2026年2月レッスンスケジュール Rintosull 新金岡店(全スタジオ:女性専用)

※2026年02月27日02:00 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(日)	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)	8日(日)	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)	15日(日)	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)	22日(日)	23日(月)	24日(火)
	-	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
	定休日	10:30-11:20 ◎ビラUpper+ 今枝	10:30-11:20 ◎ビラB&A+ 島田	10:30-11:20 ◎ビラLower+ 島田	10:30-11:20 ◎ビラJumpM 一宮	10:30-11:15 Boost Upper&Lower 島田	10:30-11:20 ◎ビラUpper+ 矢倉	定休日	10:30-11:20 ◎ビラB&A+ 島田	10:30-11:20 ◎ビラH&L+ 島田	10:30-11:00 ◎ビラcore 一宮	10:30-11:15 Power Basic 一宮	10:30-11:20 ◎ビラWaist+ 今枝	10:30-11:20 ◎ビラUpper+ 今枝	定休日	10:30-11:20 ◎ビラLower+ 矢倉	10:30-11:20 ◎ビラB+ 島内	10:30-11:20 ◎ビラWaist+ 今枝	10:30-11:20 ◎ビラLower+ 今枝	10:30-11:20 ◎ビラJumpM 一宮	10:30-11:20 ◎ビラUpper+ 島内	定休日	10:30-11:15 Power Basic 島内	10:30-11:00 ◎ビラChestSR 今枝
		11:50-12:20 ◎ビラcore 一宮	11:50-12:40 ◎ビラUpper+ 今枝	11:40-12:10 ◎ビラRefBody 島田	11:40-12:25 Boost Upper&Lower 今枝	11:50-12:20 ◎ビラChestSR 今枝	11:50-12:40 ◎ビラA+ 一宮		11:50-12:35 Power Basic 矢倉	11:50-12:35 Boost Upper&Lower 矢倉	11:30-12:15 Boost Upper&Lower 今枝	11:40-12:30 ◎ビラB&A+ 島田	11:50-12:40 ◎ビラB+ 矢倉	11:50-12:40 ◎ビラJumpM 一宮		11:50-12:20 ◎ビラPerBackBody 矢倉	11:50-12:40 ◎ビラUpper+ 島内	11:50-12:40 ◎ビラH&L+ 今枝	11:50-12:40 ◎ビラB&A+ 島内	11:50-12:20 ◎ビラTotalBody 一宮	11:50-12:40 ◎ビラH&L+ 島内		11:45-12:15 ◎ビラRefBody 島内	11:20-11:50 ◎ビラRefBody 島内
		12:50-13:20 ◎ビラChestSR 今枝	13:10-13:40 ◎ビラRefBody 島田	12:45-13:30 Boost Upper&Lower 矢倉	12:45-13:15 ◎ビラControlF 矢倉	12:50-13:40 ◎ビラWaist+ 今枝	●13:10-14:00 ◎ビラLower+ 島田		13:10-14:00 ◎ビラH&L+ 島田	13:10-13:40 ◎ビラPerBackBody 矢倉	12:50-13:20 ◎ビラChestSR 今枝	13:00-13:50 ◎ビラLower+ 島田	13:10-13:40 ◎ビラControlF 矢倉	13:10-13:40 ◎ビラBackStyle 一宮		12:50-13:40 ◎ビラB&A+ 今枝	13:10-13:40 ◎ビラPerBackBody 矢倉	13:10-14:00 ◎ビラB+ 島内	13:10-14:00 ◎ビラWaist+ 今枝	12:50-13:35 Boost Upper&Lower 矢倉	13:10-13:40 ◎ビラControlF 矢倉		12:45-13:35 ◎ビラWaist+ 一宮	12:10-13:00 ◎ビラB+ 一宮
		13:50-14:35 Power Basic 今枝	14:10-15:00 ◎ビラWaist+ 今枝	14:10-15:00 ◎ビラB&A+ 矢倉		14:10-15:00 ◎ビラA+ 一宮	14:30-15:00 ◎ビラPerBackBody 矢倉		14:30-15:00 ◎ビラControlF 矢倉	14:10-14:40 ◎ビラRefBody 島田	13:50-14:40 ◎ビラB&A+ 島田	14:20-14:50 ◎ビラHipLine 一宮	14:10-14:40 ◎ビラRefBody 島田	14:10-15:00 ◎ビラH&L+ 矢倉		14:10-14:40 ◎ビラRefCore 矢倉	14:10-14:40 ◎ビラControlF 矢倉			14:05-14:35 ◎ビラBackStyle 一宮			
		15:10-15:40 ◎ビラPerBackBody 矢倉				15:30-16:20 ◎ビラH&L+ 島田	15:30-16:00 ◎ビラHipLine 一宮		15:30-16:00 ◎ビラChestSR 矢倉	15:10-16:00 ◎ビラLower+ 島田	15:10-16:00 ◎ビラA+ 一宮			15:30-16:20 ◎ビラB+ 一宮						15:05-15:35 ◎ビラChestSR 今枝	15:15-16:00 Power Basic 今枝		15:50-16:20 ◎ビラRefBody 島内	
							16:30-17:15 Boost Upper&Lower 島田				16:30-17:20 ◎ビラUpper+ 島田			16:50-17:40 ◎ビラA+ 一宮				16:45-17:30 Boost Upper&Lower 島内			16:30-17:00 ◎ビラRefBody 島内		16:50-17:40 ◎ビラUpper+ 一宮	
			17:00-17:50 ◎ビラH&L+ 島田			17:20-17:50 ◎ビラTotalBody 一宮						17:40-18:10 ◎ビラRefBody 島田	17:20-17:50 ◎ビラChestSR 今枝				17:30-18:15 Boost Upper&Lower 島内		17:00-17:45 Boost Upper&Lower 島内		17:30-18:20 ◎ビラB+ 今枝			
				17:45-18:30 Power Basic 矢倉			17:50-18:20 ◎ビラBackStyle 一宮				17:50-18:20 ◎ビラTotalBody 一宮							18:00-18:30 ◎ビラPerBackBody 矢倉					18:10-18:40 ◎ビラRefCore 一宮	
		18:20-19:10 ◎ビラJumpM 一宮	18:20-19:10 ◎ビラB+ 今枝			18:20-19:10 ◎ビラUpper+ 矢倉			18:20-19:10 ◎ビラLower+ 島田	18:40-19:10 ◎ビラRefCore 矢倉		18:40-19:25 Boost Upper&Lower 島田	18:20-19:10 ◎ビラB&A+ 今枝	18:10-18:40 ◎ビラRefBody 今枝		18:20-19:05 Power Basic 矢倉	18:40-19:10 ◎ビラTotalBody 一宮		18:20-19:10 ◎ビラH&L+ 今枝	18:20-19:10 ◎ビラUpper+ 一宮				
				19:00-19:30 ◎ビラChestSR 今枝	19:00-19:50 ◎ビラLower+ 一宮		19:00-19:50 ◎ビラH&L+ 島田				18:50-19:40 ◎ビラH&L+ 島田			19:15-20:00 Boost Upper&Lower 今枝				19:00-19:30 ◎ビラRefBody 島内			18:50-19:20 ◎ビラChestSR 今枝		19:10-20:00 ◎ビラH&L+ 島内	19:10-20:00 ◎ビラJumpM 一宮
		19:40-20:30 ◎ビラLower+ 矢倉	19:40-20:25 Boost Upper&Lower 島田	20:00-20:30 ◎ビラPerBackBody 矢倉	20:10-20:40 ◎ビラPerBackBody 矢倉	19:40-20:30 ◎ビラJumpM 一宮			19:40-20:30 ◎ビラB&A+ 島田	19:40-20:30 ◎ビラB&A+ 島田		20:00-20:30 ◎ビラControlF 矢倉	19:40-20:30 ◎ビラH&L+ 島田			19:40-20:30 ◎ビラH&L+ 今枝	19:40-20:30 ◎ビラWaist+ 一宮	20:00-20:30 ◎ビラChestSR 矢倉	19:40-20:30 ◎ビラB+ 島内	19:40-20:30 ◎ビラH&L+ 今枝				20:20-20:50 ◎ビラBackStyle 一宮
		21:00-21:30 ◎ビラControlF 矢倉	21:00-21:30 ◎ビラRefCore 今枝	21:00-21:50 ◎ビラLower+ 今枝	21:00-21:30 ◎ビラChestSR 今枝	21:00-21:30 ◎ビラControlF 矢倉			21:00-21:30 ◎ビラRefBody 矢倉	21:00-21:30 ◎ビラPerBackBody 矢倉		21:00-21:30 ◎ビラRefCore 矢倉	21:00-21:45 Boost Upper&Lower 島田			21:00-21:30 ◎ビラRefCore 今枝	21:00-21:30 ◎ビラHipLine 一宮	21:00-21:30 ◎ビラRefCore 矢倉	21:00-21:30 ◎ビラRefBody 島内	21:00-21:45 Power Basic 今枝				21:10-21:55 Boost Upper&Lower 島内

