

2026年7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07月30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(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)				
	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	-	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	-	Aスタジオ	Bスタジオ			
									定休日													定休日					
																											
																											
																											
																											
																											
																											
																											
																											
																											

[illegible]

[illegible]

【マシンピラティス】

強度	レッスン名		時間
2.5	◎ヒﾞうLower+	Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎ヒﾞうUpper+	Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ヒﾞうB+	Basic+	50分
2.5	◎ヒﾞうTotalBody	Total Body	30分
2.5	◎ヒﾞうStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ヒﾞうRefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ヒﾞうChestSR	Chest Spine Release	30分
3	◎ヒﾞうH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ヒﾞうBackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎ヒﾞうHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ヒﾞうRefCore	Refresh Core	30分
3	◎ヒﾞうPerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3.5	◎ヒﾞうWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ヒﾞうJumpM	Jump Movement+	50分
3.5	◎ヒﾞうB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ヒﾞう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	◎ヒﾞうA+	Advance+	50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
16(木) 14:10-14:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	島田葵子
16(木) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	島田葵子
17(金) 14:05-14:35	3	Rintosull MIX Summer 2026	島田葵子
17(金) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	島田葵子
18(土) 15:40-16:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	島田葵子
18(土) 19:20-19:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	島田葵子
20(月) 13:05-13:35	3	Rintosull MIX Summer 2026	田川彩
20(月) 17:30-18:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	松田寧々
21(火) 12:50-13:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	田川彩
21(火) 15:10-15:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	松田寧々
23(木) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	島田葵子
23(木) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	松田寧々
24(金) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	松田寧々
24(金) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	松田寧々
25(土) 13:05-13:35	3	Rintosull MIX Summer 2026	島田葵子
25(土) 16:40-17:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	島田葵子
27(月) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	島田葵子
27(月) 17:45-18:15	3	Rintosull MIX Summer 2026	島田葵子
28(火) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	松田寧々
28(火) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	松田寧々
29(水) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	田川彩
29(水) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	島田葵子
30(木) 14:05-14:35	3	Rintosull MIX Summer 2026	室山紗耶
30(木) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	松田寧々
31(金) 14:30-15:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	島田葵子
31(金) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	松田寧々

● ... 常溫レッスン

● ... 体験レッスン予約可能

10分

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)

10分

18:30-19:30
レッスン名
インストラクター名

10分

10分

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。



【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+

