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

※2026年02月28日02:01 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	09:30-10:00 ◎ビラRefBody 松本	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 松本	09:30-10:00 ◎ビラPerBackBody 葛原	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 葛原	09:30-10:00 ◎ビラRefCore 葛原	08:30-09:00 ◎ビラBackStyle 美濃	定休日	09:30-10:20 ◎ビラB+ 松本	09:30-10:00 ◎ビラTotalBody 西島	08:30-09:00 ◎ビラStretchC 美濃	09:30-10:00 ◎ビラRefBody 美濃	09:30-10:15 Boost Upper&Lower 原	08:30-09:20 ◎ビラH&L+ 美濃	定休日	09:30-10:00 ◎ビラChestSR 森原	09:30-10:20 ◎ビラH&L+ 松本	09:30-10:00 ◎ビラRefBody 西島	09:30-10:20 ◎ビラB+ 松本	09:30-10:00 ◎ビラBackStyle 美濃	08:30-09:00 ◎ビラRefBody 葛原	定休日	08:30-09:15 Boost Upper&Lower 森原	09:30-10:00 ◎ビラControlF 西島
													09:50-10:20 ◎ビラRefBody 原											09:40-10:10 ◎ビラTotalBody 森原
		10:30-11:20 ◎ビラB+ 葛原	10:50-11:20 ◎ビラStretchC 美濃	10:30-11:20 ◎ビラUpper+ 森原	10:50-11:20 ◎ビラRefBody 葛原	10:30-11:00 ◎ビラTotalBody 森原	10:50-11:20 ◎ビラRefBody 葛原		10:50-11:20 ◎ビラRefCore 松本	10:30-11:20 ◎ビラLower+ 西島	10:50-11:20 ◎ビラHipLine 美濃	10:30-11:00 ◎ビラBackStyle 美濃	10:40-11:30 ◎ビラB+ 美濃	10:50-11:40 ◎ビラB+ 原		10:30-11:20 ◎ビラLower+ 松本	10:50-11:20 ◎ビラRefBody 松本	10:30-11:20 ◎ビラB+ 森原	10:50-11:20 ◎ビラHipLine 美濃	10:30-11:00 ◎ビラTotalBody 原	10:30-11:20 ◎ビラLower+ 美濃		10:40-11:30 ◎ビラB+ 葛原	10:30-11:20 ◎ビラLower+ 西島
		11:50-12:35 Boost Upper&Lower 松本	11:50-12:35 Power Basic 西島	11:50-12:20 ◎ビラRefBody 森原	11:50-12:40 ◎ビラLower+ 森原	11:30-12:20 ◎ビラWaist+ 葛原	11:50-12:40 ◎ビラUpper+ 葛原		11:50-12:35 Boost Upper&Lower 松本	11:50-12:20 ◎ビラPerBackBody 森原	11:50-12:40 ◎ビラUpper+ 森原	11:30-12:20 ◎ビラH&L+ 葛原	12:00-12:30 ◎ビラRefCore 美濃	12:10-12:40 ◎ビラStretchC 美濃		11:50-12:20 ◎ビラPerBackBody 西島	11:50-12:40 ◎ビラB+ 森原	11:50-12:20 ◎ビラTotalBody 西島	11:50-12:40 ◎ビラUpper+ 松本	11:30-12:15 Power Basic 原	11:50-12:40 ◎ビラUpper+ 葛原		12:00-12:30 ◎ビラPerBackBody 葛原	11:50-12:20 ◎ビラRefCore 葛原
		13:00-13:30 ◎ビラChestSR 西島		12:50-13:35 Boost Upper&Lower 美濃		12:50-13:40 ◎ビラUpper+ 松本	13:10-14:00 ◎ビラLower+ 森原			12:50-13:35 Power Basic 松本	13:10-13:40 ◎ビラPerBackBody 葛原	12:50-13:40 ◎ビラUpper+ 葛原		13:10-13:55 Boost Upper&Lower 原		12:50-13:40 ◎ビラB&A+ 西島		12:50-13:40 ◎ビラLower+ 西島	13:10-13:40 ◎ビラcore 原				13:00-13:30 ◎ビラRefCore 松本	12:50-13:40 ◎ビラB&A+ 葛原
		14:00-14:30 ◎ビラTotalBody 西島				14:10-14:40 ◎ビラRefBody 西島	14:30-15:00 ◎ビラTotalBody 森原			14:00-14:30 ◎ビラRefCore 松本						14:10-14:40 ◎ビラRefBody 松本		14:00-14:30 ◎ビラChestSR 森原			14:10-14:55 Power Basic 松本			14:10-14:40 ◎ビラTotalBody 西島
						15:10-15:55 Power Basic 松本	15:30-16:00 ◎ビラStretchC 原				15:30-16:00 ◎ビラTotalBody 森原			15:10-16:00 ◎ビラLower+ 美濃							15:30-16:00 ◎ビラRefCore 松本		15:20-16:10 ◎ビラUpper+ 松本	15:10-15:55 Power Basic 森原
					16:20-16:50 ◎ビラcore 美濃		16:30-17:15 Boost Upper&Lower 原		16:20-16:50 ◎ビラTotalBody 西島		16:30-17:15 Power Basic 森原			16:30-17:00 ◎ビラRefCore 葛原			16:00-16:50 ◎ビラB&A+ 葛原		16:00-16:45 Power Basic 原			16:30-17:20 ◎ビラUpper+ 原		16:40-17:10 ◎ビラHipLine 美濃	
					17:20-18:05 Power Basic 森原				17:20-18:10 ◎ビラWaist+ 西島			17:20-17:50 ◎ビラChestSR 森原		17:30-18:20 ◎ビラB&A+ 葛原		17:20-18:05 Boost Upper&Lower 葛原	17:20-17:50 ◎ビラChestSR 森原		17:10-17:40 ◎ビラPerBackBody 葛原			17:50-18:20 ◎ビラTotalBody 原		17:40-18:30 ◎ビラWaist+ 松本	
		18:20-19:10 ◎ビラLower+ 西島	18:40-19:10 ◎ビラHipLine 原	18:20-19:10 ◎ビラWaist+ 葛原	18:40-19:10 ◎ビラRefBody 森原	18:20-19:10 ◎ビラLower+ 西島			18:40-19:10 ◎ビラBackStyle 美濃	18:10-19:00 ◎ビラB&A+ 葛原		18:20-19:10 ◎ビラLower+ 森原	18:20-19:10 ◎ビラWaist+ 葛原			18:30-19:20 ◎ビラB+ 葛原	18:20-19:05 Boost Upper&Lower 西島	18:40-19:10 ◎ビラPerBackBody 葛原	18:30-19:00 ◎ビラRefBody 葛原	18:40-19:10 ◎ビラRefCore 松本				18:40-19:10 ◎ビラcore 美濃
		19:40-20:10 ◎ビラPerBackBody 美濃	19:40-20:30 ◎ビラUpper+ 森原	19:40-20:10 ◎ビラChestSR 森原	19:40-20:30 ◎ビラB+ 西島	19:40-20:10 ◎ビラRefCore 西島			19:40-20:30 ◎ビラLower+ 森原	19:30-20:00 ◎ビラRefBody 葛原		19:40-20:10 ◎ビラPerBackBody 葛原	19:40-20:30 ◎ビラUpper+ 葛原			19:50-20:20 ◎ビラControlF 西島	19:40-20:10 ◎ビラRefCore 西島	19:40-20:10 ◎ビラChestSR 森原	19:30-20:20 ◎ビラB+ 葛原	19:40-20:30 ◎ビラUpper+ 松本				19:40-20:30 ◎ビラLower+ 森原
		20:40-21:30 ◎ビラUpper+ 葛原	21:00-21:30 ◎ビラTotalBody 森原	20:40-21:30 ◎ビラLower+ 美濃	20:50-21:20 ◎ビラStretchC 西島	20:40-21:30 ◎ビラB&A+ 松本			21:00-21:30 ◎ビラChestSR 森原	20:30-21:20 ◎ビラH&L+ 森原		20:40-21:25 Power Basic 森原	21:00-21:30 ◎ビラTotalBody 西島			20:50-21:20 ◎ビラRefBody 美濃	20:40-21:30 ◎ビラUpper+ 葛原	20:40-21:25 Boost Upper&Lower 葛原	20:50-21:20 ◎ビラStretchC 原	21:00-21:30 ◎ビラcore 原				21:00-21:30 ◎ビラChestSR 森原

