

2025年8月レッスンスケジュール Rintosull 茨木店(全スタジオ:女性専用)

※2025年07月30日02:09 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(金)		2日(土)		3日(日)	4日(月)		5日(火)		6日(水)		7日(木)		8日(金)		9日(土)		10日(日)	11日(月)		12日(火)	13日(水)	14日(木)
	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	-	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	-	Aスタジオ	Sスタジオ	-	-	-
					定休日													定休日			臨時休業	臨時休業	臨時休業
																							
																							
																							
																							

[illegible]

[illegible]

【マシンピラティス】

強度	レッスンの名		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
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	SP	Rintosu!MIX Summer2025	30分
3.5	◎ﾋﾞｭWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞｭB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ﾋﾞｭcore	Shape up Core	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
1(金) 09:20-10:05	1	見学会(2.45)	井上侑香
1(金) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	井上侑香
1(金) 13:50-14:35	1	見学会(2.45)	矢部風菜
1(金) 17:20-18:05	1	見学会(2.45)	山本文香
1(金) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	山本文香
2(土) 08:20-09:05	1	見学会(2.45)	竹城杏咲
2(土) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	青柳一愛
2(土) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	寛優衣
2(土) 14:30-15:15	1	見学会(2.45)	矢部風菜
2(土) 16:40-17:25	1	見学会(2.45)	山本文香
4(月) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	山本文香
4(月) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	村上心海
4(月) 18:30-19:15	1	見学会(2.45)	矢部風菜
4(月) 19:50-20:35	1	見学会(2.45)	寛優衣
5(火) 09:20-10:05	1	見学会(2.45)	村上心海
5(火) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	青柳一愛
5(火) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	寛優衣
5(火) 17:30-18:15	1	見学会(2.45)	竹城杏咲
5(火) 19:50-20:35	1	見学会(2.45)	竹城杏咲
6(水) 09:20-10:05	1	見学会(2.45)	矢部風菜
6(水) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	村上心海
6(水) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	寛優衣
6(水) 18:30-19:15	1	見学会(2.45)	山本文香
6(水) 19:50-20:35	1	見学会(2.45)	青柳一愛
7(木) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	山本文香
7(木) 12:40-13:25	1	見学会(2.45)	矢部風菜
7(木) 14:00-14:45	1	見学会(2.45)	村上心海
7(木) 17:20-18:05	1	見学会(2.45)	山本文香
7(木) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	村上心海
8(金) 09:20-10:05	1	見学会(2.45)	竹城杏咲
8(金) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	寛優衣
8(金) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	矢部風菜
8(金) 17:20-18:05	1	見学会(2.45)	山本文香
8(金) 18:40-19:25	1	見学会(2.45)	矢部風菜
9(土) 08:20-09:05	1	見学会(2.45)	村上心海
9(土) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	寛優衣
9(土) 12:00-12:45	1	見学会(2.45)	山本文香
9(土) 14:20-15:05	1	見学会(2.45)	井上侑香
9(土) 16:40-17:25	1	見学会(2.45)	山本文香
11(月) 09:20-10:05	1	見学会(2.45)	山本文香
11(月) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	村上心海
11(月) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	矢部風菜
11(月) 15:20-16:05	1	見学会(2.45)	寛優衣
11(月) 16:40-17:25	1	見学会(2.45)	村上心海
15(金) 09:20-10:05	1	見学会(2.45)	村上心海
15(金) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	寛優衣
15(金) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	山本文香
15(金) 17:20-18:05	1	見学会(2.45)	村上心海
15(金) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	井上侑香
16(土) 09:20-10:05	1	見学会(2.45)	青柳一愛
16(土) 12:40-13:25	1	見学会(2.45)	矢部風菜

レッスンの日時	曜	レッスン名	担当インストラクター
16(土)	14:00-14:45	1 見学会(2.45)	山本文香
16(土)	16:20-17:05	1 見学会(2.45)	井上侑香
18(月)	10:20-11:05	1 見学会(2.45)	青柳一愛
18(月)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	井上侑香
18(月)	13:00-13:45	1 見学会(2.45)	寛優衣
18(月)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	矢部風菜
18(月)	19:40-20:25	1 見学会(2.45)	山本文香
19(火)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	寛優衣
19(火)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	村上心海
19(火)	13:00-13:45	1 見学会(2.45)	青柳一愛
19(火)	16:30-17:15	1 見学会(2.45)	青柳一愛
19(火)	18:40-19:25	1 見学会(2.45)	山本文香
20(水)	10:20-11:05	1 見学会(2.45)	青柳一愛
20(水)	12:40-13:25	1 見学会(2.45)	山本文香
20(水)	14:00-14:45	1 見学会(2.45)	寛優衣
20(水)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	寛優衣
20(水)	19:50-20:35	1 見学会(2.45)	村上心海
21(木)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	井上侑香
21(木)	12:40-13:25	1 見学会(2.45)	村上心海
21(木)	14:00-14:45	1 見学会(2.45)	矢部風菜
21(木)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	村上心海
21(木)	19:50-20:35	1 見学会(2.45)	村上心海
22(金)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	竹城杏咲
22(金)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	竹城杏咲
22(金)	14:00-14:45	1 見学会(2.45)	村上心海
22(金)	16:30-17:15	1 見学会(2.45)	矢部風菜
22(金)	19:40-20:25	1 見学会(2.45)	矢部風菜
23(土)	08:20-09:05	1 見学会(2.45)	寛優衣
23(土)	10:20-11:05	1 見学会(2.45)	村上心海
23(土)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	青柳一愛
23(土)	15:20-16:05	1 見学会(2.45)	矢部風菜
25(月)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	矢部風菜
25(月)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	山本文香
25(月)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	青柳一愛
25(月)	19:50-20:35	1 見学会(2.45)	村上心海
26(火)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	矢部風菜
26(火)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	井上侑香
26(火)	13:00-13:45	1 見学会(2.45)	山本文香
26(火)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	寛優衣
26(火)	19:40-20:25	1 見学会(2.45)	山本文香
27(水)	10:20-11:05	1 見学会(2.45)	井上侑香
27(水)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	井上侑香
27(水)	14:00-14:45	1 見学会(2.45)	寛優衣
27(水)	16:30-17:15	1 見学会(2.45)	村上心海
27(水)	19:30-20:15	1 見学会(2.45)	青柳一愛
28(木)	10:20-11:05	1 見学会(2.45)	矢部風菜
28(木)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	村上心海
28(木)	14:00-14:45	1 見学会(2.45)	山本文香
28(木)	17:30-18:15	1 見学会(2.45)	山本文香
28(木)	19:40-20:25	1 見学会(2.45)	寛優衣
29(金)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	村上心海

レッスンの日時	曜	レッスン名	担当インストラクター
29(金)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	村上心海
29(金)	13:00-13:45	1 見学会(2.45)	井上侑香
29(金)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	矢部風菜
29(金)	19:40-20:25	1 見学会(2.45)	寛優衣
30(土)	08:20-09:05	1 見学会(2.45)	村上心海
30(土)	09:40-10:25	1 見学会(2.45)	井上侑香
30(土)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	矢部風菜
30(土)	15:40-16:25	1 見学会(2.45)	青柳一愛

○ … 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。

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
21:00-22:00
レッスン名
インストラクター名



【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+





