2026年6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05月26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(月)		2日(火)		3日(水)		4日(木)		5日(金)		6日(土)		7日(日)	8日(月)		9日(火)		10日(水)		11日(木)		12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
											08:00–08:50 ◎ピラB+ 宮崎											
	09:30–10:00 ◎ピラRefCore 吉原		09:30–10:20 ◎ピラLower+ 宮地		09:30–10:00 ◎ピラStretchC 渕上		09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 渡辺萌日		09:30–10:00 ◎ピラRefCore 宮崎		09:20–10:10 ◎ピラUpper+ 宮崎	09:30–10:00 ◎ピラControlF 渡邊魅久		09:30–10:20 ◎ピラH&L+ 宮地		09:30–10:00 ◎ピラPerBackBody 渕上		09:30–10:15 Boost Upper&Lower 吉原		09:30–10:00 ◎ピラControlF 渡邊魅久		09:30–10:20 ◎ピラLower+ 宮崎	
	10:30–11:20 ◎ピラH&L+ 吉原		10:50–11:20 ◎ピラTotalBody 宮地		10:30–11:00 ◎ピラHipLine 渕上		10:50–11:40 ◎ピラLower+ 白谷		10:30–11:20 ◎ピラLower+ 金田		10:40–11:30 ◎ピラLower+ 宮地	10:30–11:20 ◎ピラJumpM 渕上		10:50–11:20 ◎ピラTotalBody 宮地		10:30–11:15 Power Waist Shape 渡邊魅久		10:50–11:40 ◎ピラB+ 堤		10:30–11:20 ◎ピラH&L+ 渡邊魅久		10:50–11:20 ◎ピラRefCore 宮崎	
	11:50–12:40 ◎ピラUpper+ 宮地		11:50–12:20 ◎ピラStretchC 白谷		11:30–12:20 ◎ピラUpper+ 堤		12:10–12:40 ◎ピラControlF 白谷		11:50–12:20 Rin-Ballet 櫻井		12:00–12:30 ◎ピラControlF 渡邊魅久	11:50–12:20 ◎ピラTotalBody 宮地		11:50–12:40 ◎ピラWaist+ 堤		11:40–12:30 ◎ピラLower+ 堤		12:10–13:00 ◎ピラH&L+ 宮地		11:50–12:40 ◎ピラB&A+ 吉原		11:50–12:40 ◎ピラH&L+ 渡邊魅久	
	13:10–13:40 ◎ピラStretchC 宮地		12:50–13:40 ◎ピラUpper+ 堤		12:50–13:40 ◎ピラB+ 堤		13:10–13:40 ◎ピラHipLine 金田		12:50–13:35 Strong Back&Arms 白谷		13:00–13:50 ◎ピラB&A+ 吉原	12:50–13:20 ◎ピラChestSR 渕上		13:10–13:40 ◎ピラPerBackBody 渕上		13:00–13:50 ◎ピラWaist+ 堤				13:10–13:40 ◎ピラStretchC 吉原		13:10–13:40 ◎ピラTotalBody 渕上	
	14:10–14:40 ◎ピラPerBackBody 櫻井		14:10–14:55 Strong Hip&Legs 宮地		14:10–15:00 ◎ピラB&A+ 渡邊魅久		14:10–14:55 Boost Upper&Lower 金田		14:05–14:55 ◎ピラB+ 宮崎		14:20–15:10 ◎ピラH&L+ 吉原	13:50–14:40 ◎ピラUpper+ 井上	定休日	14:10–14:55 Boost Upper&Lower 宮崎		14:20–14:50 ◎ピラRefBody 金田				14:10–15:00 ◎ピラUpper+ 宮崎			
