2026年9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08月26日02:07 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(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	6日(日)	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	13日(日)	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)	20日(日)	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)
	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+ 亀田							08:00-08:30 ◎ビラHipLine 丸山							08:00-08:30 ◎ビラcore 北村		08:00-08:30 ◎ビラTotalBody 北村	08:00-08:30 SP 丸山	08:00-08:50 ◎ビラWaist+ 加藤葵	
												09:00-09:30 ◎ビラStretchC 丸山							09:00-09:50 ◎ビラJumpM 北村		09:00-09:30 ◎ビラChestSR 北村	09:00-09:30 ◎ビラHipLine 丸山		
	09:30-10:20 ◎ビラB&A+ 加藤美帆	09:30-10:20 ◎ビラWaist+ 加藤葵	09:30-10:00 ◎ビラChestSR 北村	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 亀田	09:20-10:10 ◎ビラUpper+ 亀田		09:30-10:00 ◎ビラBackStyle 北村	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 亀田	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 亀田	09:30-10:15 Power Basic 加藤美帆	09:30-10:00 ◎ビラStretchC 丸山			09:30-10:20 ◎ビラLower+ 亀田	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 亀田	09:30-10:00 ◎ビラChestSR 北村	09:30-10:15 Strong Hip&Legs 加藤美帆	09:30-10:15 Boost Upper&Lower 加藤葵				09:20-10:05 Boost Upper&Lower 加藤葵	
												10:00-10:50 ◎ビラH&L+ 加藤葵									10:00-10:50 ◎ビラB+ 加藤葵	10:00-10:50 ◎ビラH&L+ 加藤葵		
			10:30-11:20 ◎ビラJumpM 北村		10:40-11:10 ◎ビラStretchC 丸山		10:30-11:00 ◎ビラTotalBody 北村				10:30-11:15 Strong Back&Arms 丸山					10:30-11:00 ◎ビラcore 北村			10:20-11:10 ◎ビラUpper+ 亀田					10:40-11:10 SP 丸山	
	10:50-11:35 Power Basic 加藤美帆	10:50-11:20 ◎ビラRefCore 加藤葵		10:50-11:40 ◎ビラLower+ 亀田				10:50-11:40 ◎ビラUpper+ 亀田	10:50-11:40 ◎ビラLower+ 亀田	10:50-11:20 ◎ビラRefBody 加藤美帆		11:20-11:50 ◎ビラRefCore 加藤葵		10:50-11:40 ◎ビラUpper+ 亀田	10:50-11:40 ◎ビラLower+ 亀田		10:50-11:20 SP 加藤美帆	10:50-11:40 ◎ビラH&L+ 加藤葵						
					11:40-12:10 ◎ビラHipLine 丸山		11:30-12:20 ◎ビラH&L+ 加藤葵			11:50-12:20 ◎ビラRefCore 加藤葵						11:30-12:20 ◎ビラLower+ 亀田	11:50-12:20 ◎ビラTotalBody 北村		11:40-12:30 ◎ビラLower+ 亀田		11:20-12:05 Power Waist Shape 加藤葵	11:20-12:10 ◎ビラLower+ 亀田	11:40-12:25 Power Basic 加藤美帆	
	12:00-12:50 ◎ビラH&L+ 加藤葵	11:50-12:40 ◎ビラLower+ 亀田	11:50-12:35 Strong Back&Arms 加藤美帆	12:10-12:40 ◎ビラStretchC 丸山				12:10-13:00 ◎ビラB+ 加藤美帆	12:10-12:55 Power Waist Shape 加藤葵		11:50-12:40 ◎ビラH&L+ 加藤葵	12:20-13:10 ◎ビラWaist+ 加藤美帆		12:10-12:40 ◎ビラHipLine 丸山	12:10-12:55 Ex45ビラChestSR 北村			12:10-12:40 SP 加藤美帆				12:30-13:20 ◎ビラB&A+ 加藤美帆	12:40-13:30 ◎ビラUpper+ 亀田	13:00-13:30 ◎ビラStretchC 丸山	
					12:40-13:25 Strong Back&Arms 加藤美帆		12:50-13:35 Power Basic 加藤葵			12:50-13:35 Strong Hip&Legs 加藤美帆						12:50-13:40 ◎ビラUpper+ 亀田	12:50-13:20 ◎ビラBackStyle 北村								
