2026年4月レッスンスケジュール Rintosull 天神店(全スタジオ:女性専用)

※2026年04月14日02:04 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(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)	12日(日)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)	19日(日)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)
	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	Aスタジオ
	09:30–10:15 Strong Hip&Legs 富永	09:30–10:00 ◎ピラChestSR 片桐	09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 手島	08:00–08:30 ◎ピラRefCore 手島	定休日	09:30–10:00 ◎ピラRefCore 富永	09:30–10:15 Boost Upper&Lower 緒方	09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 仲地	09:30–10:00 Cardio Reform Blast 仲地	09:30–10:20 ◎ピラLower+ 手島	08:00–08:50 ◎ピラH&L+ 益原	定休日	09:30–10:20 ◎ピラB&A+ 片桐	09:30–10:00 ◎ピラRefCore 萬壽	09:30–10:20 ◎ピラLower+ 緒方	09:30–10:00 Rin-Ballet 仲地	09:30–10:15 Boost Upper&Lower 緒方	08:00–08:45 Power Basic 益原	定休日	09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 仲地	09:30–10:20 ◎ピラB+ 仲地	09:30–10:00 ◎ピラTotalBody 手島	09:30–10:20 ◎ピラLower+ 緒方	09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 片桐
				08:50–09:40 ◎ピラUpper+ 仲地							09:10–10:00 ◎ピラA+ 仲地							09:05–09:55 ◎ピラLower+ 手島						
	10:35–11:25 ◎ピラUpper+ 富永	10:20–11:10 ◎ピラLower+ 富永	10:40–11:10 ◎ピラcore 手島	10:00–10:30 ◎ピラcore 手島		10:20–11:05 Strong Hip&Legs 富永	10:35–11:05 ◎ピラRefBody 住田	10:40–11:30 ◎ピラA+ 仲地	10:20–11:10 ◎ピラLower+ 富永	10:40–11:10 Rin-Ballet 仲地	10:20–10:50 ◎ピラcore 手島		10:40–11:10 ◎ピラTotalBody 手島	10:20–11:10 ◎ピラUpper+ 萬壽	10:40–11:25 Power Basic 萬壽	10:20–11:10 ◎ピラLower+ 富永	10:35–11:25 ◎ピラA+ 仲地	10:15–11:00 Strong Back&Arms 片桐		10:40–11:30 ◎ピラH&L+ 片桐	10:40–11:25 Strong Back&Arms 仲地	10:20–11:10 ◎ピラUpper+ 片桐	10:40–11:10 ◎ピラRefCore 萬壽	10:40–11:25 Power Basic 手島
	11:45–12:15 ◎ピラRefBody 片桐	11:30–12:00 ◎ピラStretchC 富永	11:30–12:00 Rin-Ballet 片桐	10:50–11:40 ◎ピラA+ 仲地		11:25–12:15 ◎ピラWaist+ 富永	11:25–12:15 ◎ピラLower+ 住田	11:50–12:40 ◎ピラB+ 渡邊	11:30–12:00 ◎ピラRefBody 富永	11:30–12:00 ◎ピラTotalBody 仲地	11:10–11:40 ◎ピラChestSR 片桐		11:30–12:15 Boost Upper&Lower 緒方	11:30–12:00 Rin-Ballet 益原	11:45–12:15 ◎ピラControlF 富永	11:25–12:15 ◎ピラB+ 富永	11:45–12:15 ◎ピラPerBackBody 仲地	11:20–11:50 ◎ピラPerBackBody 手島		11:50–12:40 ◎ピラWaist+ 萬壽	11:45–12:35 ◎ピラLower+ 手島	11:30–12:00 Rin-Ballet 片桐	11:30–12:15 Boost Upper&Lower 緒方	11:45–12:35 ◎ピラLower+ 緒方
		12:20–13:10 ◎ピラJumpM 手島	12:20–13:05 Boost Upper&Lower 片桐	12:00–12:45 Strong Back&Arms 片桐		12:35–13:25 ◎ピラLower+ 緒方	12:35–13:20 Power Basic 片桐		12:20–13:10 ◎ピラUpper+ 緒方	12:20–13:05 Power Basic 片桐	12:00–12:50 ◎ピラUpper+ 富永		12:35–13:05 ◎ピラRefCore 萬壽	12:20–13:05 Boost Upper&Lower 富永	12:35–13:25 ◎ピラB&A+ 富永	12:35–13:20 Boost Upper&Lower 緒方	12:35–13:25 ◎ピラLower+ 手島	12:10–12:55 Power Waist Shape 益原			12:55–13:25 ◎ピラPerBackBody 手島	12:20–13:10 ◎ピラLower+ 緒方	12:35–13:25 ◎ピラB+ 萬壽	12:55–13:25 Cardio Reform Blast 片桐
