2026年6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06月14日02:03 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(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	7日(日)	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)	14日(日)	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)	21日(日)	22日(月)	23日(火)	24日(水)
	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	－
	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 楠見	10:30–11:20 ◎ピラWaist+ 松田	10:30–11:00 ◎ピラChestSR 野崎	10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 岡村	10:30–11:15 Power Basic 島田	10:30–11:00 ◎ピラRefBody 島田		10:30–11:20 ◎ピラB&A+ 山口	10:30–11:00 ◎ピラBackStyle 松田	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 山口	10:30–11:20 ◎ピラA+ 野崎	10:30–11:00 ◎ピラChestSR 野崎	10:30–11:20 ◎ピラWaist+ 松田		10:30–11:20 ◎ピラH&L+ 山口	10:30–11:20 ◎ピラB+ 島田	10:30–11:20 ◎ピラWaist+ 島田	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 山口	10:30–11:00 ◎ピラPerBackBody 松田	10:30–11:20 ◎ピラB&A+ 山口		10:30–11:20 ◎ピラB+ 島田	10:30–11:00 ◎ピラHipLine 一宮	
	11:50–12:20 ◎ピラBackStyle 松田	11:50–12:40 ◎ピラUpper+ 楠見	11:30–12:20 ◎ピラA+ 野崎	11:50–12:40 ◎ピラLower+ 岡村	11:45–12:15 ◎ピラRefCore 岡本	11:30–12:20 ◎ピラWaist+ 島田		11:50–12:40 ◎ピラLower+ 楠見	11:30–12:20 ◎ピラH&L+ 山口	11:40–12:10 ◎ピラRefBody 島田	11:50–12:35 Boost Upper&Lower 楠見	11:30–12:20 ◎ピラUpper+ 岡本	11:50–12:20 ◎ピラRefBody 松田		11:50–12:40 ◎ピラB+ 島田	11:50–12:20 ◎ピラRefBody 島田	11:50–12:40 ◎ピラUpper+ 山口	11:50–12:40 ◎ピラB+ 宮地	11:30–12:15 Strong Hip&Legs 島田	11:50–12:40 ◎ピラB+ 島田		11:50–12:40 ◎ピラUpper+ 島田	11:30–12:20 ◎ピラUpper+ 島田	
	12:50–13:40 ◎ピラUpper+ 松田	13:10–13:40 ◎ピラRefBody 松田	12:50–13:40 ◎ピラLower+ 岡村	13:10–13:40 ◎ピラHipLine 一宮	12:45–13:30 Boost Upper&Lower 岡本	12:50–13:40 ◎ピラUpper+ 楠見		13:10–13:55 Boost Upper&Lower 楠見	12:50–13:40 ◎ピラB+ 松田	12:40–13:30 ◎ピラUpper+ 島田		12:50–13:20 ◎ピラStretchC 野崎	12:50–13:40 ◎ピラUpper+ 島田		13:10–14:00 ◎ピラB&A+ 山口	12:50–13:40 ◎ピラLower+ 山口	13:10–14:00 ◎ピラH&L+ 山口	13:10–14:00 ◎ピラUpper+ 宮地	12:45–13:15 ◎ピラRefCore 島田	13:10–14:00 ◎ピラLower+ 楠見		13:10–14:00 ◎ピラLower+ 松田	12:50–13:20 ◎ピラRefBody 島田	
	14:10–15:00 ◎ピラH&L+ 島田	14:10–15:00 ◎ピラLower+ 楠見	14:10–14:55 Boost Upper&Lower 岡村	14:10–15:00 ◎ピラJumpM 一宮	14:00–14:30 ◎ピラRefCore 島田	14:10–14:40 ◎ピラTotalBody 野崎	定休日	14:25–15:15 ◎ピラWaist+ 松田	14:10–14:40 ◎ピラRefBody 山口	14:00–14:45 Strong Back&Arms 島田		13:50–14:40 ◎ピラLower+ 楠見	14:10–15:00 ◎ピラLower+ 岡本	定休日	14:30–15:00 ◎ピラRefCore 島田	14:10–15:00 ◎ピラB&A+ 山口	14:30–15:00 ◎ピラRefCore 島田	14:30–15:20 ◎ピラH&L+ 山口		14:30–15:20 ◎ピラJumpM 一宮	定休日	14:30–15:00 ◎ピラBackStyle 松田	13:50–14:40 ◎ピラJumpM 一宮	臨時休業
			15:20–15:50 ◎ピラRefCore 島田			15:10–16:00 ◎ピラB+ 松田		15:45–16:15 ◎ピラRefCore 島田	16:10–16:40 ◎ピラControlF 長井			15:10–16:00 ◎ピラB&A+ 山口	15:30–16:20 ◎ピラA+ 一宮							15:50–16:20 ◎ピラHipLine 一宮			15:10–16:00 ◎ピラLower+ 楠見	
	17:10–17:40 ◎ピラPerBackBody 松田			17:20–17:50 ◎ピラBackStyle 松田	17:25–18:15 ◎ピラLower+ 島田	16:30–17:20 ◎ピラLower+ 楠見			17:05–17:55 ◎ピラLower+ 楠見				16:50–17:20 ◎ピラChestSR 一宮		17:20–18:10 ◎ピラWaist+ 島田								16:50–17:40 ◎ピラUpper+ 楠見		
						17:50–18:20 ◎ピラStretchC 野崎							17:50–18:20 ◎ピラRefCore 島田											
	18:20–19:10 ◎ピラUpper+ 楠見	18:45–19:15 ◎ピラRefBody 岡本	18:20–19:10 ◎ピラLower+ 楠見	18:25–19:10 Strong Hip&Legs 松田	18:45–19:35 ◎ピラB&A+ 松田	18:50–19:20 ◎ピラBackStyle 松田		18:45–19:30 Power Waist Shape 島田	18:25–19:10 Power Basic 岡本	18:40–19:30 ◎ピラUpper+ 松田	18:25–19:15 ◎ピラLower+ 島田	18:40–19:30 ◎ピラH&L+ 山口	18:50–19:40 ◎ピラB+ 島田		18:40–19:10 ◎ピラRefBody 岡本	●18:25–19:15 ◎ピラLower+ 宮地	18:20–19:10 ◎ピラB+ 宮地	18:45–19:15 ◎ピラStretchC 松岡	18:20–19:10 ◎ピラUpper+ 楠見	18:10–18:40 ◎ピラRefBody 山口		18:20–19:10 ◎ピラWaist+ 松田	18:40–19:10 ◎ピラHipLine 一宮	
																				19:10–19:40 ◎ピラcore 一宮			
	19:40–20:30 ◎ピラB+ 島田	19:45–20:30 Strong Back&Arms 島田	19:40–20:30 ◎ピラUpper+ 楠見	19:40–20:30 ◎ピラLower+ 楠見	20:00–20:30 ◎ピラRefBody 松田			20:00–20:30 ◎ピラRefBody 岡本	19:40–20:30 ◎ピラUpper+ 岡本	20:00–20:30 ◎ピラPerBackBody 松田	19:40–20:25 Strong Hip&Legs 松田	20:00–20:30 ◎ピラRefCore 島田			19:40–20:30 ◎ピラLower+ 楠見	19:45–20:30 Power Waist Shape 松田	19:40–20:30 ◎ピラUpper+ 楠見	19:45–20:30 Strong Back&Arms 松田	19:40–20:30 ◎ピラA+ 野崎			19:40–20:30 ◎ピラLower+ 宮地	19:40–20:30 ◎ピラUpper+ 楠見	
	21:00–21:30 ◎ピラRefCore 島田	21:00–21:50 ◎ピラLower+ 島田	21:00–21:45 Strong Back&Arms 島田	21:00–21:50 ◎ピラUpper+ 楠見	21:00–21:30 ◎ピラPerBackBody 松田			21:00–21:50 ◎ピラLower+ 岡本	21:00–21:30 ◎ピラControlF 長井	21:00–21:50 ◎ピラB+ 岡本	21:00–21:50 ◎ピラB&A+ 松田	21:00–21:50 ◎ピラUpper+ 島田			21:00–21:50 ◎ピラUpper+ 楠見	21:00–21:30 ◎ピラStretchC 野崎	21:00–21:45 Strong Hip&Legs 松田	21:00–21:50 ◎ピラUpper+ 松岡	21:00–21:30 ◎ピラTotalBody 野崎			21:00–21:50 ◎ピラB+ 宮地	21:00–21:50 ◎ピラLower+ 楠見	