		13:10-14:00 ◎ビラUpper+ 亀田	13:05-13:50 Power Waist Shape 加藤美帆	13:10-13:40 ◎ビラHipLine 丸山				13:25-14:15 ◎ビラWaist+ 加藤美帆	13:20-14:10 ◎ビラH&L+ 加藤葵		13:10-14:00 ◎ビラWaist+ 加藤葵			13:10-13:40 ◎ビラRefCore 加藤美帆	13:30-14:00 ◎ビラBackStyle 北村			13:10-13:55 Strong Back&Arms 加藤美帆	13:00-13:50 ◎ビラB&A+ 加藤美帆					
					13:50-14:20 ◎ビラRefBody 加藤美帆							13:40-14:25 Strong Back&Arms 丸山									13:50-14:20 SP 加藤美帆	14:00-14:30 SP 丸山		
																			14:20-14:50 SP 加藤美帆				14:10-14:55 Strong Hip&Legs 丸山	
					14:50-15:40 ◎ビラJumpM 北村							14:50-15:40 ◎ビラB+ 加藤美帆			14:30-15:20 ◎ビラH&L+ 加藤葵						14:50-15:40 ◎ビラUpper+ 加藤葵	15:00-15:45 Boost Upper&Lower 加藤葵		
																			15:20-16:05 Boost Upper&Lower 亀田				15:30-16:00 SP 加藤美帆	
					16:10-17:00 ◎ビラH&L+ 加藤葵							16:10-17:00 ◎ビラLower+ 亀田									16:10-17:00 ◎ビラLower+ 亀田	16:20-16:50 SP 加藤美帆		
								16:30-17:20 ◎ビラUpper+ 亀田											16:40-17:30 ◎ビラWaist+ 丸山				16:30-17:20 ◎ビラJumpM 北村	
				17:20-18:10 ◎ビラUpper+ 北村	17:30-18:15 Power Waist Shape 加藤葵						17:00-17:50 ◎ビラB+ 加藤美帆	17:30-18:20 ◎ビラUpper+ 亀田		17:20-18:05 Boost Upper&Lower 加藤葵		17:00-17:50 ◎ビラLower+ 亀田	17:20-17:50 SP 北村					17:30-18:15 Boost Upper&Lower 亀田	17:20-18:05 Strong Back&Arms 加藤美帆		
		17:40-18:30 ◎ビラLower+ 亀田	17:50-18:40 ◎ビラH&L+ 加藤葵				17:40-18:10 ◎ビラHipLine 丸山	17:50-18:20 ◎ビラRefBody 加藤美帆	17:30-18:15 Power Basic 北村	17:40-18:30 ◎ビラJumpM 北村					17:40-18:10 ◎ビラRefBody 加藤美帆			17:40-18:25 Power Waist Shape 加藤葵	18:00-18:30 SP 丸山				17:50-18:20 ◎ビラcore 北村	
	18:40-19:10 ◎ビラHipLine 丸山			18:40-19:10 ◎ビラTotalBody 北村			18:40-19:30 ◎ビラB&A+ 丸山		18:40-19:10 ◎ビラBackStyle 北村		18:20-19:10 ◎ビラB&A+ 加藤美帆					18:20-19:10 ◎ビラUpper+ 亀田	18:20-19:05 Ex45ビラcore 北村								
		19:00-19:50 ◎ビラUpper+ 亀田	19:10-19:55 Boost Upper&Lower 加藤葵					18:50-19:35 Power Basic 加藤美帆		19:00-19:30 ◎ビラTotalBody 北村				18:40-19:30 ◎ビラWaist+ 加藤葵	18:40-19:30 ◎ビラB&A+ 加藤美帆			19:00-19:30 ◎ビラRefCore 加藤葵						
	19:40-20:30 ◎ビラUpper+ 亀田			19:40-20:30 ◎ビラB+ 加藤美帆				19:40-20:30 ◎ビラStretchC 丸山	19:40-20:30 ◎ビラLower+ 亀田	20:00-20:30 ◎ビラRefBody 加藤美帆	19:40-20:30 ◎ビラUpper+ 亀田					19:40-20:25 Power Basic 加藤葵	19:40-20:30 ◎ビラUpper+ 亀田							
		20:20-20:50 ◎ビラRefBody 丸山	20:20-20:50 ◎ビラBackStyle 北村				20:00-20:30 ◎ビラRefCore 加藤葵							20:00-20:45 Strong Hip&Legs 加藤美帆	20:00-20:30 ◎ビラRefCore 加藤葵			20:00-20:30 SP 丸山							
	21:00-21:50 ◎ビラLower+ 丸山	21:20-21:50 ◎ビラStretchC 丸山	21:20-21:50 ◎ビラcore 北村	21:00-21:45 Strong Hip&Legs 加藤美帆			21:00-21:45 Boost Upper&Lower 加藤葵	21:00-21:45 Strong Hip&Legs 丸山	21:00-21:50 ◎ビラUpper+ 亀田	21:00-21:45 Boost Upper&Lower 加藤美帆	21:00-21:50 ◎ビラLower+ 亀田			21:20-21:50 ◎ビラRefBody 加藤美帆	21:00-21:45 Power Waist Shape 加藤葵	21:00-21:50 ◎ビラH&L+ 加藤葵	21:00-21:50 ◎ビラLower+ 亀田	21:00-21:30 ◎ビラStretchC 丸山						