		13:30–14:00 ◎ピラControlF 手島		13:05–13:55 ◎ピラWaist+ 金田		13:45–14:35 ◎ピラUpper+ 手島					13:10–14:00 ◎ピラLower+ 手島		13:25–14:15 ◎ピラLower+ 緒方					13:15–13:45 Cardio Reform Blast 仲地		13:00–13:45 Power Basic 萬壽		13:30–14:15 Boost Upper&Lower 緒方	
	14:00–14:50 ◎ピラUpper+ 緒方			14:15–15:00 Boost Upper&Lower 仲地							14:20–15:05 Power Basic 富永							14:05–14:55 ◎ピラWaist+ 富永						13:45–14:30 Boost Upper&Lower 緒方
																		15:15–15:45 ◎ピラChestSR 片桐						
				15:20–16:10 ◎ピラB+ 金田				15:35–16:25 ◎ピラLower+ 緒方			15:25–15:55 Cardio Reform Blast 仲地			15:55–16:25 ◎ピラPerBackBody 片桐		15:40–16:30 ◎ピラUpper+ 緒方					15:55–16:45 ◎ピラUpper+ 仲地			
									16:00–16:30 Cardio Reform Blast 仲地		16:15–17:05 ◎ピラUpper+ 片桐							16:05–16:55 ◎ピラUpper+ 仲地						
	16:45–17:15 Cardio Reform Blast 益原	16:50–17:35 Strong Back&Arms 片桐		16:30–17:00 Cardio Reform Blast 仲地		16:45–17:35 ◎ピラUpper+ 緒方		16:45–17:35 ◎ピラUpper+ 緒方	16:50–17:35 Strong Hip&Legs 仲地				16:40–17:30 ◎ピラB&A+ 手島	16:45–17:35 ◎ピラLower+ 片桐	16:45–17:15 Rin-Ballet 片桐	16:50–17:35 Power Waist Shape 萬壽	16:45–17:15 ◎ピラPerBackBody 仲地		16:45–17:15 ◎ピラStretchC 富永		16:40–17:30 ◎ピラLower+ 緒方		16:40–17:30 ◎ピラJumpM 仲地
			17:00–17:50 ◎ピラH&L+ 手島	17:20–17:50 Rin-Ballet 仲地														17:15–18:05 ◎ピラJumpM 仲地			17:05–17:50 Power Basic 片桐			
	17:35–18:25 ◎ピラLower+ 緒方	17:55–18:25 ◎ピラRefCore 手島				17:55–18:45 ◎ピラWaist+ 富永	17:30–18:20 ◎ピラUpper+ 富永	17:55–18:25 ◎ピラTotalBody 手島	17:55–18:45 ◎ピラUpper+ 緒方		17:25–17:55 ◎ピラStretchC 富永		17:50–18:40 ◎ピラLower+ 緒方	17:55–18:25 Cardio Reform Blast 益原	17:35–18:20 Power Basic 萬壽	17:55–18:25 ◎ピラRefBody 富永	17:35–18:25 ◎ピラUpper+ 緒方		17:35–18:25 ◎ピラLower+ 緒方	18:10–18:40 Cardio Reform Blast 片桐	17:50–18:40 ◎ピラWaist+ 萬壽	17:55–18:25 Rin-Ballet 益原	17:50–18:20 ◎ピラControlF 富永
			18:10–18:40 ◎ピラControlF 片桐	18:10–19:00 ◎ピラUpper+ 片桐						18:10–18:40 Rin-Ballet 片桐	18:15–19:00 Strong Hip&Legs 富永							18:25–18:55 ◎ピラStretchC 富永						
	18:45–19:30 Power Waist Shape 益原	18:45–19:30 Power Basic 片桐				19:05–19:50 Boost Upper&Lower 手島	18:40–19:30 ◎ピラLower+ 富永	18:45–19:30 Power Basic 手島	19:05–19:50 Power Waist Shape 富永	19:00–19:50 ◎ピラUpper+ 片桐			19:00–19:50 ◎ピラUpper+ 緒方	18:45–19:30 Strong Hip&Legs 益原	18:40–19:30 ◎ピラUpper+ 片桐	18:45–19:30 Power Waist Shape 萬壽	18:45–19:30 Power Basic 萬壽		18:45–19:35 ◎ピラUpper+ 緒方	19:00–19:50 ◎ピラUpper+ 萬壽	19:00–19:50 ◎ピラB+ 萬壽	●18:45–19:35 ◎ピラB&A+ 仲地	18:40–19:30 ◎ピラLower+ 緒方
	19:50–20:40 ◎ピラUpper+ 緒方	19:50–20:40 ◎ピラLower+ 片桐	19:00–19:50 ◎ピラUpper+ 富永			20:10–20:40 ◎ピラStretchC 仲地	19:50–20:40 ◎ピラWaist+ 手島	19:50–20:40 ◎ピラLower+ 片桐	20:10–20:40 ◎ピラBackStyle 片桐	20:10–20:40 ◎ピラStretchC 富永	19:50–20:40 ◎ピラUpper+ 仲地		20:10–20:40 ◎ピラPerBackBody 仲地	19:50–20:40 ◎ピラUpper+ 手島	19:50–20:40 ◎ピラJumpM 片桐	19:50–20:40 ◎ピラLower+ 萬壽	19:50–20:40 ◎ピラB&A+ 富永		19:55–20:40 Strong Hip&Legs 片桐	20:10–20:40 ◎ピラRefCore 片桐	20:10–20:40 ◎ピラRefBody 富永	19:55–20:40 Power Waist Shape 仲地	19:50–20:40 ◎ピラUpper+ 仲地