	15:10–15:55 Power Waist Shape 金田				15:30–16:00 ◎ピラRefCore 渕上				15:25–15:55 ◎ピラStretchC 吉原		15:40–16:10 ◎ピラRefCore 堤	15:10–16:00 ◎ピラLower+ 井上										16:10–16:40 ◎ピラRefBody 宮地	
		16:50–17:40 ◎ピラB+ 宮崎	16:40–17:10 ◎ピラBackStyle 櫻井	16:45–17:30 Boost Upper&Lower 渡邊魅久						16:50–17:40 ◎ピラB+ 宮崎	16:40–17:10 ◎ピラStretchC 吉原										17:00–17:30 ◎ピラTotalBody 櫻井	17:00–17:30 ◎ピラcore 白谷
	17:50–18:20 ◎ピラHipLine 金田	18:00–18:30 ◎ピラcore 櫻井	17:30–18:20 ◎ピラWaist+ 宮崎	17:50–18:20 ◎ピラControlF 渡邊魅久	17:50–18:40 ◎ピラLower+ 金田	18:00–18:30 Cardio Reform Blast 益原	17:20–17:50 ◎ピラRefCore 吉原		17:50–18:40 ◎ピラLower+ 堤	18:00–18:30 ◎ピラRefBody 金田	17:40–18:30 ◎ピラWaist+ 堤			17:50–18:40 ◎ピラUpper+ 吉原	18:00–18:30 Rin-Ballet 櫻井	17:20–17:50 ◎ピラRefCore 宮地		18:00–18:30 Cardio Reform Blast 益原	17:45–18:30 Power Waist Shape 吉原	18:10–18:40 ◎ピラBackStyle 櫻井	17:50–18:40 ◎ピラUpper+ 渡辺萌日	18:00–18:30 ◎ピラControlF 白谷
	18:40–19:30 ◎ピラUpper+ 石松	18:50–19:20 ◎ピラChestSR 渕上	18:40–19:30 ◎ピラB+ 宮崎	18:40–19:30 ◎ピラLower+ 井上	19:00–19:30 ◎ピラBackStyle 渡邊魅久	18:50–19:20 ◎ピラStretchC 白谷	18:10–19:00 ◎ピラUpper+ 宮田	18:10–18:40 ◎ピラPerBackBody 渕上	19:00–19:30 ◎ピラStretchC 宮地	18:50–19:20 ◎ピラcore 櫻井	19:20–19:50 ◎ピラRefBody 金田	19:00–19:30 ◎ピラControlF 渕上		19:00–19:30 ◎ピラStretchC 白谷	18:50–19:20 ◎ピラTotalBody 宮地	18:10–19:00 ◎ピラLower+ 金田	18:30–19:20 ◎ピラLower+ 堤	18:50–19:40 ◎ピラUpper+ 白谷	19:00–19:30 Rin-Ballet 櫻井	19:00–19:50 ◎ピラLower+ 宮崎	19:00–19:30 ◎ピラStretchC 白谷	19:00–19:30 ◎ピラChestSR 櫻井	19:00–19:50 ◎ピラLower+ 金田
	19:50–20:40 ◎ピラLower+ 堤	19:40–20:10 ◎ピラTotalBody 渕上	19:50–20:40 ◎ピラUpper+ 白谷		19:50–20:40 ◎ピラH&L+ 吉原	19:50–20:40 ◎ピラA+ 益原	20:10–20:40 ◎ピラTotalBody 宮地	19:50–20:40 ◎ピラLower+ 宮崎	19:50–20:40 ◎ピラWaist+ 堤	19:40–20:10 ◎ピラPerBackBody 櫻井				19:50–20:40 ◎ピラB&A+ 吉原	19:40–20:30 ◎ピラB+ 堤	19:40–20:30 ◎ピラUpper+ 宮地	19:20–19:50 ◎ピラControlF 渡邊魅久		19:50–20:40 ◎ピラLower+ 宮崎	20:00–20:30 Rin-Ballet 櫻井	20:10–20:40 ◎ピラRefCore 宮崎	19:50–20:40 ◎ピラA+ 渕上	
