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

※2026年02月28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)	
	-	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
	定休日	09:30-10:20 ◎ビラB+ 吉原		09:30-10:00 ◎ビラRefCore 國田		09:30-10:20 ◎ビラLower+ 小山		09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 宮崎		09:30-10:15 Power Basic 今山		08:00-08:50 ◎ビラWaist+ 手島		定休日	09:30-10:00 ◎ビラRefCore 吉原		09:30-10:20 ◎ビラLower+ 宮崎		08:00-08:30 ◎ビラTotalBody 日高		09:30-10:15 Power Basic 吹坂		09:30-10:00 ◎ビラStretchC 日高	
		10:40-11:25 Boost Upper&Lower 日高		10:20-11:10 ◎ビラUpper+ 吉原		10:40-11:10 ◎ビラBackStyle 日高		10:40-11:25 Power Basic 今山		10:35-11:25 ◎ビラLower+ 吉原		09:10-09:40 ◎ビラTotalBody 測上			10:20-11:10 ◎ビラH&L+ 今山		10:40-11:30 ◎ビラUpper+ 吉原		08:50-09:40 ◎ビラUpper+ 吹坂		10:35-11:25 ◎ビラWaist+ 吹坂		10:20-11:10 ◎ビラB&A+ 日高	
		11:45-12:30 Power Basic 吉原		11:30-12:20 ◎ビラB+ 手島		11:30-12:15 Boost Upper&Lower 今山		11:45-12:35 ◎ビラJumpM 測上		11:45-12:35 ◎ビラB&A+ 吉原		10:00-10:30 ◎ビラRefCore 小山			11:30-12:20 ◎ビラB&A+ 小山		11:50-12:20 ◎ビラRefBody 測上		09:30-10:00 ◎ビラBackStyle 日高		11:45-12:15 ◎ビラPerBackBody 手島		11:30-12:15 Boost Upper&Lower 吹坂	
		12:50-13:20 ◎ビラBackStyle 日高		12:35-13:25 ◎ビラH&L+ 小山		12:35-13:05 ◎ビラRefBody 金田		12:55-13:25 ◎ビラRefCore 今山		12:55-13:40 Boost Upper&Lower 今山		10:50-11:40 ◎ビラUpper+ 今山	10:40-11:30 ◎ビラB&A+ 吉原		12:40-13:30 ◎ビラLower+ 吉原		12:40-13:30 ◎ビラJumpM 測上		10:00-10:50 ◎ビラH&L+ 金田		12:35-13:25 ◎ビラH&L+ 日高		12:35-13:25 ◎ビラB+ 吹坂	
		13:40-14:30 ◎ビラLower+ 今山		13:45-14:15 ◎ビラTotalBody 手島				13:45-14:35 ◎ビラB&A+ 小山		14:00-14:50 ◎ビラH&L+ 今山		12:00-12:45 Power Basic 小山	11:50-12:40 ◎ビラA+ 日高		13:50-14:40 ◎ビラB&A+ 今山		13:50-14:20 ◎ビラStretchC 國田		11:10-12:00 ◎ビラB&A+ 吉原		13:45-14:35 ◎ビラUpper+ 吉原		13:45-14:15 ◎ビラControlF 手島	
		17:00-17:30 ◎ビラPerBackBody 手島	16:50-17:40 ◎ビラWaist+ 小山	16:45-17:30 Boost Upper&Lower 小山				16:10-16:40 ◎ビラControlF 測上		16:40-17:30 ◎ビラUpper+ 宮崎		13:05-13:35 ◎ビラPerBackBody 測上	13:00-13:30 ◎ビラRefBody 小山		16:15-16:45 ◎ビラcore 日高		16:20-17:10 ◎ビラB&A+ 吉原		12:20-13:10 ◎ビラLower+ 宮崎	12:20-12:50 ◎ビラTotalBody 手島			14:35-15:05 ◎ビラcore 日高	
		17:50-18:20 ◎ビラTotalBody 測上	18:00-18:50 ◎ビラB+ 今山	17:50-18:20 ◎ビラTotalBody 小山	17:40-18:30 ◎ビラLower+ 金田	17:55-18:40 Boost Upper&Lower 金田	18:00-18:50 ◎ビラA+ 測上	17:00-17:50 ◎ビラB+ 今山	16:50-17:40 ◎ビラLower+ 宮崎	17:50-18:20 ◎ビラPerBackBody 手島	17:40-18:30 ◎ビラWaist+ 吉原	13:55-14:45 ◎ビラB&A+ 今山	13:50-14:40 ◎ビラWaist+ 測上		17:05-17:50 Power Basic 測上	17:40-18:30 ◎ビラLower+ 今山	17:30-18:20 ◎ビラH&L+ 今山	17:10-17:40 ◎ビラControlF 測上	13:30-14:00 ◎ビラControlF 手島	13:10-13:55 Boost Upper&Lower 吉原		16:50-17:20 ◎ビラPerBackBody 日高	16:45-17:35 ◎ビラLower+ 宮崎	
