2026年8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07月15日02:05 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
	08:00-08:30 ◎ビラRefBody 三塩	定休日						08:00-08:30 ◎ビラControlF 富永	定休日		臨時休業	臨時休業	臨時休業		08:00-08:50 ◎ビラLower+ 小林	定休日						08:00-08:45 Power Basic 長原	定休日	
	08:50-09:40 ◎ビラLower+ 杉田							08:50-09:20 SP 片桐							09:10-09:40 SP 片桐							09:05-09:35 ◎ビラControlF 長原		
	10:00-10:30 SP 宮本		09:30-10:00 ◎ビラControlF 富永	09:30-10:20 ◎ビラB&A+ 長原	09:30-10:20 ◎ビラWaist+ 富永	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 小林	09:30-10:00 ◎ビラRefCore 片桐	09:40-10:30 ◎ビラA+ 長原		09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 杉田				09:30-10:00 SP 宮本	10:00-10:30 ◎ビラPerBackBody 南		09:30-10:20 ◎ビラB+ 長原	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 杉田	09:30-10:00 Rin-Ballet 片桐	09:30-10:20 ◎ビラB&A+ 三塩	09:30-10:00 ◎ビラcore 南	09:55-10:25 SP 片桐		09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 小林
	10:50-11:20 Cardio Reform Blast 片桐		10:20-11:10 ◎ビラLower+ 南	10:40-11:10 SP 宮本	10:40-11:30 ◎ビラUpper+ 小林	10:40-11:25 Strong Hip&Legs 富永	10:20-11:10 ◎ビラLower+ 片桐	10:50-11:20 ◎ビラRefCore 杉田		10:40-11:25 Power Waist Shape 杉田				10:20-11:10 ◎ビラUpper+ 小林	10:50-11:20 Cardio Reform Blast 片桐		10:40-11:10 ◎ビラControlF 長原	10:40-11:10 ◎ビラRefCore 杉田	10:20-10:50 SP 片桐	10:40-11:30 ◎ビラLower+ 三塩	10:20-11:10 ◎ビラUpper+ 小林	10:45-11:35 ◎ビラUpper+ 小林		10:40-11:25 Power Basic 宮本
	11:40-12:30 ◎ビラUpper+ 南		11:30-12:00 ◎ビラcore 南	11:30-12:20 ◎ビラUpper+ 富永	11:50-12:20 ◎ビラHipLine 三塩	11:45-12:15 ◎ビラChestSR 片桐	11:30-12:20 ◎ビラUpper+ 三塩	11:40-12:30 ◎ビラUpper+ 三塩		11:45-12:15 SP 三塩				11:30-12:20 ◎ビラLower+ 小林	11:40-12:25 Boost Upper&Lower 小林		11:30-12:00 ◎ビラPerBackBody 南	11:30-12:00 ◎ビラStretchC 長原	11:10-12:00 ◎ビラLower+ 南	11:50-12:20 SP 長原	11:30-12:20 ◎ビラB&A+ 南	11:55-12:45 ◎ビラA+ 片桐		11:45-12:15 Cardio Reform Blast 片桐
	12:50-13:40 ◎ビラB+ 富永		12:20-12:50 SP 長原	12:40-13:30 ◎ビラLower+ 富永	12:40-13:10 Rin-Ballet 片桐	12:35-13:05 SP 南	12:40-13:10 SP 三塩	12:50-13:40 ◎ビラB+ 南		12:35-13:05 ◎ビラcore 南				12:40-13:10 Cardio Reform Blast 片桐	12:45-13:30 Strong Back&Arms 片桐		12:20-12:50 SP 南	12:20-12:50 SP 長原	12:20-12:50 ◎ビラPerBackBody 南	12:40-13:10 ◎ビラPerBackBody 南	12:40-13:10 SP 三塩	13:05-13:35 ◎ビラChestSR 片桐		12:35-13:25 ◎ビラH&L+ 南
	14:00-14:30 ◎ビラHipLine 長原		13:10-14:00 ◎ビラB+ 長原		13:30-14:20 ◎ビラLower+ 小林		13:30-14:15 Power Waist Shape 杉田	14:00-14:30 SP 富永		13:25-14:15 ◎ビラLower+ 小林				13:30-14:15 Power Basic 富永	13:50-14:20 ◎ビラRefCore 三塩		13:10-13:40 ◎ビラRefCore 杉田	13:10-13:40 ◎ビラHipLine 三塩	13:10-13:40 ◎ビラHipLine 三塩		13:30-14:15 Boost Upper&Lower 片桐	13:55-14:25 ◎ビラHipLine 長原		13:45-14:15 SP 宮本
	14:50-15:20 SP 三塩		14:20-14:50 Rin-Ballet 片桐					14:50-15:20 ◎ビラPerBackBody 南		15:30-16:20 ◎ビラB&A+ 三塩					14:40-15:30 ◎ビラUpper+ 小林		14:00-14:50 ◎ビラUpper+ 南	14:00-14:45 Boost Upper&Lower 杉田					14:45-15:35 ◎ビラB&A+ 三塩		
	15:40-16:25 Power Waist Shape 杉田				15:30-16:20 ◎ビラB+ 杉田			15:40-16:30 ◎ビラLower+ 長原							15:50-16:40 ◎ビラLower+ 杉田						15:30-16:00 SP 南	15:55-16:45 ◎ビラLower+ 小林		
	16:45-17:15 ◎ビラPerBackBody 南							16:50-17:20 ◎ビラHipLine 三塩																
	17:35-18:25 ◎ビラH&L+ 富永		17:00-17:50 ◎ビラUpper+ 杉田	17:00-17:30 ◎ビラHipLine 三塩	17:00-17:30 ◎ビラChestSR 富永		17:00-17:30 Cardio Reform Blast 長原			17:00-17:50 ◎ビラJumpM 片桐				17:00-17:30 ◎ビラcore 南	17:05-17:35 SP 長原		17:05-17:55 ◎ビラH&L+ 宮本	17:05-17:55 ◎ビラB+ 南	17:00-17:50 ◎ビラB&A+ 長原			17:05-17:35 SP 宮本		17:00-17:50 ◎ビラA+ 長原
