2026年11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11月03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(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
			08:30–09:00 ◎ビラRefBody 阿部				08:30–09:00 ◎ビラRefBody 阿部							08:30–09:20 ◎ビラB+ 阿部						08:30–09:00 ◎ビラBackStyle 田川		●08:30–09:20 ◎ビラWaist+ 田川	
		09:00–09:50 ◎ビラB&A+ 松葉		09:00–09:30 ◎ビラBackStyle 田川	09:00–09:50 ◎ビラLower+ 早田	●09:00–09:50 ◎ビラH&L+ 早田			09:00–09:50 ◎ビラLower+ 田川	09:00–09:45 Boost Upper&Lower 早田	09:00–09:30 ◎ビPerBackBody 早田	09:00–09:30 ◎ビラcore 田川	09:00–09:50 ◎ビラUpper+ 田川			09:00–09:30 ◎ビラBackStyle 早田	09:00–09:50 ◎ビラH&L+ 田川	09:00–09:50 ◎ビラUpper+ 阿部	09:00–09:30 SP 松葉	09:00–09:30 ◎ビラcore 田川			09:00–09:30 SP 早田
			●09:30–10:20 ◎ビラUpper+ 阿部				09:30–10:20 ◎ビラUpper+ 早田																09:50–10:20 SP 田川	
				10:00–10:50 ◎ビラWaist+ 田川						10:15–10:45 ◎ビラRefBody 田川	10:00–10:50 ◎ビラLower+ 早田	10:00–10:30 ◎ビラControlF 田川		09:50–10:40 ◎ビラB&A+ 阿部		10:00–10:50 ◎ビラLower+ 早田	10:20–10:50 SP 田川		10:00–10:30 ◎ビラHipLine 松葉	10:00–10:45 Power Basic 田川			10:00–10:50 ◎ビラB&A+ 阿部
		10:20–11:05 Boost Upper&Lower 松葉			10:20–10:50 ◎ビPerBackBody 早田	10:20–10:50 ◎ビラBackStyle 早田			10:20–10:50 ◎ビラcore 田川				10:20–10:50 ◎ビラStretchC 星野					10:20–10:50 ◎ビラHipLine 星野			10:30–11:20 ◎ビラH&L+ 田川		
			10:50–11:40 ◎ビラLower+ 星野				10:50–11:20 ◎ビPerBackBody 早田			11:15–11:45 ◎ビラcore 田川		11:00–11:30 ◎ビラRefBody 阿部		11:10–11:40 ◎ビラControlF 田川						11:15–11:45 ◎ビラHipLine 星野			10:50–11:20 ◎ビラBackStyle 星野	
		11:35–12:05 ◎ビラHipLine 星野		11:20–11:50 ◎ビラChestSR 星野	11:20–12:05 Strong Back&Arms 阿部	11:20–12:10 ◎ビラB+ 早田			●11:20–12:10 ◎ビラB&A+ 田川		11:20–12:10 ◎ビラJumpM 林田		●11:20–12:10 ◎ビラWaist+ 田川			11:20–12:05 Power Waist Shape 田川	11:20–12:10 ◎ビラUpper+ 早田	11:20–11:50 ◎ビラControlF 田川	11:20–12:05 Boost Upper&Lower 阿部				11:20–12:10 ◎ビラUpper+ 阿部
			12:10–12:40 ◎ビラStretchC 星野				11:50–12:40 ◎ビラWaist+ 金山							12:10–13:00 ◎ビラUpper+ 小野原				12:20–13:05 Power Waist Shape 田川		12:15–13:05 ◎ビラB&A+ 隈元		11:50–12:20 SP 田川	11:50–12:40 ◎ビラWaist+ 阿部	
		12:35–13:20 Power Waist Shape 早田		12:20–13:10 ◎ビラUpper+ 林田	12:35–13:20 Boost Upper&Lower 阿部	12:40–13:30 ◎ビラUpper+ 田川			12:40–13:10 ◎ビラChestSR 星野	12:15–13:05 ◎ビラUpper+ 早田	12:40–13:10 Rin-Ballet 林田		12:40–13:10 ◎ビラBackStyle 田川			12:35–13:20 Boost Upper&Lower 阿部	12:40–13:10 ◎ビラcore 田川		12:35–13:25 ◎ビラB&A+ 松葉		12:50–13:40 ◎ビラUpper+ 小野原		12:40–13:10 ◎ビPerBackBody 早田
			13:10–14:00 ◎ビラB+ 阿部				13:10–14:00 ◎ビラB+ 阿部			13:35–14:05 ◎ビラBackStyle 早田	13:40–14:10 ◎ビラHipLine 林田			13:30–14:20 ◎ビラLower+ 小野原				13:35–14:25 ◎ビラB+ 早田		13:35–14:05 SP 隈元		13:10–14:00 ◎ビラLower+ 阿部	