	21:00–21:50 ◎ピラB+ 宮崎		21:00–21:30 ◎ピラControlF 白谷		21:00–21:50 ◎ピラUpper+ 吉原		21:00–21:50 ◎ピラWaist+ 宮崎		21:00–21:30 ◎ピラRefBody 吉原					21:00–21:30 ◎ピラcore 宮崎		20:10–20:40 ◎ピラHipLine 渡邊魅久	21:00–21:50 ◎ピラJumpM 櫻井	20:20–20:45 Strong Hip&Legs 渡邊魅久	21:00–21:30 ◎ピラStretchC 白谷		21:00–21:50 ◎ピラUpper+ 堤		21:00–21:30 ◎ピラHipLine 渕上	

13日(土)		14日(日)	15日(月)		16日(火)		17日(水)		18日(木)		19日(金)		20日(土)		21日(日)	22日(月)		23日(火)		24日(水)		25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	－
08:00–08:50 ◎ピラWaist+ 宮崎													08:00–08:50 ◎ピラUpper+ 渡邊魅久									
09:20–10:10 ◎ピラLower+ 渡邊魅久	09:50–10:40 ◎ピラH&L+ 宮地		09:30–10:00 ◎ピラStretchC 吉原		09:30–10:20 ◎ピラB+ 櫻井		09:30–10:00 ◎ピラRefBody 櫻井		09:30–10:20 ◎ピラWaist+ 宮崎	09:30–10:20 ◎ピラH&L+ 吉原	09:30–10:00 ◎ピラStretchC 白谷		09:20–09:50 ◎ピラControlF 渡邊魅久	09:30–10:20 ◎ピラH&L+ 吉原		09:30–10:20 ◎ピラLower+ 金田		09:30–10:00 ◎ピラHipLine 金田		09:30–10:15 Power Waist Shape 白谷		
10:40–11:30 ◎ピラB&A+ 渡邊魅久	11:10–11:40 ◎ピラTotalBody 宮地		10:30–11:20 ◎ピラB+ 堤		10:50–11:20 Rin-Ballet 櫻井		10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 井上		10:50–11:20 ◎ピラTotalBody 渕上		10:20–11:10 ◎ピラA+ 渕上 11:30–12:00 Cardio Reform Blast 益原		10:20–11:10 ◎ピラWaist+ 宮崎	10:50–11:20 ◎ピラStretchC 吉原		10:50–11:40 ◎ピラWaist+ 堤		10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 宮崎		10:50–11:20 ◎ピラHipLine 金田		
12:00–12:30 ◎ピラRefCore 堤	12:10–12:40 ◎ピラChestSR 渕上		11:50–12:20 ◎ピラcore 白谷		11:50–12:40 ◎ピラWaist+ 宮崎		11:50–12:20 ◎ピラcore 白谷		11:50–12:40 ◎ピラLower+ 白谷		12:20–13:10 ◎ピラUpper+ 宮崎		11:40–12:25 Boost Upper&Lower 宮崎	11:50–12:20 ◎ピラBackStyle 櫻井		12:10–13:00 ◎ピラB&A+ 吉原		11:50–12:40 ◎ピラLower+ 渡辺萌日		11:50–12:40 ◎ピラB+ 堤		
13:00–13:50 ◎ピラUpper+ 白谷	13:10–14:00 ◎ピラLower+ 宮崎		12:50–13:20 ◎ピラTotalBody 櫻井		13:10–13:40 ◎ピラHipLine 渡邊魅久		12:40–13:30 ◎ピラB+ 宮崎		13:10–13:40 ◎ピラcore 白谷				12:55–13:45 ◎ピラB&A+ 金田	12:50–13:20 ◎ピラTotalBody 櫻井		13:30–14:20 ◎ピラB+ 宮崎		13:10–13:40 ◎ピラRefCore 宮崎		13:10–14:00 ◎ピラA+ 渕上		
14:20–14:50 ◎ピラcore 白谷	14:30–15:20 ◎ピラB&A+ 金田		13:50–14:40 ◎ピラJumpM 櫻井				13:50–14:20 ◎ピラControlF 白谷 14:40–15:10 ◎ピラRefCore 渡邊魅久						14:15–15:00 Power Waist Shape 金田	13:50–14:20 ◎ピラHipLine 渡邊魅久				14:10–15:00 ◎ピラJumpM 渕上		14:30–15:00 ◎ピラHipLine 渕上		
