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

※2026年02月20日02:02 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)	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)
	-	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
	定休日	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 吉井 10:40-11:10 ◎ビラRefCore 帯野 11:30-12:15 Boost Upper&Lower 帯野 12:35-13:25 ◎ビラH&L+ 吉井 13:45-14:15 ◎ビラPerBackBody 今本 14:35-15:25 ◎ビラLower+ 帯野 17:00-17:50 ◎ビラUpper+ 大岡 18:20-18:50 ◎ビラRefBody 吉井 19:20-20:05 Power Basic 帯野 20:30-21:00 ◎ビラControlF 小林 21:20-21:50 ◎ビラBackStyle 小林	09:30-10:20 ◎ビラH&L+ 今本 10:50-11:35 Boost Upper&Lower 今本 12:10-12:40 ◎ビラHipLine 小林 13:10-13:40 ◎ビラRefBody 今本 16:20-17:10 ◎ビラH&L+ 吉井 17:30-18:15 Boost Upper&Lower 帯野 18:45-19:15 ◎ビラcore 小林 19:45-20:35 ◎ビラUpper+ 帯野 21:00-21:50 ◎ビラB+ 帯野	09:30-10:20 ◎ビラJumpM 片山 10:50-11:40 ◎ビラUpper+ 大岡 12:10-12:40 ◎ビラRefCore 帯野 13:10-13:55 Boost Upper&Lower 大岡 17:40-18:10 Rin-Ballet 片山 18:35-19:20 Power Basic 帯野 19:50-20:20 ◎ビラRefCore 帯野 20:50-21:40 ◎ビラUpper+ 吉井	09:30-10:15 Boost Upper&Lower 小林 10:40-11:10 ◎ビラControlF 小林 11:30-12:00 ◎ビラPerBackBody 今本 12:30-13:00 ◎ビラRefCore 帯野 13:20-14:05 Power Basic 帯野 17:00-17:30 ◎ビラHipLine 小林 17:50-18:40 ◎ビラWaist+ 帯野 19:00-19:30 ◎ビラRefCore 帯野 19:55-20:40 Boost Upper&Lower 吉井 21:00-21:50 ◎ビラB&A+ 吉井	09:30-10:15 Boost Upper&Lower 大岡 10:50-11:20 ◎ビラHipLine 小林 11:50-12:20 ◎ビラStretchC 小林 12:50-13:40 ◎ビラUpper+ 大岡 17:30-18:00 ◎ビラPerBackBody 滝田 18:30-19:20 ◎ビラLower+ 今本 19:50-20:20 ◎ビラBackStyle 滝田 20:50-21:40 ◎ビラH&L+ 滝田	08:00-08:50 ◎ビラB&A+ 吉井 09:20-09:50 Rin-Ballet 片山 10:20-11:05 Boost Upper&Lower 吉井 11:40-12:10 ◎ビラRefCore 帯野 12:40-13:10 ◎ビラPerBackBody 今本 13:40-14:10 ◎ビラControlF 滝田 14:30-15:20 ◎ビラLower+ 帯野 15:50-16:40 ◎ビラB+ 帯野 17:10-17:40 ◎ビラControlF 滝田	定休日	09:30-10:00 ◎ビラBackStyle 滝田 10:30-11:15 Boost Upper&Lower 大岡 11:40-12:10 ◎ビラcore 小林 17:40-18:30 ◎ビラWaist+ 帯野 18:50-19:40 ◎ビラLower+ 大岡 20:10-20:40 ◎ビラRefCore 帯野 21:05-21:50 Power Basic 帯野	09:30-10:00 ◎ビラHipLine 滝田 10:30-11:00 ◎ビラPerBackBody 滝田 11:30-12:15 Boost Upper&Lower 吉井 12:50-13:40 ◎ビラB&A+ 吉井 17:30-18:15 Boost Upper&Lower 大岡 18:45-19:35 ◎ビラWaist+ 今本 20:00-20:30 ◎ビラPerBackBody 今本 21:00-21:50 ◎ビラLower+ 大岡	08:00-08:50 ◎ビラB&A+ 吉井 09:20-09:50 ◎ビラRefBody 吉井 10:20-11:10 ◎ビラB+ 帯野 11:30-12:20 ◎ビラA+ 片山 12:40-13:10 ◎ビラRefCore 帯野 13:30-14:15 Boost Upper&Lower 吉井 14:40-15:30 ◎ビラH&L+ 今本 16:00-16:45 Boost Upper&Lower 大岡 17:10-17:40 ◎ビラPerBackBody 今本 18:45-19:35 ◎ビラWaist+ 今本 20:00-20:30 ◎ビラPerBackBody 今本 21:00-21:50 ◎ビラLower+ 大岡	09:30-10:00 ◎ビラStretchC 小林 10:30-11:00 ◎ビラcore 小林 11:30-12:15 Boost Upper&Lower 帯野 12:50-13:40 ◎ビラB+ 帯野 17:40-18:10 ◎ビラRefCore 帯野 18:40-19:30 ◎ビラA+ 片山 20:00-20:45 Power Basic 滝田 21:20-21:50 ◎ビラTotalBody 滝田	09:30-10:15 Boost Upper&Lower 大岡 10:40-11:30 ◎ビラH&L+ 今本 12:00-12:50 ◎ビラUpper+ 大岡 13:20-14:10 ◎ビラWaist+ 帯野 17:30-18:15 Power Basic 帯野 18:40-19:30 ◎ビラH&L+ 吉井 20:00-20:30 ◎ビラRefCore 帯野 21:00-21:50 ◎ビラUpper+ 吉井	08:00-08:30 ◎ビラPerBackBody 今本 09:00-09:30 ◎ビラControlF 小林 10:00-10:50 ◎ビラWaist+ 今本 11:20-12:05 Boost Upper&Lower 小林 12:30-13:00 ◎ビラHipLine 滝田 13:30-14:15 Power Basic 今本 14:40-15:10 ◎ビラStretchC 小林 15:30-16:20 ◎ビラH&L+ 滝田 16:40-17:10 ◎ビラcore 滝田 17:40-18:10 ◎ビラTotalBody 滝田	定休日	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 大岡 10:50-11:20 ◎ビラTotalBody 滝田 11:50-12:20 ◎ビラControlF 滝田 12:50-13:40 ◎ビラLower+ 大岡 17:30-18:00 ◎ビラStretchC 小林 18:30-19:15 Boost Upper&Lower 今本 19:50-20:40 ◎ビラH&L+ 今本 21:10-21:40 ◎ビラPerBackBody 今本	09:30-10:00 ◎ビラPerBackBody 滝田 10:30-11:00 ◎ビラcore 滝田 11:30-12:15 Boost Upper&Lower 吉井 12:45-13:35 ◎ビラLower+ 吉井 16:30-17:20 ◎ビラB&A+ 吉井 17:40-18:10 ◎ビラTotalBody 滝田 18:40-19:10 ◎ビラRefBody 吉井 19:40-20:30 ◎ビラUpper+ 大岡 21:00-21:50 ◎ビラLower+ 大岡	09:30-10:20 ◎ビラB+ 今本 10:50-11:20 ◎ビラRefBody 吉井 11:50-12:40 ◎ビラH&L+ 吉井 13:00-13:30 Rin-Ballet 門田 17:10-17:40 Rin-Ballet 片山 18:00-18:30 ◎ビラRefCore 今本 18:50-19:35 Boost Upper&Lower 大岡 20:05-20:55 ◎ビラB+ 片山 21:20-21:50 ◎ビラChestSR 片山	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 吉井 10:50-11:40 ◎ビラLower+ 吉井 12:10-12:40 ◎ビラStretchC 小林 13:10-13:40 ◎ビラRefBody 今本 16:50-17:20 ◎ビラRefCore 今本 17:40-18:30 ◎ビラH&L+ 吉井 19:00-19:30 ◎ビラPerBackBody 今本 20:00-20:45 Power Basic 帯野 21:15-21:45 ◎ビラRefCore 帯野	09:30-10:00 ◎ビラcore 片山 10:30-11:20 ◎ビラLower+ 大岡 11:50-12:40 ◎ビラB&A+ 吉井 17:40-18:10 ◎ビラRefBody 吉井 18:40-19:30 ◎ビラB&A+ 吉井 20:00-20:30 ◎ビラHipLine 小林 21:00-21:50 ◎ビラB+ 今本	08:00-08:50 ◎ビラJumpM 片山 09:20-09:50 ◎ビラTotalBody 滝田 10:20-10:50 ◎ビラPerBackBody 滝田 11:10-12:00 ◎ビラUpper+ 吉井 12:20-13:10 ◎ビラLower+ 吉井 13:30-14:00 ◎ビラBackStyle 滝田 14:30-15:00 ◎ビラStretchC 小林 15:30-16:20 ◎ビラB+ 小林 16:50-17:40 ◎ビラB&A+ 吉井	定休日	08:00-08:50 ◎ビラB+ 帯野 09:10-09:40 Rin-Ballet 片山 10:10-10:40 ◎ビラChestSR 片山 11:10-12:00 ◎ビラLower+ 帯野 12:30-13:20 ◎ビラWaist+ 帯野 13:50-14:20 ◎ビラControlF 滝田 14:50-15:20 ◎ビラTotalBody 滝田 15:50-16:40 ◎ビラWaist+ 片山 17:10-17:40 ◎ビラStretchC 小林	09:30-10:00 Rin-Ballet 片山 10:30-11:20 ◎ビラH&L+ 今本 11:45-12:15 ◎ビラChestSR 片山 12:40-13:30 ◎ビラWaist+ 小林 17:40-18:30 ◎ビラLower+ 大岡 19:00-19:30 Rin-Ballet 片山 19:50-20:35 Boost Upper&Lower 大岡 21:00-21:50 ◎ビラJumpM 片山

25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)
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Upper+ 大岡
09:30-10:00 ◎ピラRefBody 吉井	09:30-10:20 ◎ピラB&A+ 吉井	09:30-10:00 ◎ピラBackStyle 小林	09:20-10:05 Boost Upper&Lower 大岡
10:30-11:00 ◎ピラPerBackBody 今本	10:50-11:20 ◎ピラRefBody 吉井	10:30-11:20 ◎ピラH&L+ 小林	10:30-11:00 ◎ピラHipLine 小林
11:30-12:15 Boost Upper&Lower 吉井	11:50-12:20 ◎ピラPerBackBody 今本	11:50-12:35 Power Basic 滝田	11:20-11:50 ◎ピラPerBackBody 滝田
12:50-13:40 ◎ピラH&L+ 吉井		13:10-13:40 ◎ピラTotalBody 片山	12:20-13:10 ◎ピラUpper+ 吉井
			13:30-14:20 ◎ピラWaist+ 帯野
			14:50-15:20 ◎ピラRefCore 帯野
			15:50-16:40 ◎ピラLower+ 吉井
		16:50-17:20 ◎ピラRefBody 吉井	17:00-17:50 ◎ピラB&A+ 吉井
17:40-18:10 ◎ピラTotalBody 小林		17:40-18:10 ◎ピラBackStyle 滝田	
	18:00-18:45 Boost Upper&Lower 大岡		
18:40-19:30 ◎ピラUpper+ 大岡		18:40-19:10 ◎ピラChestSR 片山	
	19:10-20:00 ◎ピラUpper+ 大岡		
20:00-20:30 ◎ピラcore 小林		19:40-20:30 ◎ピラUpper+ 吉井	
	20:20-20:50 ◎ピラChestSR 片山		
21:00-21:50 ◎ピラLower+ 大岡	21:20-21:50 Rin-Ballet 片山	21:00-21:45 Boost Upper&Lower 吉井	

【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
4	◎ピラ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+