25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)
Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ
10:30-11:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 矢倉	10:30-11:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 矢倉	10:30-11:20 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 矢倉	10:30-11:20 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 島内
11:50-12:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 島内	11:50-12:40 ◎ﾋﾞﾗB+ 島内	11:50-12:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 今枝	11:50-12:40 ◎ﾋﾞﾗJumpM 一宮
13:10-14:00 ◎ﾋﾞﾗLower+ 藤本	13:10-13:40 ◎ﾋﾞﾗRefBody 島内	13:10-14:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 藤本	13:10-14:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 今枝
	14:10-14:40 ◎ﾋﾞﾗRefCore 今枝		14:30-15:00 ◎ﾋﾞﾗHipLine 一宮
			15:40-16:10 ◎ﾋﾞﾗRefBody 島内
			16:40-17:30 ◎ﾋﾞﾗB+ 島内
	17:15-18:00 Power Basic 矢倉	17:15-18:00 Power Basic 矢倉	
18:05-18:35 ◎ﾋﾞﾗRefBody 島内			18:00-18:30 ◎ﾋﾞﾗPerBackBody 一宮
	18:30-19:20 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 今枝	18:30-19:00 ◎ﾋﾞﾗPerBackBody 矢倉	
19:05-19:50 Boost Upper&Lower 藤本			19:00-19:45 Boost Upper&Lower 今枝
	19:50-20:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 今枝	19:40-20:30 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 今枝	
20:20-20:50 ◎ﾋﾞﾗChestSR 今枝			
	21:00-21:30 ◎ﾋﾞﾗRefBody 島内	21:00-21:30 ◎ﾋﾞﾗChestSR 矢倉	
21:20-21:50 ◎ﾋﾞﾗRefCore 今枝			

【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TotalBody	Total Body	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗRefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗChestSR	Chest Spine Release	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
4	◎ﾋﾞﾗA+	Advance+	50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+