2026年6月レッスンスケジュール Rintosull 広島八丁堀店(全スタジオ:女性専用)

※2026年05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(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	–
						08:00–08:50 ◎ビラH&L+ 吉田							08:00–08:30 ◎ビラTotalBody 眞庭							08:00–08:50 ◎ビラUpper+ 福田				
						09:10–10:00 ◎ビラUpper+ 福田							08:50–09:35 Power Basic 吉田							09:10–09:55 Power Basic 重松				
	09:30–10:20 ◎ビラLower+ 重松	09:30–10:15 Strong Hip&Legs 重松	09:30–10:00 ◎ビラBackStyle 眞庭	09:30–10:20 ◎ビラB+ 眞庭	09:30–10:00 Rin–Ballet 渡辺			09:30–10:00 ◎ビラPerBackBody 渡辺	09:30–10:20 ◎ビラB+ 重岡	09:30–10:15 Boost Upper&Lower 吉田	09:30–10:00 ◎ビラStretchC 眞庭	09:30–10:20 ◎ビラJumpM 渡辺			09:30–10:20 ◎ビラLower+ 福田	09:30–10:00 ◎ビラControlF 杉野	09:30–10:00 ◎ビラTotalBody 重松	09:30–10:20 ◎ビラWaist+ 重松	09:30–10:00 ◎ビラRefBody 吉田			09:30–10:00 ◎ビラChestSR 渡辺	09:30–10:20 ◎ビラLower+ 重松	
						10:20–10:50 Rin–Ballet 渡辺		10:20–11:10 ◎ビラUpper+ 福田				10:00–10:50 ◎ビラLower+ 吉田				10:20–10:50 ◎ビラStretchC 杉野							10:20–11:10 ◎ビラB&A+ 吉田		
	10:40–11:10 ◎ビラStretchC 重松	10:40–11:30 ◎ビラUpper+ 福田	10:20–11:10 ◎ビラH&L+ 重松	10:40–11:10 ◎ビラHipLine 眞庭	10:20–11:10 ◎ビラWaist+ 吉田				10:40–11:10 ◎ビラControlF 重岡	10:40–11:10 ◎ビラStretchC 眞庭	10:20–11:10 ◎ビラB&A+ 重松	10:40–11:30 ◎ビラLower+ 福田			10:40–11:10 Cardio Reform Blast 渡辺		10:20–11:10 ◎ビラLower+ 重松	10:40–11:10 ◎ビラStretchC 重松	10:20–11:10 ◎ビラUpper+ 吉田				10:40–11:10 ◎ビラTotalBody 重松	
						11:10–12:00 ◎ビラB&A+ 眞庭							11:10–11:40 ◎ビラControlF 眞庭			11:10–12:00 ◎ビラUpper+ 福田				11:10–12:00 ◎ビラB&A+ 眞庭				
	11:30–12:20 ◎ビラA+ 谷口	11:50–12:20 ◎ビラPerBackBody 渡辺	11:30–12:20 ◎ビラUpper+ 福田	11:30–12:00 Cardio Reform Blast 渡辺	11:30–12:20 ◎ビラLower+ 吉田			11:30–12:20 ◎ビラLower+ 福田	11:30–12:20 ◎ビラJumpM 渡辺	11:30–12:00 ◎ビラHipLine 眞庭	11:30–12:00 ◎ビラTotalBody 重松	11:50–12:20 ◎ビラPerBackBody 渡辺			11:30–12:00 ◎ビラChestSR 渡辺			11:30–12:15 Strong Back&Arms 吉田	11:30–12:20 ◎ビラH&L+ 眞庭			11:30–12:20 ◎ビラB+ 吉田	11:30–12:15 Power Waist Shape 吉田	
												12:00–12:50 ◎ビラH&L+ 重松												
	12:40–13:30 ◎ビラUpper+ 福田	12:40–13:30 ◎ビラLower+ 福田	12:40–13:30 ◎ビラJumpM 杉野	12:20–13:10 ◎ビラUpper+ 福田	12:40–13:10 ◎ビラStretchC 眞庭	12:20–13:10 ◎ビラLower+ 福田		12:40–13:30 ◎ビラWaist+ 吉田	12:40–13:10 Rin–Ballet 渡辺	12:20–13:10 ◎ビラUpper+ 福田	12:20–13:10 ◎ビラB+ 吉田	12:40–13:25 Strong Hip&Legs 重松			12:20–13:10 ◎ビラUpper+ 福田	12:20–12:50 ◎ビラRefCore 吉田	12:20–13:10 ◎ビラH&L+ 眞庭	12:40–13:30 ◎ビラB+ 吉田	12:40–13:10 ◎ビラBackStyle 眞庭			12:20–12:50 ◎ビラcore 眞庭		
													13:10–14:00 ◎ビラUpper+ 福田			13:10–14:00 ◎ビラLower+ 福田	13:30–14:00 ◎ビラStretchC 重松				12:40–13:30 ◎ビラA+ 谷口	12:40–13:10 Rin–Ballet 渡辺	
	13:50–14:20 ◎ビラRefCore 吉田	13:50–14:40 ◎ビラJumpM 杉野	13:50–14:40 ◎ビラLower+ 福田	13:30–14:00 ◎ビラControlF 眞庭	13:30–14:15 Power Basic 眞庭	13:30–14:00 ◎ビラRefBody 吉田			13:30–14:00 ◎ビラTotalBody 重松	13:30–14:00 ◎ビラRefBody 吉田	13:30–14:20 ◎ビラJumpM 杉野	13:50–14:40 ◎ビラUpper+ 福田			13:30–14:20 ◎ビラH&L+ 吉田			13:50–14:20 ◎ビラcore 渡辺	13:30–14:15 Boost Upper&Lower 重岡			13:10–13:40 ◎ビラChestSR 渡辺	13:30–14:20 ◎ビラJumpM 渡辺	
										14:20–14:50 ◎ビラBackStyle 眞庭			14:20–14:50 ◎ビラHipLine 眞庭									14:00–14:50 ◎ビラLower+ 福田		