		18:40-19:30 ◎ビラLower+ 小山	19:10-19:40 ◎ビラControlF 測上	18:40-19:30 ◎ビラUpper+ 手島	18:50-19:40 ◎ビラA+ 日高	19:00-19:30 ◎ビラRefBody 手島	19:10-19:40 ◎ビラRefCore 國田	15:05-15:50 Boost Upper&Lower 吉原	15:00-15:30 ◎ビラTotalBody 手島	18:40-19:30 ◎ビラA+ 日高	18:50-19:40 ◎ビラLower+ 宮崎	18:10-19:00 ◎ビラH&L+ 日高			18:10-18:40 ◎ビラTotalBody 日高	18:50-19:40 ◎ビラUpper+ 吹坂	18:40-19:25 Power Basic 吉原	18:00-18:30 ◎ビラChestSR 日高	14:15-14:45 ◎ビラRefCore 吉原		17:00-17:50 ◎ビラB&A+ 吉原	17:40-18:30 ◎ビラJumpM 手島	17:55-18:25 ◎ビラRefCore 今山	
		19:50-20:40 ◎ビラUpper+ 今山	20:00-20:45 Power Basic 小山	19:50-20:40 ◎ビラLower+ 宮崎	20:00-20:30 ◎ビラRefCore 金田	19:50-20:40 ◎ビラWaist+ 手島	20:00-20:30 ◎ビラHipLine 國田	20:10-20:40 ◎ビラRefCore 小山	20:15-20:45 ◎ビラRefBody 今山	19:50-20:40 ◎ビラB+ 測上	20:00-20:50 ◎ビラUpper+ 宮崎				19:00-19:30 ◎ビラBackStyle 小山		19:50-20:40 ◎ビラB&A+ 今山	19:50-20:40 ◎ビラH&L+ 金田	15:05-15:35 ◎ビラRefBody 金田		18:10-18:40 ◎ビラControlF 測上	18:50-19:20 ◎ビラRefCore 吉原	18:45-19:35 ◎ビラH&L+ 今山	18:20-18:50 ◎ビラTotalBody 日高
		21:00-21:50 ◎ビラH&L+ 測上		21:00-21:50 ◎ビラUpper+ 宮崎		21:00-21:45 Power Basic 吉原		21:00-21:30 ◎ビラBackStyle 小山		21:00-21:45 Boost Upper&Lower 日高					19:50-20:40 ◎ビラH&L+ 小山	20:00-20:50 ◎ビラA+ 日高	20:00-20:30 ◎ビラBackStyle 國田		15:30-16:00 ◎ビラPerBackBody 手島		19:00-19:50 ◎ビラA+ 日高		19:10-19:40 ◎ビラPerBackBody 日高	
															21:00-21:30 ◎ビラRefCore 吹坂		21:00-21:50 ◎ビラLower+ 今山		16:20-16:50 ◎ビラRefCore 金田	15:55-16:45 ◎ビラLower+ 宮崎	20:10-20:40 ◎ビラTotalBody 小山	19:40-20:30 ◎ビラUpper+ 吉原	19:55-20:40 Boost Upper&Lower 吉原	20:00-20:30 ◎ビラControlF 手島
																			17:10-18:00 ◎ビラB&A+ 金田		21:00-21:50 ◎ビラB+ 小山		21:00-21:50 ◎ビラB&A+ 測上	

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)		25日(水)		26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
08:00-08:50 ◎ピラUpper+ 宮崎		定休日											08:00-08:50 ◎ピラB+ 吉原		定休日	08:00-08:45 Boost Upper&Lower 今山							
09:10-10:00 ◎ピラLower+ 宮崎	09:30-10:00 ◎ピラRefCore 吹坂		09:30-10:20 ◎ピラB&A+ 今山		09:30-10:15 Power Basic 小山		09:30-10:00 ◎ピラRefBody 小山		09:30-10:00 ◎ピラRefCore 吉原		09:30-10:00 ◎ピラRefCore 吹坂		09:10-10:00 ◎ピラUpper+ 宮崎	09:30-10:15 Power Basic 渕上		09:05-09:55 ◎ピラWaist+ 今山	09:30-10:15 Power Basic 吉原	09:30-10:20 ◎ピラH&L+ 手島		09:30-10:00 ◎ピラcore 日高		09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 吉原	
10:20-11:10 ◎ピラB+ 吹坂	10:20-10:50 ◎ピラControlF 手島		10:40-11:10 ◎ピラcore 日高		10:35-11:25 ◎ピラLower+ 金田		10:20-10:50 ◎ピラHipLine 渕上		10:20-11:05 Boost Upper&Lower 吉原		10:20-11:10 ◎ピラUpper+ 吉原		10:20-11:10 ◎ピラJumpM 手島	10:35-11:25 ◎ピラWaist+ 吉原		10:15-10:45 ◎ピラStretchC 國田	10:35-11:25 ◎ピラLower+ 宮崎	10:40-11:10 ◎ピラPerBackBody 手島		10:20-10:50 ◎ピラChestSR 日高		10:40-11:10 ◎ピラHipLine 渕上	
