

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

※2025年07月31日02:10 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	レッスン名	時間
2.5	◎ﾋﾞｰLower+ Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞｰUpper+ Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞｰB+ Basic+	50分
2.5	◎ﾋﾞｰTotalBody Total Body	30分
2.5	◎ﾋﾞｰStretchC Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ﾋﾞｰRefBody Refresh Body	30分
2.5	◎ﾋﾞｰChestSR Chest Spine Release	30分
3	◎ﾋﾞｰH&L+ Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞｰBackStyle Beauty Back Style	30分
3	◎ﾋﾞｰHipLine Make Hip Line	30分
3	◎ﾋﾞｰRefCore Refresh Core	30分
3	◎ﾋﾞｰPerBackBody Perfect Back Body	30分
3	SP RintosulIMIX Summer2025	30分
3.5	◎ﾋﾞｰWaist+ Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞｰJumpM Jump Movement+	50分
3.5	◎ﾋﾞｰB&A+ Back&Arms+	50分
3.5	◎ﾋﾞｰcore Shape up Core	30分
3.5	◎ﾋﾞｰControlF Control Flow	30分
4	◎ﾋﾞｰA+ Advance+	50分

【SP:特別レッスン】

👑=トップインストラクター

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(金)	13:00-13:45	1 見学会(2.45)	
1(金)	16:40-17:25	1 見学会(2.45)	
2(土)	11:30-12:15	1 見学会(2.45)	
2(土)	12:40-13:25	1 見学会(2.45)	
2(土)	14:40-15:25	1 見学会(2.45)	
2(土)	16:00-16:45	1 見学会(2.45)	
4(月)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	
4(月)	15:50-16:35	1 見学会(2.45)	
5(火)	10:10-10:55	1 見学会(2.45)	
5(火)	16:30-17:15	1 見学会(2.45)	
6(水)	16:40-17:25	1 見学会(2.45)	
6(水)	17:50-18:35	1 見学会(2.45)	
7(木)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	
7(木)	13:00-13:45	1 見学会(2.45)	
7(木)	16:20-17:05	1 見学会(2.45)	
8(金)	11:20-12:05	1 見学会(2.45)	
8(金)	16:00-16:45	1 見学会(2.45)	
8(金)	17:10-17:55	1 見学会(2.45)	
9(土)	10:10-10:55	1 見学会(2.45)	
9(土)	11:20-12:05	1 見学会(2.45)	
9(土)	14:40-15:25	1 見学会(2.45)	
9(土)	16:00-16:45	1 見学会(2.45)	
9(土)	17:00-17:45	1 見学会(2.45)	
11(月)	09:50-10:35	1 見学会(2.45)	
11(月)	11:10-11:55	1 見学会(2.45)	
11(月)	15:40-16:25	1 見学会(2.45)	
15(金)	10:20-11:05	1 見学会(2.45)	
15(金)	12:30-13:15	1 見学会(2.45)	
15(金)	13:30-14:15	1 見学会(2.45)	
15(金)	17:40-18:25	1 見学会(2.45)	
16(土)	11:00-11:45	1 見学会(2.45)	
16(土)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	
16(土)	13:40-14:25	1 見学会(2.45)	
16(土)	14:40-15:25	1 見学会(2.45)	
18(月)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	
18(月)	16:40-17:25	1 見学会(2.45)	
19(火)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	
19(火)	13:00-13:45	1 見学会(2.45)	
19(火)	18:30-19:15	1 見学会(2.45)	
20(水)	11:30-12:15	1 見学会(2.45)	
20(水)	12:40-13:25	1 見学会(2.45)	
20(水)	16:20-17:05	1 見学会(2.45)	
21(木)	12:40-13:25	1 見学会(2.45)	
21(木)	16:40-17:25	1 見学会(2.45)	
22(金)	10:20-11:05	1 見学会(2.45)	
22(金)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	
22(金)	16:20-17:05	1 見学会(2.45)	
23(土)	11:10-11:55	1 見学会(2.45)	
25(月)	12:50-13:35	1 見学会(2.45)	
25(月)	16:00-16:45	1 見学会(2.45)	
25(月)	17:10-17:55	1 見学会(2.45)	

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
26(火)	12:50-13:35	1 見学会(2.45)	
26(火)	16:30-17:15	1 見学会(2.45)	
26(火)	17:40-18:25	1 見学会(2.45)	
27(水)	16:50-17:35	1 見学会(2.45)	
28(木)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	
28(木)	13:00-13:45	1 見学会(2.45)	
28(木)	16:30-17:15	1 見学会(2.45)	
29(金)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	
29(金)	12:40-13:25	1 見学会(2.45)	
29(金)	16:20-17:05	1 見学会(2.45)	
30(土)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	
30(土)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	
30(土)	14:30-15:15	1 見学会(2.45)	
30(土)	16:50-17:35	1 見学会(2.45)	

○

… 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)

18:30-19:30

レッスン前
10分講座

10分

レッスン名
インストラクター名

21:00-22:00

レッスン後
10分講座

10分

レッスン名
インストラクター名

【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
場合はご愛顧いただけません。
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+