		13:55–14:25 ◎ビラRefBody 早田		13:40–14:30 ◎ビラA+ 林田	13:50–14:20 ◎ビラStretchC 早田	14:00–14:30 ◎ビラRefBody 田川			13:40–14:30 ◎ビラB+ 阿部				13:40–14:30 ◎ビラLower+ 早田			13:50–14:40 ◎ビラB&A+ 阿部	13:40–14:30 ◎ビラLower+ 早田		13:55–14:25 ◎ビラRefBody 松葉				13:40–14:25 Boost Upper&Lower 小野原
			14:30–15:15 Strong Hip&Legs 阿部				14:30–15:15 Strong Back&Arms 金山							14:50–15:20 ◎ビラRefBody 阿部				14:55–15:25 SP 早田		14:35–15:25 ◎ビラLower+ 早田			14:30–15:00 SP 星野	
		14:55–15:45 ◎ビラUpper+ 早田														15:10–15:40 SP 田川					14:10–15:00 ◎ビラLower+ 小野原			
			15:45–16:35 ◎ビラUpper+ 早田				15:45–16:35 ◎ビラLower+ 金山							●15:50–16:40 ◎ビラH&L+ 阿部								15:30–16:00 SP 阿部		15:30–16:20 ◎ビラUpper+ 田川	
			17:05–17:35 ◎ビPerBackBody 早田				17:05–17:35 ◎ビラStretchC 早田							17:10–17:40 ◎ビラControlF 田川							16:30–17:15 Strong Back&Arms 阿部			
																							16:50–17:40 ◎ビラH&L+ 田川	
		19:00–19:30 ◎ビラRefCore 田川		19:00–19:30 Rin-Ballet 林田	18:40–19:10 ◎ビラControlF 田川	18:40–19:30 ◎ビラLower+ 早田			●18:30–19:20 ◎ビラLower+ 阿部	18:45–19:15 ◎ビラRefBody 阿部	18:20–19:10 ◎ビラUpper+ 阿部	19:00–19:30 ◎ビラBackStyle 早田	18:40–19:10 ◎ビラRefCore 田川		18:20–19:10 ◎ビラUpper+ 小野原	●18:40–19:30 ◎ビラLower+ 小野原	18:40–19:10 SP 田川	19:00–19:30 ◎ビラStretchC 早田	18:40–19:10 SP 阿部			18:40–19:10 SP 阿部
		20:00–20:30 ◎ビラBackStyle 田川		20:00–20:30 ◎ビラHipLine 林田	19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 田川	20:00–20:30 ◎ビラRefCore 田川			19:50–20:20 ◎ビラRefBody 阿部	19:45–20:30 Boost Upper&Lower 阿部	●19:40–20:30 ◎ビラB&A+ 阿部	20:00–20:30 ◎ビPerBackBody 早田	19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 早田		●19:40–20:30 ◎ビラLower+ 小野原	20:00–20:30 SP 早田	19:40–20:30 ◎ビラLower+ 田川	20:00–20:30 SP 早田	19:40–20:30 ◎ビラB+ 阿部			19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 小野原
		21:00–21:50 ◎ビラLower+ 早田		21:00–21:50 ◎ビラUpper+ 阿部	21:00–21:30 ◎ビラRefBody 阿部	21:00–21:30 ◎ビラcore 田川			20:50–21:35 Power Waist Shape 阿部	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 田川	21:00–21:30 Rin-Ballet 林田	●21:00–21:50 ◎ビラWaist+ 早田	21:00–21:30 ◎ビPerBackBody 早田		21:00–21:30 SP 阿部	21:00–21:30 ◎ビラStretchC 早田	21:00–21:30 ◎ビラBackStyle 早田	21:00–21:50 ◎ビラUpper+ 早田	21:00–21:45 Strong Hip&Legs 早田			21:00–21:50 ◎ビラLower+ 小野原

25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)	29日(日)	30日(月)
－	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	－	Aスタジオ
