2026年6月レッスンスケジュール Rintosull 浦安店(全スタジオ:女性専用)

※2026年05月24日02:06 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)	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)
	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	Aスタジオ
						08:00–08:50 ◎ビラLower+ 豊田							08:00–08:30 ◎ビラStretchC 丸山							08:00–08:45 Power Basic 加藤				
	09:30–10:20 ◎ビラLower+ 加藤	09:30–10:00 ◎ビラRefCore 加藤	09:30–10:20 ◎ビラUpper+ 豊田	09:30–10:00 ◎ビラcore 北村	09:30–10:20 ◎ビラB+ 加藤	09:20–10:10 ◎ビラUpper+ 豊田		09:30–10:15 Boost Upper&Lower 加藤	09:30–10:00 ◎ビラPerBackBody 佐藤	09:30–10:20 ◎ビラJumpM 北村	09:30–10:20 ◎ビラUpper+ 豊田	09:30–10:20 ◎ビラWaist+ 加藤	09:00–09:50 ◎ビラB&A+ 丸山		09:30–10:00 ◎ビラStretchC 丸山	09:30–10:00 ◎ビラRefBody 丸山	09:30–10:20 ◎ビラLower+ 豊田	09:30–10:15 Power Waist Shape 加藤	09:30–10:20 ◎ビラH&L+ 丸山	09:20–10:10 ◎ビラWaist+ 加藤		09:30–10:20 ◎ビラUpper+ 豊田	09:30–10:00 ◎ビラRefCore 加藤	09:30–10:20 ◎ビラWaist+ 加藤
	10:50–11:40 ◎ビラUpper+ 加藤	10:30–11:20 ◎ビラLower+ 豊田	10:50–11:40 ◎ビラLower+ 豊田	10:30–11:20 ◎ビラJumpM 北村	10:50–11:40 ◎ビラWaist+ 加藤	10:40–11:10 ◎ビラStretchC 丸山		10:50–11:35 Power Waist Shape 加藤	10:30–11:00 ◎ビラChestSR 佐藤	10:50–11:20 ◎ビラBackStyle 北村	10:50–11:40 ◎ビラLower+ 豊田	10:50–11:35 Boost Upper&Lower 加藤	10:20–11:10 ◎ビラH&L+ 佐藤		10:30–11:20 ◎ビラH&L+ 丸山	10:30–11:00 ◎ビラRefCore 丸山	10:50–11:40 ◎ビラUpper+ 豊田	10:50–11:40 ◎ビラB+ 加藤	10:50–11:40 ◎ビラB&A+ 丸山	10:40–11:30 ◎ビラUpper+ 豊田		10:50–11:40 ◎ビラLower+ 豊田	10:30–11:15 Power Basic 加藤	10:50–11:35 Boost Upper&Lower 豊田
		11:50–12:40 ◎ビラUpper+ 豊田		11:50–12:35 Strong Hip&Legs 佐藤		11:40–12:10 ◎ビラRefBody 丸山		12:00–12:30 ◎ビラStretchC 丸山	11:30–12:20 ◎ビラB+ 加藤	11:50–12:20 ◎ビラTotalBody 佐藤			11:40–12:10 ◎ビラTotalBody 佐藤		11:50–12:40 ◎ビラB&A+ 北村	11:30–12:20 ◎ビラLower+ 豊田								
	12:10–12:40 ◎ビラcore 北村		12:10–12:40 ◎ビラRefCore 加藤		12:10–12:40 ◎ビラHipLine 北村						12:10–12:55 Power Waist Shape 加藤	12:10–13:00 ◎ビラB&A+ 丸山					12:10–12:40 ◎ビラPerBackBody 佐藤	12:10–13:00 ◎ビラUpper+ 豊田	12:10–12:40 ◎ビラRefCore 加藤	12:00–12:50 ◎ビラLower+ 豊田		12:10–12:40 ◎ビラStretchC 丸山		12:10–12:40 ◎ビラRefCore 加藤