	18:45-19:15 Rin-Ballet 片桐		18:10-18:40 ◎ビラStretchC 宮本	17:50-18:40 ◎ビラUpper+ 小林	17:50-18:40 ◎ビラLower+ 小林	18:10-18:40 SP 長原	17:50-18:40 ◎ビラLower+ 杉田	17:40-18:25 Boost Upper&Lower 杉田		18:10-18:40 SP 富永				17:50-18:40 ◎ビラB&A+ 三塩	18:00-18:30 ◎ビラHipLine 長原		18:15-18:45 ◎ビラRefCore 杉田	18:15-19:00 Power Waist Shape 南	18:10-18:40 SP 長原	17:35-18:25 ◎ビラUpper+ 小林	17:50-18:40 ◎ビラLower+ 小林	18:00-18:30 ◎ビラStretchC 宮本		18:10-18:40 SP 三塩
			19:00-19:50 ◎ビラA+ 片桐	19:00-19:50 ◎ビラLower+ 小林	19:00-19:30 SP 長原	19:00-19:30 ◎ビラcore 宮本	19:00-19:30 ◎ビラRefCore 杉田	18:45-19:15 ◎ビラRefCore 杉田		19:00-19:50 ◎ビラLower+ 杉田				19:00-19:30 ◎ビラStretchC 富永			19:05-19:50 Power Waist Shape 杉田	19:20-19:50 SP 三塩	19:00-19:50 ◎ビラUpper+ 南	18:45-19:30 Power Waist Shape 宮本	19:00-19:50 ◎ビラUpper+ 小林		19:00-19:50 ◎ビラH&L+ 三塩
			20:10-20:40 SP 南	20:10-20:40 ◎ビラRefBody 南	19:50-20:40 ◎ビラUpper+ 杉田	19:50-20:40 ◎ビラLower+ 杉田	19:50-20:40 ◎ビラB&A+ 三塩			20:10-20:40 ◎ビラRefBody 片桐				19:50-20:40 ◎ビラUpper+ 小林			20:10-20:40 SP 南	20:10-20:40 ◎ビラRefBody 長原	20:10-20:40 ◎ビラcore 南	19:50-20:40 ◎ビラB+ 長原	20:10-20:40 ◎ビラChestSR 片桐		20:10-20:40 ◎ビラRefCore 杉田
			21:00-21:50 ◎ビラWaist+ 杉田	21:00-21:30 SP 南	21:00-21:45 Power Basic 三塩	20:55-21:45 ◎ビラUpper+ 杉田	21:00-21:30 SP 三塩			21:00-21:50 ◎ビラUpper+ 小林				21:00-21:30 SP 富永			21:00-21:50 ◎ビラLower+ 南	21:00-21:50 ◎ビラUpper+ 長原	21:00-21:30 ◎ビラRefBody 南	21:00-21:30 SP 長原	21:00-21:50 ◎ビラA+ 片桐		21:00-21:50 ◎ビラUpper+ 杉田

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 ◎ﾋﾞﾗPerBackBody 南	定休日	09:30-10:00 ◎ﾋﾞﾗHipLine 長原	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 小林	08:00-08:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 南	定休日	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 杉田
10:20-11:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 南		10:20-10:50 SP 長原	10:40-11:30 ◎ﾋﾞﾗLower+ 小林	09:10-09:40 SP 長原		10:40-11:10 Cardio Reform Blast 片桐
11:30-12:00 ◎ﾋﾞﾗRefCore 長原		11:10-12:00 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 三塩	11:50-12:20 SP 三塩	10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗB+ 三塩		11:30-12:00 ◎ﾋﾞﾗChestSR 片桐
12:20-12:50 ◎ﾋﾞﾗControlF 長原		12:20-13:10 ◎ﾋﾞﾗLower+ 小林	12:40-13:10 ◎ﾋﾞﾗBackStyle 宮本	12:00-12:50 ◎ﾋﾞﾗJumpM 宮本		12:20-13:05 Power Waist Shape 杉田
13:10-13:40 SP 片桐		13:30-14:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 小林	13:30-14:00 Rin-Ballet 長原	13:10-13:40 Rin-Ballet 片桐		13:25-14:15 ◎ﾋﾞﾗLower+ 小林
14:00-14:45 Power Waist Shape 三塩				14:00-14:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 南		14:35-15:05 SP 片桐
			15:00-15:50 ◎ﾋﾞﾗJumpM 宮本	15:10-15:55 Strong Back&Arms 三塩		
		15:30-16:00 SP 三塩				
				16:15-17:05 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 長原		
17:25-17:55 ◎ﾋﾞﾗcore 南				17:25-17:55 Cardio Reform Blast 片桐		
		17:55-18:25 SP 片桐				17:55-18:25 SP 南
18:15-19:00 Boost Upper&Lower 三塩			18:10-18:40 Cardio Reform Blast 片桐	18:15-18:45 SP 片桐		
		18:45-19:35 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 片桐	19:00-19:30 SP 片桐			18:45-19:35 ◎ﾋﾞﾗA+ 長原
19:20-19:50 ◎ﾋﾞﾗPerBackBody 南						
20:10-20:40 SP 長原		19:55-20:40 Boost Upper&Lower 小林	19:50-20:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 杉田			19:55-20:40 Strong Back&Arms 南
21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 杉田		21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 南	21:00-21:45 Power Basic 杉田			21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 小林

【マシンピラティス】

強度	レッスン名		時間
2.5	◎ﾋﾞﾗLower+	Lower Body Make-up＋	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗUpper+	Upper Body Make-up＋	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗB+	Basic+	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗRefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗChestSR	Chest Spine Release	30分
2.5	Rin-Ballet	Rin-Ballet	30分
