2026年8月レッスンスケジュール Rintosull 布施店(全スタジオ:女性専用)

※2026年08月04日02:03 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(土)	2日(日)	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)	9日(日)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)	16日(日)	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)	23日(日)	24日(月)
	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Waist+ 川尾	定休日	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ カーン	09:30-10:00 ◎ビラTotalBody 青島	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 橋本	09:30-10:20 ◎ビラB+ 川尾	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ カーン	08:00-08:50 ◎ビラLower+ 橋本	定休日	09:30-10:00 ◎ビラHipLine 米田				09:30-10:15 Boost Upper&Lower カーン	08:00-08:30 SP 久安	定休日	09:30-10:00 SP 米田	09:30-10:20 ◎ビラB+ 川尾	09:30-10:00 ◎ビラTotalBody 青島	09:30-10:00 ◎ビラcore 久安	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ カーン	08:00-08:30 ◎ビラChestSR 青島	定休日	09:30-10:00 ◎ビラStretchC 米田
	09:10-09:55 Power Basic 川尾							09:10-10:00 ◎ビラUpper+ 橋本							08:50-09:35 Boost Upper&Lower カーン							09:00-09:50 ◎ビラJumpM 盛光		
	10:20-10:50 SP 米田		10:40-11:30 ◎ビラLower+ カーン	10:30-11:00 Cardio Reform Blast 青島	10:50-11:40 ◎ビラJumpM 盛光	10:40-11:25 Boost Upper&Lower 川尾	10:40-11:30 ◎ビラLower+ カーン	10:20-10:50 SP 米田		10:20-10:50 SP 米田				10:40-11:30 ◎ビラWaist+ 川尾	10:00-10:30 ◎ビラHipLine 米田 10:50-11:20 SP 米田		10:20-10:50 ◎ビラHipLine 米田	10:40-11:10 SP 米田	10:20-10:50 ◎ビラChestSR 久安	10:30-11:20 ◎ビラJumpM 青島	10:40-11:30 ◎ビラLower+ カーン	10:10-10:40 SP 青島		10:20-11:10 ◎ビラUpper+ カーン
	11:10-11:40 ◎ビラStretchC 米田		11:50-12:20 ◎ビラRefCore 川尾	11:30-12:15 Ex45ビラRefCore 青島		11:50-12:40 ◎ビラH&L+ 木本	11:50-12:20 SP 米田	11:10-11:40 ◎ビラPerBackBody 米田		11:10-12:00 ◎ビラUpper+ 橋本					11:40-12:10 ◎ビラBackStyle 盛光		11:10-12:00 ◎ビラUpper+ 久安	11:30-12:00 ◎ビラTotalBody 盛光	11:10-11:40 ◎ビラBackStyle 盛光	11:40-12:10 ◎ビラStretchC 盛光			11:00-11:50 ◎ビラLower+ 木本		11:30-12:00 SP 米田
	12:00-12:50 ◎ビラB&A+ 木本		12:40-13:25 Power Basic 川尾	12:50-13:20 SP 米田	12:10-12:40 SP 青島	13:00-13:30 SP 久安	12:40-13:10 ◎ビラHipLine 米田	12:00-12:50 ◎ビラB+ 川尾		12:30-13:20 ◎ビラJumpM 盛光				11:50-12:40 ◎ビラB+ 川尾	12:30-13:20 ◎ビラLower+ 橋本		12:20-12:50 ◎ビラcore 久安	12:20-12:50 ◎ビラBackStyle 盛光	12:50-13:40 ◎ビラLower+ カーン	12:00-12:30 ◎ビラcore 久安	12:30-13:00 SP 久安	12:00-12:30 ◎ビラcore 久安	12:20-12:50 Cardio Reform Blast 青島		12:30-13:00 ◎ビラcore 久安
	13:10-14:00 ◎ビラLower+ 橋本			13:50-14:20 ◎ビラRefCore 川尾	13:10-13:40 ◎ビラTotalBody 盛光	13:50-14:40 ◎ビラWaist+ 川尾	13:30-14:20 ◎ビラB&A+ 木本	13:10-13:55 Power Waist Shape 川尾		13:40-14:25 Strong Back&Arms 木本				13:50-14:20 ◎ビラcore 久安	13:40-14:30 ◎ビラUpper+ 橋本		13:10-13:40 ◎ビラControlF 盛光		14:00-14:50 ◎ビラUpper+ 橋本	13:20-14:10 ◎ビラA+ 盛光	12:50-13:20 SP 久安	13:40-14:10 ◎ビラPerBackBody 米田	13:20-13:50 Rin-Ballet 盛光		13:20-14:10 ◎ビラLower+ 木本