	14:40–15:25 Strong Hip&Legs 吉田	15:00–15:30 ◎ビラTotalBody 重松		14:20–15:10 ◎ビラLower+ 福田		14:20–15:10 ◎ビラWaist+ 吉田					14:40–15:10 ◎ビラRefBody 重松				14:40–15:10 ◎ビラTotalBody 重松	14:20–15:10 ◎ビラB&A+ 吉田	14:20–15:10 ◎ビラUpper+ 福田		14:40–15:10 ◎ビラChestSR 重岡					
													15:10–15:40 Cardio Reform Blast 渡辺									15:10–15:40 Rin–Ballet 渡辺		
						15:30–16:00 ◎ビラBackStyle 眞庭																		
			16:10–17:00 ◎ビラB+ 眞庭									16:10–16:40 ◎ビラStretchC 重松	16:00–16:50 ◎ビラLower+ 福田					16:10–16:40 ◎ビラTotalBody 重松				16:00–16:30 ◎ビラRefCore 重松		
						16:20–17:10 ◎ビラLower+ 福田																		
	17:20–17:50 ◎ビラTotalBody 重松	17:00–17:45 Boost Upper&Lower 吉田	17:20–17:50 ◎ビラcore 眞庭	17:00–17:30 ◎ビラChestSR 渡辺	17:00–17:50 ◎ビラUpper+ 吉田				17:20–17:50 ◎ビラHipLine 重岡	17:00–17:50 ◎ビラUpper+ 福田	17:20–17:50 ◎ビラBackStyle 眞庭	17:00–17:50 ◎ビラLower+ 福田	17:10–17:40 ◎ビラStretchC 重松		17:00–17:30 ◎ビラStretchC 重松	17:00–17:50 ◎ビラJumpM 杉野	17:00–17:30 ◎ビラRefBody 重松	17:00–17:50 ◎ビラLower+ 福田	17:00–17:30 ◎ビラControlF 重岡			16:50–17:20 ◎ビラTotalBody 眞庭	17:20–17:50 ◎ビラHipLine 眞庭	
						17:30–18:20 ◎ビラJumpM 渡辺														17:40–18:30 ◎ビラWaist+ 眞庭				
	18:10–19:00 ◎ビラUpper+ 福田	18:10–18:40 ◎ビラStretchC 重松	18:10–18:40 ◎ビラTotalBody 重松	17:50–18:40 ◎ビラA+ 谷口	18:10–18:40 ◎ビラParBackBody 渡辺			18:10–18:40 Rin–Ballet 渡辺	18:10–18:40 ◎ビラStretchC 重松	18:10–18:40 ◎ビラControlF 眞庭	18:10–19:00 ◎ビラWaist+ 吉田	18:10–18:40 Cardio Reform Blast 渡辺	18:00–18:30 ◎ビラTotalBody 重松		17:50–18:40 ◎ビラWaist+ 吉田	18:10–18:40 ◎ビラParBackBody 杉野	17:50–18:40 ◎ビラWaist+ 眞庭	18:10–19:00 ◎ビラA+ 谷口	17:50–18:40 ◎ビラB+ 吉田			17:50–18:40 ◎ビラUpper+ 重松	18:10–19:00 ◎ビラB+ 吉田	
	19:20–19:50 Cardio Reform Blast 渡辺	19:00–19:50 ◎ビラJumpM 渡辺	19:00–19:30 ◎ビラControlF 眞庭	19:00–19:50 ◎ビラLower+ 福田	19:00–19:50 ◎ビラJumpM 渡辺			19:00–19:50 ◎ビラB+ 重松	19:00–19:30 ◎ビラRefCore 重松	19:00–19:50 ◎ビラLower+ 福田	19:20–19:50 ◎ビラRefBody 吉田	19:00–19:30 ◎ビラChestSR 渡辺			19:00–19:50 ◎ビラLower+ 吉田	19:00–19:50 ◎ビラUpper+ 福田	19:00–19:30 ◎ビラHipLine 眞庭	19:20–19:50 Rin–Ballet 渡辺	19:00–19:50 ◎ビラUpper+ 吉田			19:00–19:30 ◎ビラStretchC 眞庭	19:20–19:50 ◎ビラcore 眞庭	
	20:10–20:40 ◎ビラChestSR 渡辺	20:10–20:40 ◎ビラRefBody 吉田	19:50–20:40 ◎ビラLower+ 福田	20:10–20:55 Strong Back&Arms 重松	20:10–20:40 ◎ビラTotalBody 眞庭			20:10–21:00 ◎ビラH&L+ 眞庭	19:50–20:40 ◎ビラUpper+ 福田	20:10–21:00 ◎ビラB&A+ 吉田	20:10–20:40 ◎ビラHipLine 眞庭	19:50–20:40 ◎ビラB+ 重松			20:10–20:40 ◎ビラRefCore 重松	20:10–21:00 ◎ビラH&L+ 吉田	19:50–20:40 ◎ビラUpper+ 福田	20:10–20:40 Cardio Reform Blast 渡辺	20:10–20:40 ◎ビラBackStyle 眞庭			19:50–20:40 ◎ビラWaist+ 眞庭	20:10–20:40 ◎ビラStretchC 眞庭	
	21:00–21:50 ◎ビラB&A+ 吉田	21:00–21:50 ◎ビラB+ 吉田	21:00–21:50 ◎ビラWaist+ 重松	21:20–21:50 ◎ビラStretchC 重松	21:00–21:50 ◎ビラH&L+ 眞庭			21:20–21:50 ◎ビラTotalBody 眞庭	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 福田	21:20–21:50 ◎ビラRefCore 吉田	21:00–21:50 ◎ビラUpper+ 眞庭	21:00–21:50 ◎ビラB&A+ 重松			21:00–21:50 ◎ビラB&A+ 重松	21:20–21:50 ◎ビラRefBody 吉田	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 福田	21:00–21:50 ◎ビラUpper+ 福田	21:00–21:50 ◎ビラWaist+ 眞庭			21:00–21:50 ◎ビラLower+ 福田	21:00–21:50 ◎ビラB&A+ 吉田	