11:30-12:00 ◎ピラRefBody 小山	11:10-11:55 Power Basic 金田		11:30-12:20 ◎ピラB+ 日高		11:45-12:35 ◎ピラWaist+ 吹坂		11:10-12:00 ◎ピラUpper+ 宮崎		11:25-12:15 ◎ピラB+ 吉原		11:30-12:20 ◎ピラH&L+ 今山		11:30-12:00 ◎ピラControlF 渕上	11:45-12:30 Boost Upper&Lower 宮崎		11:05-11:35 ◎ピラBackStyle 國田	11:45-12:35 ◎ピラUpper+ 宮崎	11:30-12:15 Power Basic 金田		11:10-12:00 ◎ピラJumpM 手島		11:30-12:20 ◎ピラB&A+ 金田	
12:20-13:10 ◎ピラJumpM 手島	12:15-13:05 ◎ピラUpper+ 吹坂		12:40-13:30 ◎ピラWaist+ 金田		12:55-13:25 ◎ピラTotalBody 小山		12:20-13:05 Power Basic 小山		12:35-13:25 ◎ピラB&A+ 金田		12:40-13:25 Boost Upper&Lower 宮崎		12:20-12:50 ◎ピラTotalBody 小山	12:50-13:20 ◎ピラTotalBody 手島		13:05-13:35 ◎ピラControlF 國田	12:55-13:45 ◎ピラH&L+ 今山	12:35-13:05 ◎ピラHipLine 渕上		12:20-12:50 ◎ピラTotalBody 日高		12:40-13:30 ◎ピラB+ 吉原	
13:30-14:20 ◎ピラWaist+ 吹坂	13:25-13:55 ◎ピラRefCore 金田		13:50-14:35 Power Basic 今山						13:45-14:35 ◎ピラLower+ 宮崎		13:45-14:35 ◎ピラB+ 吉原		13:10-14:00 ◎ピラLower+ 吹坂	13:40-14:30 ◎ピラUpper+ 小山		13:55-14:40 Boost Upper&Lower 宮崎	14:05-14:35 ◎ピラChestSR 日高	13:25-14:15 ◎ピラA+ 日高		13:10-14:00 ◎ピラLower+ 今山		13:50-14:40 ◎ピラLower+ 宮崎	
14:40-15:25 Boost Upper&Lower 手島	14:15-15:05 ◎ピラUpper+ 宮崎		14:55-15:25 ◎ピラBackStyle 小山										14:20-15:10 ◎ピラB+ 吹坂	14:50-15:20 ◎ピラRefBody 小山		15:00-15:30 ◎ピラHipLine 渕上	14:55-15:45 ◎ピラB&A+ 小山			14:20-15:10 ◎ピラWaist+ 金田			
15:45-16:35 ◎ピラB+ 小山	15:25-16:10 Power Basic 吹坂				15:50-16:40 ◎ピラH&L+ 金田								15:30-16:00 ◎ピラRefBody 吉原	15:40-16:10 ◎ピラRefCore 吹坂		15:50-16:40 ◎ピラA+ 國田							
16:55-17:45 ◎ピラB&A+ 金田					17:00-17:30 ◎ピラBackStyle 小山	16:35-17:20 Power Basic 吹坂			16:40-17:30 ◎ピラB+ 吹坂		16:45-17:35 ◎ピラJumpM 渕上		16:20-17:05 Power Basic 渕上			17:00-17:50 ◎ピラLower+ 吉原		16:40-17:30 ◎ピラUpper+ 吉原	17:10-18:00 ◎ピラJumpM 渕上	16:45-17:35 ◎ピラB+ 今山		16:45-17:30 Boost Upper&Lower 今山	17:10-18:00 ◎ピラB+ 金田
18:05-18:35 ◎ピラRefCore 金田			17:50-18:40 ◎ピラJumpM 國田	18:00-18:30 ◎ピラBackStyle 小山	17:50-18:40 ◎ピラWaist+ 今山	17:40-18:30 ◎ピラUpper+ 吹坂	18:10-18:40 ◎ピラcore 日高	18:00-18:50 ◎ピラH&L+ 今山	17:50-18:20 ◎ピラcore 日高	17:40-18:30 ◎ピラLower+ 宮崎	17:55-18:40 Boost Upper&Lower 宮崎	17:40-18:30 ◎ピラH&L+ 今山				18:10-18:40 ◎ピラTotalBody 小山		17:50-18:20 ◎ピラRefCore 小山	18:20-18:50 ◎ピラChestSR 日高	17:55-18:45 ◎ピラWaist+ 今山	17:40-18:30 ◎ピラUpper+ 宮崎	17:50-18:40 ◎ピラB&A+ 吉原	18:20-18:50 ◎ピラBackStyle 日高