						12:40–13:30 ◎ビラB+ 加藤		13:00–13:30 ◎ビラRefBody 丸山	12:50–13:40 ◎ビラLower+ 加藤	12:50–13:35 Boost Upper&Lower 佐藤			12:40–13:30 ◎ビラLower+ 豊田							13:20–13:50 ◎ビラStretchC 丸山				
	13:10–14:00 ◎ビラJumpM 北村		13:10–14:00 ◎ビラUpper+ 加藤	13:10–13:40 ◎ビラTotalBody 佐藤	13:10–13:40 ◎ビラcore 北村						13:20–14:10 ◎ビラB+ 加藤	13:30–14:15 Strong Hip&Legs 丸山			13:10–13:40 ◎ビラChestSR 北村	12:50–13:40 ◎ビラUpper+ 豊田	13:10–13:40 ◎ビラTotalBody 佐藤	13:30–14:20 ◎ビラLower+ 豊田				13:10–13:55 Strong Back&Arms 丸山	13:10–14:00 ◎ビラLower+ 豊田	13:10–14:00 ◎ビラUpper+ 豊田
						14:00–14:45 Power Waist Shape 加藤							14:00–14:50 ◎ビラUpper+ 豊田							14:20–14:50 ◎ビラRefBody 丸山					
						15:10–16:00 ◎ビラLower+ 丸山							15:20–15:50 ◎ビラChestSR 佐藤											
						16:30–17:15 Strong Back&Arms 北村							16:30–17:15 Power Basic 加藤							16:20–17:05 Boost Upper&Lower 豊田				
	17:00–17:50 ◎ビラLower+ 豊田		17:00–17:50 ◎ビラUpper+ 豊田		17:00–17:45 Power Basic 加藤			17:20–18:10 ◎ビラLower+ 豊田	17:00–17:45 Boost Upper&Lower 加藤	17:20–17:50 ◎ビラTotalBody 佐藤		17:10–18:00 ◎ビラUpper+ 豊田				17:00–17:45 Power Waist Shape 加藤				17:30–18:15 Power Basic 丸山				
				17:40–18:10 ◎ビラPerBackBody 佐藤							17:40–18:10 ◎ビラChestSR 北村		17:40–18:30 ◎ビラWaist+ 加藤		17:40–18:10 ◎ビラBackStyle 北村	17:40–18:10 ◎ビラcore 北村	17:40–18:10 ◎ビラTotalBody 北村					17:20–18:10 ◎ビラJumpM 北村	17:40–18:10 ◎ビラRefBody 丸山
						17:50–18:20 ◎ビラcore 北村																		
	18:20–19:10 ◎ビラUpper+ 豊田		18:20–19:10 ◎ビラH&L+ 丸山		18:20–19:10 ◎ビラLower+ 加藤				18:20–19:10 ◎ビラWaist+ 加藤	18:20–19:05 Strong Hip&Legs 佐藤		18:20–19:10 ◎ビラLower+ 豊田			18:20–19:10 ◎ビラB+ 加藤						18:00–18:45 Strong Hip&Legs 佐藤			
		19:00–19:30 ◎ビラcore 北村		18:40–19:10 ◎ビラChestSR 佐藤				18:40–19:30 ◎ビラUpper+ 豊田			18:40–19:10 ◎ビラHipLine 北村				18:40–19:10 ◎ビラHipLine 北村	18:40–19:30 ◎ビラJumpM 北村		18:40–19:10 ◎ビラBackStyle 北村	19:00–19:30 ◎ビラPerBackBody 佐藤				18:40–19:10 ◎ビラBackStyle 北村	18:40–19:10 ◎ビラStretchC 丸山
																						19:20–19:50 ◎ビラChestSR 佐藤		