	14:20-15:05 Boost Upper&Lower 橋本			14:50-15:35 Power Basic 川尾		15:00-15:30 ◎ビラRefBody 木本	14:40-15:25 Boost Upper&Lower 木本	14:20-15:10 ◎ビラLower+ カーン		14:50-15:40 ◎ビラLower+ 橋本				14:40-15:30 ◎ビラLower+ カーン	14:50-15:20 SP 久安		14:00-14:50 ◎ビラLower+ カーン		15:10-15:40 SP 久安	14:30-15:20 ◎ビラUpper+ 橋本	14:30-15:15 Boost Upper&Lower 木本		14:10-15:00 ◎ビラUpper+ カーン		14:30-15:20 ◎ビラB+ 久安
	15:30-16:00 ◎ビラcore 久安					15:50-16:40 ◎ビラLower+ 木本	15:50-16:20 SP 久安	15:30-16:00 ◎ビラRefCore 川尾		16:00-16:50 ◎ビラUpper+ カーン				15:50-16:35 Power Basic 川尾	15:40-16:30 ◎ビラB+ 川尾		15:20-16:10 ◎ビラJumpM 盛光		16:00-16:45 Boost Upper&Lower 橋本	15:40-16:10 ◎ビラBackStyle 盛光	15:40-16:10 ◎ビラChestSR 久安		15:30-16:00 ◎ビラHipLine 米田		15:40-16:10 SP 久安
	16:20-16:50 SP 久安			16:10-17:00 ◎ビラWaist+ 川尾			16:50-17:20 ◎ビラControlF 盛光	16:20-16:50 SP 米田							17:00-17:30 Rin-Ballet 盛光		16:40-17:10 Rin-Ballet 盛光			16:30-17:00 ◎ビラTotalBody 青島	16:30-17:20 ◎ビラUpper+ カーン		16:20-16:50 ◎ビラControlF 盛光		16:30-17:20 ◎ビラB&A+ 木本
	17:10-18:00 ◎ビラH&L+ 米田		17:20-18:05 Boost Upper&Lower 橋本	17:30-18:20 ◎ビラUpper+ カーン	17:40-18:10 SP 米田	17:00-17:50 ◎ビラUpper+ 橋本	17:40-18:10 ◎ビラRefBody 久安	17:10-18:00 ◎ビラUpper+ カーン		17:10-17:55 Power Basic 川尾				17:10-17:40 ◎ビラHipLine 米田			17:30-18:00 SP 米田	17:10-18:00 ◎ビラWaist+ 川尾	17:10-17:40 Cardio Reform Blast 青島	17:20-17:50 SP 盛光			17:10-17:40 SP 米田		
			-10分			18:10-18:40 SP 盛光				18:20-18:50 SP 久安				18:00-18:30 SP 米田							17:40-18:30 ◎ビラH&L+ 久安			18:00-18:50 ◎ビラUpper+ カーン
			18:40-19:30 ◎ビラJumpM 盛光	18:50-19:40 ◎ビラLower+ 川尾	18:40-19:30 ◎ビラUpper+ カーン	19:10-19:40 Rin-Ballet 盛光	18:40-19:10 ◎ビラPerBackBody 米田			19:10-19:55 Power Waist Shape 川尾				18:50-19:35 Boost Upper&Lower 橋本			18:20-19:10 ◎ビラUpper+ 橋本	18:20-18:50 SP 盛光	18:10-19:00 ◎ビラJumpM 盛光	18:10-19:00 ◎ビラUpper+ 木本					19:10-19:40 ◎ビラRefBody 米田
							19:40-20:30 ◎ビラJumpM 盛光										19:30-20:20 ◎ビラLower+ 木本	19:10-20:00 ◎ビラLower+ 橋本	19:20-20:10 ◎ビラUpper+ 橋本	19:20-20:10 ◎ビラLower+ 橋本		19:00-19:30 SP 米田			
			20:00-20:30 ◎ビラHipLine 盛光	20:10-20:40 SP 米田	20:00-20:30 ◎ビラRefCore 川尾	20:10-20:40 ◎ビラChestSR 久安				20:20-20:50 ◎ビラRefCore 川尾				20:00-20:30 ◎ビラControlF 盛光			20:40-21:10 ◎ビラRefBody 木本	20:20-21:10 ◎ビラUpper+ 木本	20:30-21:20 ◎ビラLower+ カーン	20:30-21:00 ◎ビラRefBody 木本	19:50-20:35 Strong Back&Arms 木本			20:00-20:50 ◎ビラWaist+ 川尾
			21:00-21:30 SP 盛光	21:10-21:40 ◎ビラcore 久安	21:00-21:30 SP 久安	21:10-22:00 ◎ビラUpper+ 橋本	21:00-21:30 ◎ビラcore 久安			21:10-21:40 ◎ビラChestSR 久安				21:00-21:30 Rin-Ballet 盛光			21:30-22:15 Boost Upper&Lower カーン	21:30-22:00 ◎ビラRefBody 木本	21:40-22:10 SP 盛光	21:20-22:05 Boost Upper&Lower 橋本		21:00-21:30 ◎ビラStretchC 米田			21:10-21:40 ◎ビラRefCore 川尾

