:40–12:10 ◎ﾋﾞﾗRefBody 阿部 12:40–13:10 SP 永峰 13:40–14:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 永峰 18:40–19:30 ◎ﾋﾞﾗLower+ 田川 20:00–20:30 SP 田川 21:00–21:30 ◎ﾋﾞﾗRefBody 阿部	

28日(金)		29日(土)		30日(日)	31日(月)	
Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	-	Aスタジオ	Bスタジオ
09:00-09:30 SP 永峰		08:30-09:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 阿部			09:00-09:50 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 永峰	
10:00-10:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 永峰		09:50-10:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 阿部			10:20-10:50 SP 永峰	
11:10-12:00 ◎ﾋﾞﾗLower+ 阿部		11:10-11:40 ◎ﾋﾞﾗBackStyle 星野			11:20-12:10 ◎ﾋﾞﾗLower+ 田川	
12:30-13:20 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 山口		12:10-12:40 ◎ﾋﾞﾗStretchC 星野			12:40-13:25 Power Waist Shape 田川	
		13:10-13:40 SP 田川			13:55-14:25 Cardio Reform Blast 皆木	
		14:10-14:40 ◎ﾋﾞﾗcore 田川			14:55-15:25 SP 永峰	
		15:10-15:40 SP 田川				
		16:10-16:40 ◎ﾋﾞﾗRefBody 阿部				
		17:10-17:40 ◎ﾋﾞﾗControlF 星野				
18:20-19:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 阿部					18:40-19:30 ◎ﾋﾞﾗA+ 皆木	
19:40-20:30 ◎ﾋﾞﾗB+ 山口					20:00-20:30 ◎ﾋﾞﾗChestSR 星野	
21:00-21:30 SP 田川					21:00-21:30 SP 星野	

定休日

【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PerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3	Ex45ﾋﾞﾗRefCore	【Extra45】Refresh Core	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
1(土)	10:50-11:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	星野優美
3(月)	09:00-09:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	田川彩
3(月)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	永峰茉帆
4(火)	10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	田川彩
5(水)	11:20-11:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	皆木秋桜乃
5(水)	18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	永峰茉帆
6(木)	15:15-15:45	3	Rintosull MIX Summer 2026	田川彩
6(木)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	永峰茉帆
7(金)	11:20-11:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	皆木秋桜乃
7(金)	18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	田川彩
8(土)	09:50-10:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	永峰茉帆
8(土)	17:10-17:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	皆木秋桜乃
10(月)	11:15-11:45	3	Rintosull MIX Summer 2026	皆木秋桜乃
10(月)	20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	永峰茉帆
11(火)	11:05-11:35	3	Rintosull MIX Summer 2026	永峰茉帆
11(火)	16:05-16:35	3	Rintosull MIX Summer 2026	永峰茉帆
12(水)	13:40-14:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	田川彩
12(水)	19:00-19:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	永峰茉帆
13(木)	14:15-14:45	3	Rintosull MIX Summer 2026	田川彩
13(木)	19:00-19:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	永峰茉帆
17(月)	11:00-11:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	皆木秋桜乃
17(月)	14:40-15:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	田川彩
17(月)	21:05-21:35	3	Rintosull MIX Summer 2026	田川彩
18(火)	11:20-11:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	星野優美
18(火)	18:50-19:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	田川彩
19(水)	13:40-14:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	永峰茉帆
19(水)	18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	永峰茉帆
20(木)	12:15-12:45	3	Rintosull MIX Summer 2026	永峰茉帆
20(木)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	田川彩
21(金)	14:20-14:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	皆木秋桜乃
21(金)	20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	永峰茉帆
22(土)	11:45-12:15	3	Rintosull MIX Summer 2026	田川彩
22(土)	16:05-16:35	3	Rintosull MIX Summer 2026	皆木秋桜乃
24(月)	12:40-13:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	皆木秋桜乃
24(月)	20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	永峰茉帆
25(火)	12:40-13:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	永峰茉帆
25(火)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	田川彩
27(木)	12:40-13:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	永峰茉帆
27(木)	20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	田川彩
28(金)	09:00-09:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	永峰茉帆
28(金)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	田川彩
29(土)	13:10-13:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	田川彩
29(土)	15:10-15:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	田川彩
31(月)	10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	永峰茉帆
31(月)	14:55-15:25	3	Rintosull MIX Summer 2026	永峰茉帆
31(月)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	星野優美

◎ … 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+