2026年2月レッスンスケジュール Rintosull 岡崎店(全スタジオ:女性専用)

※2026年02月21日02:00 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
	定休日	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 遠島 11:00-11:50 ◎ビラLower+ 遠島 12:30-13:20 ◎ビラB&A+ 倉橋 14:00-14:30 ◎ビラHipLine 倉橋 17:00-17:30 Fixshoulder 柴田華倫 18:10-18:55 Boost Upper&Lower 長谷川 19:40-20:10 ◎ビラControlF 長谷川 21:00-21:50 ◎ビラB+ 長谷川	09:30-10:20 ◎ビラH&L+ 徳井 10:50-11:40 ◎ビラA+ 徳井 12:10-12:40 ◎ビラStretchC 徳井 13:10-13:40 Gardio Reform Blast 柴田麻裕 16:30-17:20 ◎ビラUpper+ 遠島 18:00-18:50 ◎ビラLower+ 遠島 19:30-20:20 ◎ビラWaist+ 柴田麻裕 21:00-21:50 ◎ビラLower+ 遠島	09:30-10:15 Boost Upper&Lower 長谷川 10:50-11:40 ◎ビラWaist+ 長谷川 12:10-13:00 ◎ビラH&L+ 倉橋 15:00-15:50 ◎ビラLower+ 遠島 17:00-17:50 ◎ビラUpper+ 遠島 18:20-18:50 ◎ビラChestSR 倉橋 19:30-20:20 ◎ビラLower+ 遠島 21:00-21:50 ◎ビラB&A+ 長谷川	09:30-10:00 ◎ビラStretchC 倉橋 10:40-11:30 ◎ビラH&L+ 倉橋 12:10-12:55 Boost Upper&Lower 柴田麻裕 13:30-14:00 Rin-Ballet 柴田麻裕 16:50-17:40 ◎ビラB&A+ 長谷川 18:20-19:10 ◎ビラB+ 倉橋 19:50-20:35 Boost Upper&Lower 長谷川 21:20-21:50 ◎ビラControlF 長谷川	09:30-10:00 ◎ビラPerBackBody 徳井 10:30-11:15 Power Basic 長谷川 11:50-12:20 ◎ビラControlF 長谷川 12:50-13:40 ◎ビラUpper+ 遠島 17:40-18:10 ◎ビラChestSR 徳井 18:40-19:30 ◎ビラLower+ 遠島 20:00-20:50 ◎ビラA+ 柴田麻裕 21:20-21:50 ◎ビラTotalBody 柴田麻裕	08:30-09:20 ◎ビラLower+ 遠島 10:00-10:50 ◎ビラUpper+ 遠島 11:30-12:15 Power Basic 長谷川 13:00-13:50 ◎ビラWaist+ 徳井 14:20-15:10 ◎ビラA+ 徳井 15:40-16:30 ◎ビラUpper+ 遠島 17:30-18:20 ◎ビラH&L+ 長谷川 18:50-19:40 ◎ビラB&A+ 長谷川	09:30-10:00 ◎ビラRefBody 長谷川 10:40-11:30 ◎ビラUpper+ 遠島 12:10-13:00 ◎ビラLower+ 遠島 13:40-14:30 ◎ビラWaist+ 長谷川 17:00-17:30 Rin-Ballet 柴田麻裕 18:20-19:10 ◎ビラB&A+ 長谷川 19:50-20:35 Power Basic 長谷川 21:20-21:50 ◎ビラHipLine 柴田麻裕	09:30-10:00 ◎ビラBackStyle 徳井 10:40-11:30 ◎ビラJumpM 徳井 12:10-12:40 ◎ビラChestSR 倉橋 13:20-14:10 ◎ビラLower+ 遠島 14:40-15:10 ◎ビラHipLine 柴田麻裕 16:00-16:50 ◎ビラUpper+ 遠島 18:30-19:20 ◎ビラH&L+ 長谷川 20:00-20:30 ◎ビラHipLine 倉橋 21:10-21:40 ◎ビラControlF 長谷川	08:30-09:20 ◎ビラH&L+ 倉橋 10:00-10:50 ◎ビラLower+ 遠島 11:30-12:20 ◎ビラUpper+ 遠島 13:00-13:30 ◎ビラTotalBody 徳井 14:40-15:10 ◎ビラPerBackBody 徳井 15:50-16:40 ◎ビラUpper+ 遠島 17:20-18:10 ◎ビラB+ 倉橋 18:50-19:40 ◎ビラH&L+ 徳井	09:30-10:20 ◎ビラB&A+ 徳井 11:00-11:30 Cardio