25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)	30日(日)	31日(月)
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
09:30-10:00 ◎ピラChestSR 久安	定休日	09:30-10:20 ◎ピラLower+ 橋本	09:30-10:00 ◎ピラControlF 盛光	08:00-08:50 ◎ピラLower+ 橋本	定休日	09:30-10:20 ◎ピラB+ 川尾
10:30-11:20 ◎ピラLower+ 川尾		10:40-11:30 ◎ピラUpper+ 橋本	10:20-10:50 ◎ピラBackStyle 盛光	09:10-10:00 ◎ピラUpper+ 橋本		10:50-11:20 ◎ピラRefCore 川尾
11:50-12:20 ◎ピラTotalBody 青島		11:50-12:20 SP 盛光	11:10-12:00 ◎ピラH&L+ 木本	10:20-10:50 SP 久安		11:50-12:40 ◎ピラLower+ 木本
12:40-13:10 SP 米田		12:50-13:20 Rin-Ballet 盛光	12:20-12:50 ◎ピラChestSR 久安	11:10-11:40 ◎ピラChestSR 久安		
		13:40-14:25 Boost Upper&Lower カーン	13:10-13:55 Boost Upper&Lower カーン	12:00-12:30 ◎ピラRefBody 木本		
		15:00-15:30 ◎ピラChestSR 久安	14:20-14:50 SP 米田	12:50-13:40 ◎ピラUpper+ 木本		
		15:50-16:40 ◎ピラWaist+ 川尾	15:10-15:40 Rin-Ballet 盛光	14:00-14:30 SP 米田		
		17:00-17:30 ◎ピラcore 久安	16:00-16:30 ◎ピラPerBackBody 米田	14:50-15:40 ◎ピラLower+ カーン		
18:00-18:30 Cardio Reform Blast 青島		17:50-18:40 ◎ピラUpper+ 橋本	16:50-17:20 ◎ピラcore 久安	16:00-16:30 Rin-Ballet 盛光		17:30-18:20 ◎ピラUpper+ カーン
18:50-19:40 ◎ピラLower+ 橋本		19:00-19:30 SP 久安	17:40-18:30 ◎ピラLower+ 橋本	16:50-17:20 ◎ピラHipLine 米田		18:50-19:40 ◎ピラLower+ 橋本
20:00-20:50 ◎ピラUpper+ 橋本		19:50-20:40 ◎ピラLower+ カーン	18:50-19:40 ◎ピラUpper+ カーン	17:40-18:25 Boost Upper&Lower カーン		20:10-20:40 ◎ピラStretchC 米田
21:10-21:40 SP 盛光		21:00-21:50 ◎ピラB+ 川尾	20:00-20:30 SP 米田			21:10-21:40 SP 盛光
			21:00-21:45 Boost Upper&Lower カーン			

【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	Ex45ピラRefCore	【Extra45】Refresh Core	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 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

【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
1(土)	10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	米田瑠奈
1(土)	16:20-16:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	久安千裕
3(月)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	盛光有芽子
4(火)	12:50-13:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	米田瑠奈
4(火)	20:10-20:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	米田瑠奈
5(水)	12:10-12:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	青島花帆
5(水)	17:40-18:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	米田瑠奈
5(水)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	久安千裕
6(木)	13:00-13:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	久安千裕
6(木)	18:10-18:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	盛光有芽子
7(金)	11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	米田瑠奈
7(金)	15:50-16:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	久安千裕
8(土)	10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	米田瑠奈
8(土)	16:20-16:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	米田瑠奈
10(月)	10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	米田瑠奈
10(月)	18:20-18:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	久安千裕
14(金)	13:00-13:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	久安千裕
14(金)	18:00-18:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	米田瑠奈
15(土)	08:00-08:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	久安千裕
15(土)	10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	米田瑠奈
15(土)	14:50-15:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	久安千裕
17(月)	09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	米田瑠奈
17(月)	17:30-18:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	米田瑠奈
18(火)	10:40-11:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	米田瑠奈
18(火)	18:20-18:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	盛光有芽子
19(水)	15:10-15:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	久安千裕
19(水)	21:40-22:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	盛光有芽子
20(木)	12:30-13:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	久安千裕
20(木)	17:20-17:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	盛光有芽子
21(金)	12:50-13:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	久安千裕
21(金)	19:00-19:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	米田瑠奈
22(土)	10:10-10:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	青島花帆
22(土)	17:10-17:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	米田瑠奈
24(月)	11:30-12:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	米田瑠奈
24(月)	15:40-16:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	久安千裕
25(火)	12:40-13:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	米田瑠奈
25(火)	21:10-21:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	盛光有芽子
27(木)	11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	盛光有芽子
27(木)	19:00-19:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	久安千裕
28(金)	14:20-14:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	米田瑠奈
28(金)	20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	米田瑠奈
29(土)	10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	久安千裕
29(土)	14:00-14:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	米田瑠奈
31(月)	21:10-21:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	盛光有芽子

◎ … 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+