15:20–16:10 ◎ピラB+ 堤	15:50–16:20 ◎ピラHipLine 金田								15:20–15:50 ◎ピラTotalBody 渕上				15:30–16:20 ◎ピラLower+ 渡邊魅久								16:10–17:00 ◎ピラLower+ 渡邊魅久	
16:40–17:25 Boost Upper&Lower 宮地	16:50–17:20 ◎ピラBackStyle 渡邊魅久		16:20–17:10 ◎ピラWaist+ 堤		16:20–16:50 ◎ピラPerBackBody 益原 16:40–17:10 ◎ピラStretchC 渕上		16:40–17:30 ◎ピラB+ 櫻井		16:20–16:50 ◎ピラStretchC 吉原				16:50–17:40 ◎ピラA+ 櫻井			16:20–16:50 ◎ピラHipLine 金田	16:40–17:30 ◎ピラWaist+ 宮崎	17:00–17:30 ◎ピラPerBackBody 渕上	16:40–17:30 ◎ピラUpper+ 堤	16:30–17:00 Rin-Ballet 櫻井		
17:55–18:25 ◎ピラRefBody 白谷			17:40–18:10 ◎ピラChestSR 櫻井	17:30–18:20 ◎ピラB&A+ 金田	17:20–18:10 ◎ピラUpper+ 宮崎 17:40–18:30 ◎ピラH&L+ 渡邊魅久		17:50–18:40 ◎ピラWaist+ 渡邊魅久	17:50–18:20 Rin-Ballet 益原	17:20–17:50 ◎ピラControlF 白谷	17:35–18:20 Boost Upper&Lower 宮崎	18:10–18:40 Rin-Ballet 櫻井		18:10–18:40 ◎ピラRefBody 吉原			17:20–18:10 ◎ピラA+ 櫻井	18:00–18:30 ◎ピラBackStyle 渡邊魅久	18:00–18:30 ◎ピラcore 白谷	17:50–18:40 ◎ピラLower+ 堤	17:30–18:20 ◎ピラLower+ 宮崎	17:30–18:00 Cardio Reform Blast 益原	
			18:40–19:30 ◎ピラB+ 宮地	18:50–19:20 ◎ピラHipLine 渕上	18:40–19:10 ◎ピラStretchC 渕上	19:00–19:30 ◎ピラChestSR 櫻井	19:00–19:30 ◎ピラHipLine 金田	18:50–19:20 Cardio Reform Blast 益原	18:20–19:10 ◎ピラB+ 堤	18:40–19:30 ◎ピラB&A+ 金田	19:00–19:30 ◎ピラHipLine 渡邊魅久	18:30–19:20 ◎ピラB&A+ 金田				18:40–19:10 ◎ピラStretchC 吉原	18:50–19:20 ◎ピラControlF 渡邊魅久	18:50–19:35 Power Basic 宮崎	19:00–19:30 ◎ピラRefCore 吉原	18:50–19:20 ◎ピラStretchC 吉原	18:40–19:30 ◎ピラJumpM 渕上	
			20:00–20:30 ◎ピラTotalBody 宮地	19:50–20:35 Power Waist Shape 金田	19:40–20:30 ◎ピラB&A+ 渡邊魅久		19:50–20:40 ◎ピラUpper+ 金田	19:50–20:20 ◎ピラcore 白谷	19:40–20:30 ◎ピラH&L+ 吉原	19:50–20:20 ◎ピラHipLine 金田	19:50–20:35 Power Basic 堤	19:40–20:30 ◎ピラJumpM 櫻井				19:40–20:30 ◎ピラH&L+ 吉原	19:45–20:35 ◎ピラUpper+ 宮崎	20:00–20:30 ◎ピラChestSR 櫻井	19:50–20:40 ◎ピラB&A+ 吉原	19:50–20:35 Boost Upper&Lower 宮崎	20:00–20:50 ◎ピラB+ 渡邊魅久	