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
			08:30-09:20 ◎ピラB&A+ 森原
09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 葛原	09:30-10:00 ◎ピラPerBackBody 美濃	09:30-10:15 Boost Upper&Lower 森原	09:50-10:20 ◎ピラChestSR 森原
10:50-11:20 ◎ピラStretchC 西島	10:30-11:20 ◎ピラB+ 葛原	10:40-11:10 ◎ピラChestSR 西島	10:50-11:35 Power Basic 松本
11:50-12:40 ◎ピラH&L+ 西島	11:50-12:20 ◎ピラHipLine 美濃	11:40-12:30 ◎ピラB+ 西島	
	12:50-13:35 Boost Upper&Lower 西島		13:00-13:50 ◎ピラH&L+ 森原
			14:20-14:50 ◎ピラStretchC 原
			15:20-16:10 ◎ピラLower+ 松本
			16:40-17:10 ◎ピラcore 原
17:20-17:50 ◎ピラPerBackBody 葛原			
18:20-19:10 ◎ピラLower+ 森原	18:20-19:10 ◎ピラB+ 西島	18:40-19:10 ◎ピラStretchC 原	
19:40-20:10 ◎ピラTotalBody 西島	19:40-20:10 ◎ピラControlF 西島	19:40-20:30 ◎ピラH&L+ 松本	
20:40-21:25 Power Basic 森原	20:40-21:30 ◎ピラUpper+ 葛原	21:00-21:30 ◎ピラRefBody 松本	

【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

◎ … 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+