25日(木)	26日(金)	27日(土)	28日(日)	29日(月)	30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
10:30–11:20 ◎ピラLower+ 松田	10:30–11:20 ◎ピラB+ 松田	10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 楠見	定休日	10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 宮地	10:30–11:20 ◎ピラH&L+ 松田
11:50–12:35 Power Basic 松田	11:50–12:40 ◎ピラLower+ 松田	11:50–12:35 Boost Upper&Lower 楠見		11:50–12:40 ◎ピラB+ 宮地	11:50–12:40 ◎ピラWaist+ 松田
13:05–13:35 ◎ピラPerBackBody 松田	13:10–13:55 Boost Upper&Lower 宮地	13:05–13:50 Strong Back&Arms 松田		13:10–13:40 ◎ピラTotalBody 野﨑	13:10–14:00 ◎ピラLower+ 楠見
14:05–14:50 Boost Upper&Lower 楠見	14:25–15:15 ◎ピラUpper+ 宮地	14:20–15:10 ◎ピラLower+ 楠見		14:20–15:10 ◎ピラA+ 野﨑	14:30–15:20 ◎ピラUpper+ 楠見
	15:45–16:15 ◎ピラRefCore 松田	15:30–16:00 ◎ピラBackStyle 松田			
		16:30–17:20 ◎ピラB+ 島田			
		17:50–18:40 ◎ピラLower+ 宮地			
18:20–19:10 ◎ピラUpper+ 楠見	18:25–19:15 ◎ピラB+ 宮地			18:40–19:10 ◎ピラRefCore 島田	18:20–19:10 ◎ピラUpper+ 長尾
		19:10–20:00 ◎ピラWaist+ 島田			
19:40–20:30 ◎ピラH&L+ 一宮	19:45–20:30 Boost Upper&Lower 楠見			19:40–20:30 ◎ピラLower+ 島田	19:40–20:30 ◎ピラJumpM 野﨑
21:00–21:30 ◎ピラcore 一宮	21:00–21:50 ◎ピラLower+ 楠見			21:00–21:45 Boost Upper&Lower 島田	21:00–21:30 ◎ピラcore 長尾

【マシンピラティス】

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

レッスン後10分講座

【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+