	19:40–20:30 ◎ビラH&L+ 丸山		19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 加藤	19:40–20:30 ◎ビラLower+ 豊田	19:40–20:25 Strong Back&Arms 北村				19:40–20:30 ◎ビラLower+ 丸山	19:40–20:30 ◎ビラJumpM 北村	19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 豊田	19:40–20:25 Boost Upper&Lower 加藤			19:40–20:30 ◎ビラWaist+ 加藤	19:40–20:30 ◎ビラB&A+ 丸山	19:40–20:30 ◎ビラLower+ 豊田	20:00–20:30 ◎ビラPerBackBody 佐藤	20:00–20:30 ◎ビラHipLine 北村			19:40–20:25 Strong Hip&Legs 丸山	19:40–20:30 ◎ビラWaist+ 加藤
		20:00–20:50 ◎ビラWaist+ 丸山						20:00–20:30 ◎ビラStretchC 丸山														20:20–20:50 ◎ビラTotalBody 北村		
	21:00–21:30 ◎ビラStretchC 丸山		21:00–21:50 ◎ビラB+ 加藤	21:00–21:50 ◎ビラUpper+ 豊田	21:00–21:30 ◎ビラHipLine 北村			21:00–21:30 ◎ビラRefBody 丸山	21:00–21:50 ◎ビラUpper+ 豊田	21:00–21:30 ◎ビラBackStyle 北村	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 豊田	21:00–21:30 ◎ビラRefCore 加藤			21:00–21:45 Power Basic 加藤	21:00–21:45 Strong Hip&Legs 丸山	21:00–21:30 ◎ビラChestSR 佐藤	21:00–21:50 ◎ビラUpper+ 豊田	21:00–21:50 ◎ビラJumpM 北村			21:00–21:30 ◎ビラStretchC 丸山	21:00–21:45 Power Basic 加藤
		21:20–21:50 ◎ビラRefBody 丸山																				21:20–21:50 ◎ビラcore 北村		

25日(木)	26日(金)	27日(土)	28日(日)	29日(月)	30日(火)
－	Aスタジオ	Aスタジオ	－	Aスタジオ	Aスタジオ
臨時休業	09:30-10:00 ◎ピラcore 北村 10:30-11:00 ◎ピラPerBackBody 佐藤 11:30-12:00 ◎ピラTotalBody 佐藤 12:30-13:00 ◎ピラStretchC 丸山 17:10-17:55 Power Basic 丸山 18:30-19:00 ◎ピラPerBackBody 佐藤 19:30-20:20 ◎ピラUpper+ 豊田 21:00-21:50 ◎ピラLower+ 豊田	08:00-08:50 ◎ピラJumpM 北村 09:20-09:50 ◎ピラChestSR 北村 10:20-11:05 Strong Back&Arms 丸山 11:40-12:25 Strong Hip&Legs 丸山 13:00-13:50 ◎ピラUpper+ 豊田 14:20-15:10 ◎ピラLower+ 豊田 15:40-16:30 ◎ピラJumpM 北村 17:00-17:45 Boost Upper&Lower 豊田	定休日	09:30-10:00 ◎ピラHipLine 北村 10:30-11:20 ◎ピラJumpM 北村 11:50-12:20 ◎ピラRefBody 丸山 12:50-13:40 ◎ピラH&L+ 丸山 17:00-17:50 ◎ピラUpper+ 豊田 18:20-19:10 ◎ピラLower+ 豊田 19:40-20:30 ◎ピラB+ 加藤 21:00-21:45 Power Waist Shape 加藤	09:30-10:00 ◎ピラStretchC 丸山 10:30-11:20 ◎ピラB&A+ 丸山 11:50-12:40 ◎ピラJumpM 北村 13:10-13:40 ◎ピラcore 北村 17:20-18:05 Boost Upper&Lower 加藤 18:40-19:10 ◎ピラRefCore 加藤 19:40-20:30 ◎ピラB&A+ 丸山 21:00-21:50 ◎ピラH&L+ 丸山

【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
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	Strong Hip&Legs	Strong Hip&Legs	45分
3.5	Strong Back&Arms	Strong Back&Arms	45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+