Reform Blast 柴田麻裕 12:10-12:55 Boost Upper&Lower 徳井 13:30-14:00 ◎ビラTotalBody 柴田麻裕 14:30-15:00 ◎ビラControlF 長谷川 16:00-16:50 ◎ビラH&L+ 徳井 18:20-19:10 ◎ビラWaist+ 長谷川 19:50-20:20 ◎ビラChestSR 柴田麻裕 21:00-21:45 Boost Upper&Lower 長谷川	09:30-10:15 Boost Upper&Lower 長谷川 10:50-11:20 ◎ビラHipLine 倉橋 12:10-12:40 ◎ビラChestSR 柴田麻裕 13:30-14:15 Power Basic 柴田麻裕 16:30-17:20 ◎ビラLower+ 遠島 18:00-18:50 ◎ビラA+ 柴田麻裕 19:30-20:20 ◎ビラH&L+ 倉橋 21:00-21:50 ◎ビラUpper+ 遠島	08:30-09:00 ◎ビラControlF 長谷川 09:40-10:30 ◎ビラWaist+ 長谷川 11:10-11:55 Boost Upper&Lower 長谷川 12:30-13:00 Rin-Ballet 柴田麻裕 15:00-15:50 ◎ビラB+ 長谷川 16:30-17:00 ◎ビラChestSR 柴田麻裕 17:40-18:25 Boost Upper&Lower 柴田麻裕 19:00-19:30 Cardio Reform Blast 柴田麻裕	定休日	09:30-10:15 Boost Upper&Lower 徳井 10:50-11:40 ◎ビラB&A+ 柴田麻裕 12:20-12:50 Rin-Ballet 柴田麻裕 14:00-14:30 ◎ビラHipLine 倉橋 15:10-16:00 ◎ビラA+ 徳井 17:00-17:45 Power Basic 徳井 18:40-19:10 ◎ビラStretchC 徳井 19:50-20:35 Boost Upper&Lower 倉橋 21:10-21:40 ◎ビラChestSR 倉橋	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 徳井 11:00-11:30 ◎ビラControlF 長谷川 12:10-12:40 ◎ビラcore 徳井 13:20-14:05 Power Basic 長谷川 16:00-16:50 ◎ビラLower+ 長谷川 18:10-19:00 ◎ビラUpper+ 柴田麻裕 19:40-20:10 ◎ビラPerBackBody 徳井 21:00-21:50 ◎ビラB+ 徳井	09:30-10:20 ◎ビラH&L+ 柴田麻裕 11:00-11:50 ◎ビラWaist+ 長谷川 12:30-13:15 Boost Upper&Lower 長谷川 14:00-14:50 ◎ビラUpper+ 遠島 17:00-17:30 ◎ビラChestSR 柴田麻裕 18:20-18:50 Cardio Reform Blast 柴田麻裕 19:30-20:15 Power Basic 長谷川 21:00-21:50 ◎ビラA+ 柴田麻裕	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 遠島 11:00-11:50 ◎ビラLower+ 遠島 12:30-13:00 ◎ビラPerBackBody 柴田麻裕 13:40-14:30 ◎ビラA+ 柴田麻裕 18:00-18:50 ◎ビラWaist+ 井上 19:30-20:20 ◎ビラJumpM 柴田麻裕 21:00-21:50 ◎ビラH&L+ 井上	09:30-10:00 Fixshoulder 柴田華倫 10:30-11:00 ◎ビラStretchC 柴田華倫 ●11:30-12:20 ◎ビラB+ 長谷川 12:50-13:40 ◎ビラA+ 徳井 17:40-18:25 Power Basic 柴田麻裕 18:50-19:20 ◎ビラHipLine 徳井 19:50-20:40 ◎ビラUpper+ 遠島 21:00-21:50 ◎ビラLower+ 遠島	08:30-09:20 ◎ビラB&A+ 長谷川 10:00-10:30 ◎ビラChestSR 倉橋 11:10-12:00 ◎ビラUpper+ 遠島 12:40-13:30 ◎ビラLower+ 遠島 15:00-15:30 ◎ビラControlF 長谷川 16:20-17:10 ◎ビラB+ 長谷川 17:50-18:20 ◎ビラHipLine 倉橋 19:00-19:45 Boost Upper&Lower 倉橋	定休日	08:30-09:20 ◎ビラWaist+ 倉橋 10:00-10:30 ◎ビラStretchC 倉橋 11:00-11:30 ◎ビラHipLine 柴田華倫 