

2025年8月レッスンスケジュール Rintosull 戸塚店(全スタジオ:女性専用)

※2025年07月29日02:09 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(金)		2日(土)		3日(日)	4日(月)		5日(火)		6日(水)		7日(木)		8日(金)		9日(土)		10日(日)	11日(月)		12日(火)	13日(水)	14日(木)
	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	-	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	-	Aスタジオ	Sスタジオ	-	-	-
					定休日													定休日			臨時休業	臨時休業	臨時休業
																							
																							
																							

[illegible]

[illegible]

【マシンピラティス】

強度	レッスンの名	時間
2.5	◎ﾋﾞｭLower+ Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞｭUpper+ Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞｭB+ Basic+	50分
2.5	◎ﾋﾞｭStretchC Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ﾋﾞｭRefBody Refresh Body	30分
3	◎ﾋﾞｭH&L+ Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞｭBackStyle Beauty Back Style	30分
3	◎ﾋﾞｭHipLine Make Hip Line	30分
3	◎ﾋﾞｭRefCore Refresh Core	30分
3	◎ﾋﾞｭPerBackBody Perfect Back Body	30分
3	SP RintosullMIX Summer2025	30分
3.5	◎ﾋﾞｭWaist+ Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞｭJumpM Jump Movement+	50分
3.5	◎ﾋﾞｭB&A+ Back&Arms+	50分
3.5	◎ﾋﾞｭcore Shape up Core	30分
3.5	◎ﾋﾞｭControlF Control Flow	30分
4	◎ﾋﾞｭA+ Advance+	50分

【SP:特別レッスン】

👑=トップインストラクター

レッスンの日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(金) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	吉田千夏
1(金) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	吉田千夏
1(金) 14:00-14:45	1	見学会(2.45)	片山千咲
1(金) 17:20-18:05	1	見学会(2.45)	水谷里奈
2(土) 08:30-09:15	1	見学会(2.45)	廣田紗愛
2(土) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	廣田紗愛
2(土) 13:10-13:55	1	見学会(2.45)	廣田紗愛
2(土) 17:10-17:55	1	見学会(2.45)	常木あけみ
4(月) 14:10-14:55	1	見学会(2.45)	服部優菜
4(月) 16:10-16:55	1	見学会(2.45)	片山千咲
5(火) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	吉田千夏
5(火) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	吉田千夏
5(火) 12:30-13:15	1	見学会(2.45)	服部優菜
5(火) 14:20-15:05	1	見学会(2.45)	水谷里奈
5(火) 16:00-16:45	1	見学会(2.45)	片山千咲
6(水) 10:00-10:45	1	見学会(2.45)	常木あけみ
6(水) 18:30-19:15	1	見学会(2.45)	片山千咲
7(木) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	服部優菜
7(木) 15:00-15:45	1	見学会(2.45)	服部優菜
7(木) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	常木あけみ
8(金) 13:20-14:05	1	見学会(2.45)	片山千咲
8(金) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	常木あけみ
9(土) 10:10-10:55	1	見学会(2.45)	片山千咲
9(土) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	服部優菜
11(月) 08:10-08:55	1	見学会(2.45)	吉田千夏
11(月) 10:00-10:45	1	見学会(2.45)	吉田千夏
11(月) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	水谷里奈
11(月) 13:40-14:25	1	見学会(2.45)	片山千咲
11(月) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	吉田千夏
11(月) 17:20-18:05	1	見学会(2.45)	常木あけみ
15(金) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	吉田千夏
15(金) 11:10-11:55	1	見学会(2.45)	常木あけみ
15(金) 13:50-14:35	1	見学会(2.45)	吉田千夏
15(金) 15:40-16:25	1	見学会(2.45)	片山千咲
15(金) 17:30-18:15	1	見学会(2.45)	水谷里奈
16(土) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	吉田千夏
16(土) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	吉田千夏
16(土) 13:50-14:35	1	見学会(2.45)	水谷里奈
16(土) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	吉田千夏
18(月) 13:20-14:05	1	見学会(2.45)	水谷里奈
18(月) 16:00-16:45	1	見学会(2.45)	常木あけみ
19(火) 11:00-11:45	1	見学会(2.45)	服部優菜
19(火) 14:50-15:35	1	見学会(2.45)	水谷里奈
19(火) 17:50-18:35	1	見学会(2.45)	常木あけみ
20(水) 13:10-13:55	1	見学会(2.45)	水谷里奈
20(水) 16:00-16:45	1	見学会(2.45)	服部優菜
20(水) 17:40-18:25	1	見学会(2.45)	片山千咲
21(木) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	吉田千夏
21(木) 10:50-11:35	1	見学会(2.45)	吉田千夏
21(木) 14:10-14:55	1	見学会(2.45)	常木あけみ
21(木) 17:30-18:15	1	見学会(2.45)	水谷里奈

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
22(金) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	吉田千夏
22(金) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	吉田千夏
22(金) 13:10-13:55	1	見学会(2.45)	常木あけみ
22(金) 15:00-15:45	1	見学会(2.45)	片山千咲
23(土) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	常木あけみ
23(土) 12:20-13:05	1	見学会(2.45)	片山千咲
23(土) 15:00-15:45	1	見学会(2.45)	服部優菜
25(月) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	吉田千夏
25(月) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	吉田千夏
25(月) 12:20-13:05	1	見学会(2.45)	服部優菜
25(月) 14:30-15:15	1	見学会(2.45)	吉田千夏
25(月) 16:50-17:35	1	見学会(2.45)	水谷里奈
26(火) 13:30-14:15	1	見学会(2.45)	服部優菜
27(水) 19:10-19:55	1	見学会(2.45)	水谷里奈
28(木) 10:10-10:55	1	見学会(2.45)	服部優菜
28(木) 19:20-20:05	1	見学会(2.45)	吉田千夏
29(金) 14:20-15:05	1	見学会(2.45)	服部優菜
30(土) 16:30-17:15	1	見学会(2.45)	水谷里奈

○

… 常週レッスン

●

… 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

18:30-19:30

レッスン名
インストラクター名

10分

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。



【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+

