

2026年10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09月16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(木)	2日(金)	3日(土)	4日(日)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)	11日(日)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)	18日(日)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)	
	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 SP 皆木	09:00-09:50 ◎ヒラUpper+ 阿部	08:30-09:20 ◎ヒラJumpM 室山		09:00-09:50 ◎ヒラH&L+ 田川	09:00-09:30 ◎ヒラBackStyle 星野	09:00-09:50 ◎ヒラUpper+ 田川	09:00-09:30 SP 田川	09:00-09:50 ◎ヒラB&A+ 阿部	08:30-09:20 ◎ヒラLower+ 田川							08:30-09:00 SP 田川		09:00-09:50 ◎ヒラB+ 阿部	09:00-09:30 SP 松葉		09:00-09:30 ◎ヒラPerBackBody 皆木	09:00-09:50 ◎ヒラLower+ 岡本	08:30-09:00 ◎ヒラTotalBody 皆木	
		10:00-10:50 ◎ヒラA+ 皆木	10:20-10:50 ◎ヒラRefBody 阿部	09:50-10:20 ◎ヒラBackStyle 室山		10:20-10:50 SP 田川	10:00-10:30 SP 田川	10:20-10:50 ◎ヒラcore 田川	10:00-10:50 ◎ヒラLower+ 田川	10:20-11:10 ◎ヒラB+ 阿部	10:50-11:20 SP 阿部							09:30-10:15 Power Basic 田川		10:20-11:10 ◎ヒラB&A+ 阿部	10:00-10:50 ◎ヒラLower+ 松葉		10:00-10:30 Rin-Ballet 皆木	10:20-10:50 ◎ヒラControlF 皆木	09:30-10:20 ◎ヒラJumpM 室山
		11:20-11:50 Rin-Ballet 皆木	11:20-12:10 ◎ヒラJumpM 皆木			11:20-11:50 ◎ヒラRefCore 田川	11:00-11:50 ◎ヒラUpper+ 田川	11:20-11:50 SP 田川	11:20-11:50 ◎ヒラControlF 皆木	11:40-12:10 SP 阿部	11:50-12:35 Strong Hip&Legs 阿部							10:45-11:15 ◎ヒラcore 田川		10:20-11:10 ◎ヒラB&A+ 阿部	11:20-11:50 ◎ヒラRefCore 松葉		11:00-11:50 ◎ヒラUpper+ 室山	11:20-12:10 ◎ヒラA+ 皆木	10:50-11:20 SP 室山

[illegible]

【マシンピラティス】

強度	レッスン名		時間
2.5	◎ﾋﾞｭLower+	Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞｭUpper+	Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞｭB+	Basic+	50分
2.5	◎ﾋﾞｭTotalBody	Total Body	30分
2.5	◎ﾋﾞｭStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ﾋﾞｭRefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ﾋﾞｭChestSR	Chest Spine Release	30分
2.5	Rin-Ballet	Rin-Ballet	30分
3	◎ﾋﾞｭH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞｭBackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎ﾋﾞｭHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ﾋﾞｭRefCore	Refresh Core	30分
3	◎ﾋﾞｭPerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3.5	◎ﾋﾞｭWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞｭJumpM	Jump Movement+	50分
3.5	◎ﾋﾞｭB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ﾋﾞｭcore	Shape up Core	30分
3.5	◎ﾋﾞｭ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	◎ﾋﾞｭ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

レッスンの日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(木) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	皆木秋桜乃
1(木) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	阿部磨那
2(金) 13:40-14:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	阿部磨那
2(金) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田川彩
3(土) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田川彩
3(土) 17:10-17:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	金山萌果
5(月) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田川彩
5(月) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	皆木秋桜乃
6(火) 10:00-10:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田川彩
6(火) 18:00-18:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	阿部磨那
7(水) 11:20-11:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田川彩
7(水) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	阿部磨那
8(木) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田川彩
8(木) 13:40-14:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	星野優美
9(金) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	阿部磨那
9(金) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	室山紗耶
10(土) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	阿部磨那
10(土) 15:25-15:55	3	Rintosull MIX Halloween 2026	室山紗耶
12(月) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	阿部磨那
12(月) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	星野優美
13(火) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	阿部磨那
13(火) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田川彩
14(水) 11:20-11:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田川彩
14(水) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	松葉香保
15(木) 12:35-13:05	3	Rintosull MIX Halloween 2026	松葉香保
15(木) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田川彩
16(金) 10:00-10:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	皆木秋桜乃
16(金) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田川彩
17(土) 08:30-09:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田川彩
17(土) 14:05-14:35	3	Rintosull MIX Halloween 2026	阿部磨那
19(月) 14:00-14:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	金山萌果
19(月) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	室山紗耶
20(火) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	松葉香保
20(火) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	皆木秋桜乃
22(木) 13:20-13:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	室山紗耶
22(木) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田川彩
23(金) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	阿部磨那
23(金) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	室山紗耶
24(土) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	室山紗耶
24(土) 13:05-13:35	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田川彩
26(月) 11:15-11:45	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田川彩
26(月) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	阿部磨那
27(火) 11:20-11:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	皆木秋桜乃
27(火) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	阿部磨那
28(水) 13:40-14:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	室山紗耶
28(水) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	阿部磨那
29(木) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡本幸
29(木) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	皆木秋桜乃
30(金) 12:35-13:05	3	Rintosull MIX Halloween 2026	阿部磨那
30(金) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田川彩
31(土) 09:50-10:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	阿部磨那

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
31(土) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	阿部磨那

○ … 常週レッスン
● … 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。

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



【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+