25日(金)	26日(土)	27日(日)	28日(月)	29日(火)	30日(水)
Aスタジオ	Aスタジオ	－	Aスタジオ	－	Aスタジオ
	08:00-08:50 ◎ピラB&A+ 加藤美帆	定休日		臨時休業	
09:30-10:00 ◎ピラChestSR 北村	09:20-10:05 Strong Hip&Legs 加藤美帆		09:30-10:15 Ex45ピラChestSR 北村		09:30-10:20 ◎ピラB+ 丸山
10:30-11:00 SP 加藤美帆	10:40-11:25 Ex45ピラcore 北村		10:50-11:20 ◎ピラRefCore 丸山		10:50-11:20 SP 丸山
11:30-12:15 Strong Back&Arms 加藤美帆	12:00-12:30 SP 加藤美帆		11:50-12:40 ◎ピラLower+ 亀田		11:50-12:20 ◎ピラRefCore 加藤葵
	13:00-13:45 Power Basic 丸山		13:10-14:00 ◎ピラUpper+ 亀田		12:50-13:35 Power Waist Shape 加藤葵
	14:20-15:10 ◎ピラLower+ 亀田				
	15:40-16:30 ◎ピラUpper+ 加藤葵				
	17:00-17:50 ◎ピラWaist+ 加藤葵				17:20-17:50 SP 加藤美帆
18:40-19:10 SP 丸山	18:20-18:50 ◎ピラStretchC 丸山		18:00-18:50 ◎ピラB+ 丸山		18:20-19:10 ◎ピラH&L+ 加藤美帆
19:40-20:30 ◎ピラLower+ 亀田			19:20-19:50 ◎ピラHipLine 丸山		19:40-20:30 ◎ピラUpper+ 亀田
			20:20-20:50 SP 北村		
21:00-21:50 ◎ピラUpper+ 亀田			21:20-21:50 ◎ピラChestSR 北村		21:00-21:50 ◎ピラLower+ 亀田

【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	Ex45ピラChestSR	【Extra45】Chest Spine Release	45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	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
3.5	Ex45ピラcore	【Extra45】Shape up Core	45分
4	Power Waist Shape	Power Waist Shape	45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
17(木)	10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
17(木)	17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	北村爽乃
18(金)	12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
18(金)	20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	丸山遥奈
19(土)	14:20-14:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
19(土)	18:00-18:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	丸山遥奈
21(月)	13:50-14:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
22(火)	08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	丸山遥奈
22(火)	14:00-14:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	丸山遥奈
22(火)	16:20-16:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
23(水)	10:40-11:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	丸山遥奈
23(水)	15:30-16:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
25(金)	10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
25(金)	18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	丸山遥奈
26(土)	12:00-12:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
28(月)	20:20-20:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	北村爽乃
30(水)	10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	丸山遥奈
30(水)	17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆

◎ … 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+