

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

※2026年07月28日02:06 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)		
Aスタジオ	Bスタジオ	-	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	-	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	
		定休日													定休日									
08:00-08:30 ◎ヒラChestSR 永田														08:00-08:30 ◎ヒラChestSR 橋本					08:00-08:50 ◎ヒラWaist+ 永田					
09:00-09:50 ◎ヒラH&L+ 永田						09:30-10:00 ◎ヒラUpper+ 永田		09:30-10:20 ◎ヒラLower+ 橋本		09:30-10:00 ◎ヒラControlF 永田		09:30-10:20 ◎ヒラWaist+ 上村		09:00-09:45 Power Waist Shape 橋本			09:30-10:00 SP 岡村		09:20-09:50 ◎ヒラPerBackBody 永田		09:30-10:00 ◎ヒラChestSR 橋本		09:30-10:20 ◎ヒラLower+ 岡村	
10:20-10:50 SP 永田																								
						10:30-11:00 Rin-Ballet 林田				10:30-11:00 ◎ヒラcore 永田				10:20-10:50 ◎ヒラStretchC 岡村					10:20-10:50 SP 林田			10:30-11:20 ◎ヒラWaist+ 橋本		10:50-11:40 ◎ヒラA+ 岡村
11:20-12:10 ◎ヒラB+ 林田																								
						11:30-12:20 ◎ヒラB+ 上村				11:30-12:20 ◎ヒラLower+ 永田				11:20-11:50 Cardio Reform Blast 岡村					11:20-12:10 ◎ヒラB+ 橋本					
12:40-13:10 ◎ヒラPerBackBody 橋本								12:10-12:40 ◎ヒラRefBody 橋本					12:10-12:40 SP 永田			12:20-13:10 ◎ヒラB+ 上村					11:50-12:40 ◎ヒラB+ 林田		12:10-12:40 Rin-Ballet 林田	
13:40-14:30 ◎ヒラLower+ 橋本																								
15:00-15:45 Ex45℃ラRefCore 岡村																								
16:10-16:40 ◎ヒラHipLine 岡村																								
17:10-17:40 SP 橋本																								

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)		25日(火)		26日(水)		27日(木)			
-	-	-	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	-	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	-			
臨時休業	臨時休業	定休日													定休日							定休日			
					</																				

【マシンピラティス】

【SP:特別レッスン】

👑=トップインストラクター

○ … 常通レッスン ● … 体験レッスン予約可能	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)	【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。お時間之余裕をもってお越しください。
10分 10分講座 レッスン前 10分講座 18:30~19:30 レッスン インストラクター名	10分 10分講座 レッスン後 10分講座 21:00~22:00 レッスン インストラクター名	10分 10分講座



【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+