			21:00–21:50 ◎ピラLower+ 渡邊魅久		21:00–21:30 ◎ピラHipLine 渕上		21:00–21:50 ◎ピラLower+ 白谷		21:00–21:30 ◎ピラRefCore 吉原		21:00–21:50 ◎ピラWaist+ 堤					21:00–21:30 ◎ピラPerBackBody 渕上		21:00–21:45 Strong Hip&Legs 渡邊魅久		21:00–21:30 ◎ピラChestSR 櫻井		

定休日

定休日

臨時休業

26日(金)		27日(土)		28日(日)	29日(月)		30日(火)	
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B&A+ 白谷						
09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 堤		09:20–10:10 ◎ピラLower+ 宮崎	09:30–10:20 ◎ピラA+ 櫻井		09:30–10:00 ◎ピラPerBackBody 櫻井		09:30–10:20 ◎ピラWaist+ 吉原	
10:50–11:20 ◎ピラControlF 白谷		10:40–11:30 ◎ピラUpper+ 吉原	10:50–11:20 ◎ピラControlF 白谷		10:30–11:20 ◎ピラB+ 金田		10:50–11:35 Strong Hip&Legs 吉原	
11:50–12:40 ◎ピラWaist+ 宮崎		12:00–12:30 ◎ピラPerBackBody 渕上	11:50–12:35 Power Basic 宮崎		11:50–12:20 ◎ピラControlF 櫻井		12:00–12:50 ◎ピラUpper+ 金田	
13:10–13:40 ◎ピラStretchC 渕上		13:00–13:50 ◎ピラJumpM 渕上	13:00–13:30 ◎ピラRefBody 吉原		12:50–13:40 ◎ピラB&A+ 吉原		13:20–13:50 ◎ピラChestSR 渕上	
14:10–15:00 ◎ピラJumpM 渕上		14:20–14:50 ◎ピラRefCore 堤	14:00–14:50 ◎ピラB+ 宮崎	定休日	14:10–14:40 Rin-Ballet 櫻井			
		15:20–16:10 ◎ピラH&L+ 金田	15:20–16:10 ◎ピラWaist+ 堤		15:10–15:40 ◎ピラcore 白谷			15:40–16:10 ◎ピラHipLine 渕上
16:20–16:50 ◎ピラRefBody 金田								
		16:40–17:25 Strong Back&Arms 櫻井					17:00–17:30 Cardio Reform Blast 益原	16:40–17:30 ◎ピラB+ 白谷
17:20–18:10 ◎ピラA+ 櫻井	17:45–18:30 Strong Back&Arms 渡邊魅久	17:50–18:40 ◎ピラLower+ 金田			17:30–18:20 ◎ピラUpper+ 堤	17:10–17:40 Rin-Ballet 益原	17:50–18:40 ◎ピラH&L+ 櫻井	18:00–18:30 ◎ピラBackStyle 渡邊魅久
18:40–19:10 ◎ピラRefBody 渕上	18:50–19:20 ◎ピラHipLine 金田				18:40–19:30 ◎ピラLower+ 堤	18:00–18:30 ◎ピラHipLine 渡邊魅久 18:50–19:20 Cardio Reform Blast 益原	19:00–19:30 ◎ピラcore 白谷	19:00–19:30 ◎ピラStretchC 渕上
19:40–20:30 ◎ピラUpper+ 宮崎	19:40–20:10 ◎ピラStretchC 吉原				19:50–20:40 ◎ピラB+ 渕上	19:40–20:30 ◎ピラWaist+ 白谷	19:50–20:40 ◎ピラLower+ 渡邊魅久	20:00–20:45 Power Basic 白谷
	20:30–21:00 ◎ピラRefBody 金田							
21:00–21:30 ◎ピラRefCore 櫻井					21:00–21:45 Strong Back&Arms 渕上		21:00–21:30 ◎ピラBackStyle 渡邊魅久	

【マシンピラティス】

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