12:40-13:30 ◎ビラUpper+ 遠島 ●15:00-15:50 ◎ビラUpper+ 遠島 16:30-17:00 ◎ビラHipLine 柴田華倫 17:35-18:25 ◎ビラLower+ 遠島 19:00-19:50 ◎ビラUpper+ 遠島	09:30-10:15 Power Basic 長谷川 11:00-11:50 ◎ビラUpper+ 遠島 12:30-13:20 ◎ビラLower+ 遠島 14:10-14:40 ◎ビラHipLine 倉橋 16:10-17:00 ◎ビラUpper+ 遠島 17:35-18:25 ◎ビラWaist+ 倉橋 19:30-20:20 ◎ビラH&L+ 長谷川 21:00-21:50 ◎ビラB&A+ 倉橋

25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)
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Lower+ 遠島
09:30-10:00 ◎ﾋﾞﾗChestSR 柴田華倫	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗJumpM 徳井	09:30-10:15 Power Basic 徳井	10:00-10:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 遠島
10:40-11:10 ◎ﾋﾞﾗStretchC 柴田華倫	11:00-11:50 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 徳井	11:00-11:30 ◎ﾋﾞﾗcore 徳井	11:30-12:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 長谷川
12:00-12:45 Boost Upper&Lower 倉橋	12:20-12:50 ◎ﾋﾞﾗcore 柴田麻裕	12:10-12:40 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 柴田麻裕	
		13:20-14:10 ◎ﾋﾞﾗA+ 徳井	13:10-13:40 ◎ﾋﾞﾗControlF 徳井
	14:20-15:05 Boost Upper&Lower 長谷川	14:40-15:10 ◎ﾋﾞﾗHipLine 徳井	
15:00-15:30 ◎ﾋﾞﾗChestSR 倉橋	15:30-16:00 ◎ﾋﾞﾗHipLine 徳井		15:00-15:50 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 徳井
	16:40-17:30 ◎ﾋﾞﾗB+ 長谷川	16:30-17:20 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 柴田麻裕	16:30-17:20 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 徳井
18:00-18:45 Boost Upper&Lower 倉橋	18:10-19:00 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 徳井		18:00-18:30 Cardio Reform Blast 柴田麻裕
		18:40-19:10 ◎ﾋﾞﾗcore 柴田麻裕	19:00-19:30 Rin-Ballet 柴田麻裕
19:30-20:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 長谷川	19:40-20:25 Boost Upper&Lower 柴田麻裕	19:50-20:20 ◎ﾋﾞﾗChestSR 柴田麻裕	
21:10-21:40 ◎ﾋﾞﾗControlF 長谷川	21:00-21:30 Rin-Ballet 柴田麻裕	21:00-21:45 Boost Upper&Lower 倉橋	

【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
4	◎ﾋﾞﾗA+	Advance+	50分
4	Cardio Reform Blast	Cardio Reform Blast	30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
2(月)	17:00-17:30	3	Fix shoulder Blades	柴田華倫
20(金)	09:30-10:00	3	Fix shoulder Blades	柴田華倫

◎ … 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+