	21:00–21:30 ◎ピラRefCore 益原	21:00–21:50 ◎ピラUpper+ 緒方	21:00–21:45 Power Waist Shape 富永			21:00–21:50 ◎ピラLower+ 仲地	21:00–21:45 Strong Back&Arms 富永	21:00–21:30 ◎ピラcore 手島	21:00–21:50 ◎ピラLower+ 片桐	21:00–21:50 ◎ピラB&A+ 富永			21:00–21:45 Strong Hip&Legs 仲地	21:00–21:30 ◎ピラControlF 手島	21:00–21:30 ◎ピラControlF 手島	21:00–21:50 ◎ピラA+ 片桐	21:00–21:50 ◎ピラB+ 萬壽		21:00–21:30 ◎ピラRefCore 富永	21:00–21:50 ◎ピラA+ 益原	21:00–21:45 Boost Upper&Lower 萬壽	21:00–21:50 ◎ピラLower+ 手島	21:00–21:30 ◎ピラBackStyle 仲地

25日(土)	26日(日)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)
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B+ 萬壽				08:00-08:50 ◎ビラUpper+ 緒方	
09:10-09:40 ◎ビラPerBackBody 手島		09:30-10:00 ◎ビラHipLine 仲地	09:30-10:15 Strong Back&Arms 仲地	09:10-10:00 ◎ビラLower+ 緒方	09:30-10:00 Cardio Reform Blast 片桐
10:00-10:45 Power Waist Shape 富永		10:20-11:10 ◎ビラB&A+ 手島	10:35-11:25 ◎ビラLower+ 仲地	10:20-10:50 ◎ビラRefCore 仲地	10:20-11:05 Power Basic 益原
11:05-11:55 ◎ビラLower+ 緒方		11:30-12:15 Power Waist Shape 手島	11:45-12:35 ◎ビラB+ 萬壽	11:10-11:40 ◎ビラControlF 富永	11:25-12:15 ◎ビラUpper+ 益原
12:15-12:45 ◎ビラTotalBody 手島		12:35-13:25 ◎ビラLower+ 緒方		12:00-12:50 ◎ビラWaist+ 萬壽	12:35-13:05 ◎ビラcore 手島
13:05-13:55 ◎ビラWaist+ 萬壽		13:45-14:35 ◎ビラUpper+ 緒方		13:10-13:55 Strong Hip&Legs 仲地	
14:15-15:00 Boost Upper&Lower 仲地	定休日			14:15-15:05 ◎ビラUpper+ 緒方	
15:20-15:50 ◎ビラRefCore 萬壽				15:25-15:55 ◎ビラRefCore 萬壽	
16:10-17:00 ◎ビラJumpM 仲地			16:45-17:15 ◎ビラRefCore 仲地	16:15-17:05 ◎ビラLower+ 手島	
17:20-17:50 ◎ビラRefBody 仲地		16:50-17:35 Boost Upper&Lower 緒方	17:35-18:25 ◎ビラUpper+ 手島	17:25-17:55 ◎ビラPerBackBody 手島	17:05-17:35 ◎ビラControlF 手島
18:10-19:00 ◎ビラUpper+ 緒方		17:55-18:45 ◎ビラB+ 富永	18:45-19:30 Power Basic 手島	18:15-19:00 Strong Back&Arms 富永	17:55-18:45 ◎ビラWaist+ 萬壽
		19:05-19:50 Strong Hip&Legs 富永			19:05-19:50 Boost Upper&Lower 富永
		20:10-20:40 ◎ビラChestSR 片桐	19:50-20:40 ◎ビラLower+ 片桐		20:10-20:40 ◎ビラRefCore 益原
		21:00-21:50 ◎ビラLower+ 富永	21:00-21:30 Cardio Reform Blast 片桐		21:00-21:50 ◎ビラLower+ 萬壽

【マシンピラティス】

強度	レッスン名		時間
2.5	◎ビラLower+	Lower Body Make-up＋	50分
2.5	◎ビラUpper+	Upper Body Make-up＋	50分
2.5	◎ビラB+	Basic+	50分
2.5	◎ビラTotalBody	Total Body	30分
2.5	◎ビラStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ビラRefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ビラChestSR	Chest Spine Release	30分
2.5	Rin-Ballet	Rin-Ballet	30分
3	◎ビラH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ビラBackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎ビラHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ビラRefCore	Refresh Core	30分
3	◎ビラPerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3.5	◎ビラWaist+	Waist Shape＋	50分
3.5	◎ビラJumpM	Jump Movement+	50分
3.5	◎ビラB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ビラcore	Shape up Core	30分
3.5	◎ビラ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	◎ビラ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：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+