定休日

定休日

定休日

臨時休業

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	Aスタジオ
		08:00-08:30 Rin-Ballet 渡辺			
		08:50-09:40 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 吉田			
09:30-10:00 ◎ﾋﾞﾗHipLine 眞庭	09:30-10:15 Power Basic 吉田			09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 吉田	09:30-10:00 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 重松
		10:00-10:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 吉田			
10:20-11:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 眞庭	10:40-11:10 ◎ﾋﾞﾗRefBody 吉田			10:40-11:30 ◎ﾋﾞﾗJumpM 杉野	10:20-11:10 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 重松
		11:10-11:40 ◎ﾋﾞﾗPerBackBody 渡辺			
11:30-12:00 ◎ﾋﾞﾗRefCore 吉田	11:30-12:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 福田			11:50-12:20 ◎ﾋﾞﾗChestSR 杉野	11:30-12:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 福田
12:20-12:50 ◎ﾋﾞﾗChestSR 渡辺		12:00-12:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 重松			
	12:40-13:10 ◎ﾋﾞﾗControlF 眞庭			12:40-13:30 ◎ﾋﾞﾗA+ 谷口	12:40-13:10 ◎ﾋﾞﾗRefCore 吉田
	13:30-14:00 ◎ﾋﾞﾗRefCore 吉田	13:10-14:00 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 眞庭			13:30-14:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 福田
		14:20-14:50 ◎ﾋﾞﾗStretchC 眞庭	定休日	13:50-14:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 福田	
	14:20-15:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 眞庭				
		15:10-15:40 ◎ﾋﾞﾗRefCore 重松		15:00-15:30 ◎ﾋﾞﾗControlF 杉野	
		16:00-16:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 重松			
17:00-17:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 吉田	17:00-17:30 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 重松	17:10-17:40 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 眞庭		17:00-17:30 ◎ﾋﾞﾗPerBackBody 杉野	
					17:20-18:05 Strong Back&Arms 重松
18:10-18:40 ◎ﾋﾞﾗRefBody 吉田	17:50-18:40 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 眞庭	18:00-18:30 ◎ﾋﾞﾗBackStyle 眞庭		17:50-18:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 福田	
					18:30-19:00 ◎ﾋﾞﾗStretchC 眞庭
19:00-19:50 ◎ﾋﾞﾗJumpM 渡辺	19:00-19:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 福田			19:00-19:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 福田	19:20-19:50 Cardio Reform Blast 渡辺
20:10-20:40 ◎ﾋﾞﾗBackStyle 重岡	20:10-20:55 Strong Hip&Legs 重松			20:10-20:40 ◎ﾋﾞﾗRefCore 吉田	20:10-21:00 ◎ﾋﾞﾗB+ 眞庭
21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 重岡	21:20-21:50 ◎ﾋﾞﾗStretchC 重松			21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 吉田	21:20-21:50 ◎ﾋﾞﾗHipLine 眞庭

【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
2.5	Rin-Ballet	Rin-Ballet	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
3.5	Strong Hip&Legs	Strong Hip&Legs	45分
3.5	Strong Back&Arms	Strong Back&Arms	45分
4	◎ﾋﾞﾗ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

レッスン後10分講座

【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+