定休日	09:00-09:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 小野原 10:20-10:50 SP 早田 ●11:20-12:10 ◎ﾋﾞﾗB+ 早田 12:40-13:10 ◎ﾋﾞﾗPerBackBody 早田 13:40-14:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 小野原 18:00-18:30 ◎ﾋﾞﾗRefBody 阿部 19:00-19:30 SP 阿部 20:00-20:30 ◎ﾋﾞﾗBackStyle 田川 21:00-21:45 Boost Upper&Lower 田川	09:00-09:50 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 阿部 10:20-10:50 SP 阿部 11:20-11:50 ◎ﾋﾞﾗHipLine 星野 18:20-19:10 ◎ﾋﾞﾗB+ 早田 19:40-20:30 ◎ﾋﾞﾗLower+ 早田 21:00-21:30 SP 田川	08:30-09:00 SP 林田 09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗJumpM 林田 10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗB+ 早田 12:10-12:40 SP 早田 13:10-14:00 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 田川 14:30-15:20 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 阿部 15:50-16:20 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 林田 16:50-17:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 田川	定休日	08:30-09:00 SP 岡本 09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 田川 10:50-11:20 ◎ﾋﾞﾗControlF 田川 11:50-12:35 Power Basic 岡本 13:05-13:55 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 岡本 14:25-14:55 SP 星野 18:20-19:10 ◎ﾋﾞﾗLower+ 小野原 19:40-20:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 小野原 21:00-21:30 ◎ﾋﾞﾗBackStyle 田川

【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
2.5	Rin-Ballet	Rin-Ballet	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	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
16(月)	15:10-15:40	3	Rintosull MIX Christmas 2026	田川彩
16(月)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Christmas 2026	阿部磨那
17(火)	10:20-10:50	3	Rintosull MIX Christmas 2026	田川彩
17(火)	20:00-20:30	3	Rintosull MIX Christmas 2026	早田桃子
18(水)	14:55-15:25	3	Rintosull MIX Christmas 2026	早田桃子
18(水)	18:40-19:10	3	Rintosull MIX Christmas 2026	田川彩
19(木)	09:00-09:30	3	Rintosull MIX Christmas 2026	松葉香保
19(木)	20:00-20:30	3	Rintosull MIX Christmas 2026	早田桃子
20(金)	13:35-14:05	3	Rintosull MIX Christmas 2026	隈元愛実
20(金)	18:40-19:10	3	Rintosull MIX Christmas 2026	阿部磨那
21(土)	11:50-12:20	3	Rintosull MIX Christmas 2026	田川彩
21(土)	15:30-16:00	3	Rintosull MIX Christmas 2026	阿部磨那
23(月)	09:50-10:20	3	Rintosull MIX Christmas 2026	田川彩
23(月)	14:30-15:00	3	Rintosull MIX Christmas 2026	星野優美
24(火)	09:00-09:30	3	Rintosull MIX Christmas 2026	早田桃子
24(火)	18:40-19:10	3	Rintosull MIX Christmas 2026	阿部磨那
26(木)	10:20-10:50	3	Rintosull MIX Christmas 2026	早田桃子
26(木)	19:00-19:30	3	Rintosull MIX Christmas 2026	阿部磨那
27(金)	10:20-10:50	3	Rintosull MIX Christmas 2026	阿部磨那
27(金)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Christmas 2026	田川彩
28(土)	08:30-09:00	3	Rintosull MIX Christmas 2026	林田空
28(土)	12:10-12:40	3	Rintosull MIX Christmas 2026	早田桃子
30(月)	08:30-09:00	3	Rintosull MIX Christmas 2026	岡本幸
30(月)	14:25-14:55	3	Rintosull MIX Christmas 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）

10分
18:30-19:30
レッスン名
インストラクター名
レッスン前
10分講座

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+