			19:00-19:50 ◎ピラA+ 國田	18:50-19:40 ◎ピラLower+ 手島	19:00-19:30 ◎ピラRefBody 渕上	18:50-19:40 ◎ピラLower+ 金田	19:00-19:30 ◎ピラStretchC 國田	19:10-19:40 ◎ピラRefCore 今山	18:40-19:30 ◎ピラUpper+ 吹坂	18:50-19:20 ◎ピラRefBody 今山	19:00-19:30 ◎ピラRefCore 吉原	18:50-19:40 ◎ピラWaist+ 吹坂						18:40-19:30 ◎ピラH&L+ 金田	19:10-19:40 ◎ピラHipLine 渕上	19:05-19:50 Boost Upper&Lower 宮崎	18:50-19:40 ◎ピラH&L+ 金田	19:00-19:30 ◎ピラRefCore 吉原	19:10-19:40 ◎ピラTotalBody 日高
			20:10-20:40 ◎ピラChestSR 日高	20:00-20:30 ◎ピラPerBackBody 手島	19:50-20:40 ◎ピラB+ 小山	20:00-20:50 ◎ピラWaist+ 金田	19:50-20:40 ◎ピラUpper+ 吹坂	20:00-20:50 ◎ピラB&A+ 金田	19:50-20:40 ◎ピラWaist+ 日高	19:40-20:25 Boost Upper&Lower 吹坂	19:50-20:40 ◎ピラLower+ 宮崎	20:00-20:45 Power Basic 金田						19:50-20:40 ◎ピラWaist+ 小山	20:00-20:50 ◎ピラLower+ 吉原	20:10-20:40 ◎ピラRefBody 渕上	20:00-20:45 Boost Upper&Lower 宮崎	19:50-20:40 ◎ピラH&L+ 今山	20:00-20:45 Power Basic 金田
			21:00-21:30 ◎ピラStretchC 國田		21:00-21:50 ◎ピラB&A+ 今山		21:00-21:50 ◎ピラWaist+ 吹坂		21:00-21:45 Power Basic 今山		21:00-21:30 ◎ピラRefBody 金田							21:00-21:50 ◎ピラB+ 小山		21:00-21:50 ◎ピラJumpM 渕上		21:00-21:50 ◎ピラUpper+ 宮崎	

27日(金)		28日(土)	
Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ
		08:00-08:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 吹坂	
09:30-10:00 ◎ﾋﾞﾗChestSR 渕上		09:10-10:00 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 小山	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 宮崎
10:20-11:10 ◎ﾋﾞﾗLower+ 吉原		10:20-11:10 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 小山	10:40-11:10 ◎ﾋﾞﾗRefBody 今山
11:30-12:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 小山		11:30-12:15 Power Basic 今山	11:30-12:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 金田
12:40-13:30 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 金田		12:35-13:25 ◎ﾋﾞﾗLower+ 宮崎	12:40-13:30 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 金田
13:50-14:40 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 小山		13:45-14:35 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 吹坂	13:50-14:35 Power Basic 小山
		14:55-15:25 ◎ﾋﾞﾗRefCore 吹坂	14:55-15:45 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 小山
		15:45-16:35 ◎ﾋﾞﾗLower+ 今山	
17:00-17:30 ◎ﾋﾞﾗRefBody 金田		16:55-17:45 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 今山	
17:50-18:40 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 金田	18:00-18:45 Boost Upper&Lower 吉原	18:05-18:35 ◎ﾋﾞﾗRefBody 金田	
19:00-19:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 手島	19:10-19:40 ◎ﾋﾞﾗBackStyle 日高		
20:10-20:40 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 手島	20:00-20:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 吉原		
21:00-21:30 ◎ﾋﾞﾗStretchC 日高			

【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
4	◎ﾋﾞﾗA+	Advance+	50分

◎ … 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+