3	◎ﾋﾞﾗH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞﾗBackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎ﾋﾞﾗHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ﾋﾞﾗRefCore	Refresh Core	30分
3	◎ﾋﾞﾗPerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3.5	◎ﾋﾞﾗWaist+	Waist Shape＋	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗJumpM	Jump Movement+	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗcore	Shape up Core	30分
3.5	◎ﾋﾞﾗ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	◎ﾋﾞﾗ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)	10:00-10:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	宮本奈奈
1(土)	14:50-15:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	三塩瑠海
3(月)	12:20-12:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	長原莉里華
3(月)	20:10-20:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	南真紀
4(火)	10:40-11:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	宮本奈奈
4(火)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	南真紀
5(水)	19:00-19:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	長原莉里華
6(木)	12:35-13:05	3	Rintosull MIX Summer 2026	南真紀
6(木)	18:10-18:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	長原莉里華
7(金)	12:40-13:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	三塩瑠海
7(金)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	三塩瑠海
8(土)	08:50-09:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	片桐日菜子
8(土)	14:00-14:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	富永純怜
10(月)	11:45-12:15	3	Rintosull MIX Summer 2026	三塩瑠海
10(月)	18:10-18:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	富永純怜
14(金)	09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	宮本奈奈
14(金)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	富永純怜
15(土)	09:10-09:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	片桐日菜子
15(土)	17:05-17:35	3	Rintosull MIX Summer 2026	長原莉里華
17(月)	12:20-12:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	南真紀
17(月)	20:10-20:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	南真紀
18(火)	12:20-12:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	長原莉里華
18(火)	19:20-19:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	三塩瑠海
19(水)	10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	片桐日菜子
19(水)	18:10-18:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	長原莉里華
20(木)	11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	長原莉里華
20(木)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	長原莉里華
21(金)	12:40-13:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	三塩瑠海
21(金)	15:30-16:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	南真紀
22(土)	09:55-10:25	3	Rintosull MIX Summer 2026	片桐日菜子
22(土)	17:05-17:35	3	Rintosull MIX Summer 2026	宮本奈奈
24(月)	13:45-14:15	3	Rintosull MIX Summer 2026	宮本奈奈
24(月)	18:10-18:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	三塩瑠海
25(火)	13:10-13:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	片桐日菜子
25(火)	20:10-20:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	長原莉里華
27(木)	10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	長原莉里華
27(木)	15:30-16:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	三塩瑠海
27(木)	17:55-18:25	3	Rintosull MIX Summer 2026	片桐日菜子
28(金)	11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	三塩瑠海
28(金)	19:00-19:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	片桐日菜子
29(土)	09:10-09:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	長原莉里華
29(土)	18:15-18:45	3	Rintosull MIX Summer 2026	片桐日菜子
31(月)	14:35-15:05	3	Rintosull MIX Summer 2026	片桐日菜子
31(月)	17:55-18:25	3	Rintosull MIX Summer 2026	南真紀

◎ … 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+