2026年6月レッスンスケジュール Rintosull 行徳店(全スタジオ:女性専用)

※2026年06月14日02:01 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	–
						08:00–08:50 ◎ビラLower+ 井上							08:00–08:50 ◎ビラUpper+ 古川							08:00–08:30 ◎ビラRefCore 濵田					
																				09:00–09:30 ◎ビラControlF 濵田				
	09:30–10:00 ◎ビラTotalBody 伊比井	09:30–10:20 ◎ビラUpper+ 井上	09:30–10:20 ◎ビラLower+ 井上	09:30–10:20 ◎ビラH&L+ 武田	09:30–10:20 ◎ビラUpper+ 井上	09:20–09:50 ◎ビラRefCore 濵田		09:30–10:20 ◎ビラB&A+ 武田	09:30–10:20 ◎ビラLower+ 古川	09:30–10:00 ◎ビラRefCore 濵田	09:30–10:00 Rin-Ballet 伊比井	09:30–10:00 ◎ビラTotalBody 伊比井	09:20–10:10 ◎ビラLower+ 古川		09:30–10:20 ◎ビラLower+ 井上	09:30–10:20 ◎ビラUpper+ 古川	09:30–10:20 ◎ビラUpper+ 武田	09:30–10:20 ◎ビラLower+ 井上	09:30–10:00 ◎ビラChestSR 濵田			09:30–10:20 ◎ビラWaist+ 伊比井	09:30–10:20 ◎ビラB+ 伊比井	
	10:30–11:00 ◎ビラcore 伊比井	10:50–11:40 ◎ビラLower+ 井上		10:50–11:35 Boost Upper&Lower 武田	10:50–11:40 ◎ビラLower+ 井上	10:20–10:50 ◎ビラChestSR 濵田		10:50–11:40 ◎ビラH&L+ 武田	10:50–11:40 ◎ビラUpper+ 古川	10:30–11:20 ◎ビラLower+ 井上	10:30–11:20 ◎ビラA+ 濵田	10:30–11:20 ◎ビラB+ 伊比井	10:40–11:10 ◎ビラcore 伊比井		10:50–11:40 ◎ビラUpper+ 古川	10:50–11:40 ◎ビラH&L+ 武田	10:50–11:40 ◎ビラB+ 渡邉	10:50–11:40 ◎ビラB&A+ 武田	10:30–11:20 ◎ビラUpper+ 古川			10:50–11:20 Rin-Ballet 伊比井	10:50–11:20 ◎ビラcore 伊比井	
	11:30–12:20 ◎ビラUpper+ 武田				11:20–12:10 ◎ビラUpper+ 井上					11:50–12:40 ◎ビラUpper+ 井上	11:50–12:20 ◎ビラBackStyle 伊比井	11:50–12:40 ◎ビラUpper+ 井上	11:40–12:10 Rin-Ballet 伊比井				12:05–12:35 ◎ビラChestSR 渡邉		11:50–12:40 ◎ビラLower+ 古川		11:20–12:10 ◎ビラUpper+ 古川		11:50–12:40 ◎ビラLower+ 井上	11:50–12:20 ◎ビラBackStyle 伊比井	
		12:10–12:55 Power Waist Shape 伊比井		12:05–12:55 ◎ビラUpper+ 井上	12:10–12:40 ◎ビラControlF 濵田			12:10–13:00 ◎ビラLower+ 古川	12:10–13:00 ◎ビラH&L+ 武田						12:10–12:40 ◎ビラChestSR 濵田	12:10–13:00 ◎ビラLower+ 井上		12:10–12:40 ◎ビラRefBody 武田						
	12:50–13:40 ◎ビラB+ 伊比井	13:25–13:55 Rin-Ballet 伊比井		13:25–14:15 ◎ビラLower+ 井上	13:10–14:00 ◎ビラUpper+ 井上	12:40–13:30 ◎ビラLower+ 古川		13:30–14:20 ◎ビラUpper+ 古川	13:30–14:00 ◎ビラRefBody 武田	13:10–13:55 Power Basic 濵田	12:50–13:35 Strong Back&Arms 伊比井	13:10–14:00 ◎ビラLower+ 井上	12:40–13:30 ◎ビラLower+ 井上		13:10–14:00 ◎ビラLower+ 古川	13:30–14:00 ◎ビラRefBody 武田		13:10–13:55 Boost Upper&Lower 武田	13:10–13:40 ◎ビラControlF 濵田		12:40–13:25 Strong Back&Arms 武田		13:10–14:00 ◎ビラUpper+ 井上	12:50–13:35 Power Waist Shape 伊比井	
		14:25–15:15 ◎ビラH&L+ 武田			14:30–15:15 Power Basic 濵田				14:30–15:20 ◎ビラUpper+ 古川			14:30–15:00 ◎ビラPerBackBody 伊比井	14:00–14:50 ◎ビラUpper+ 井上			14:30–15:20 ◎ビラLower+ 古川			14:10–15:00 ◎ビラLower+ 古川				14:05–14:55 ◎ビラUpper+ 古川	
						15:00–15:45 Strong Back&Arms 伊比井							15:20–16:10 ◎ビラB&A+ 武田							15:15–15:45 ◎ビラRefBody 武田					
						16:15–17:05 ◎ビラUpper+ 古川							16:40–17:10 ◎ビラRefBody 武田							16:15–17:05 ◎ビラUpper+ 井上					
	17:25–18:10 Power Basic 濵田	17:40–18:30 ◎ビラWaist+ 濵田		17:20–18:10 ◎ビラLower+ 古川	17:40–18:30 ◎ビラUpper+ 古川	17:35–18:25 ◎ビラB+ 伊比井		17:25–18:15 ◎ビラUpper+ 井上	17:25–18:10 Boost Upper&Lower 武田	●17:20–18:10 ◎ビラUpper+ 井上	17:25–17:55 ◎ビラRefBody 武田	17:25–18:10 Power Basic 濵田	17:40–18:25 Boost Upper&Lower 武田		17:45–18:15 Rin-Ballet 伊比井	17:45–18:15 ◎ビラBackStyle 伊比井		17:20–18:10 ◎ビラUpper+ 井上	17:25–18:10 Power Waist Shape 伊比井		17:35–18:25 ◎ビラLower+ 井上		17:45–18:15 ◎ビラTotalBody 渡邉	17:20–18:10 ◎ビラH&L+ 武田	
											18:25–19:15 ◎ビラUpper+ 古川												
	18:40–19:10 ◎ビラControlF 濵田	19:00–19:30 ◎ビラBackStyle 伊比井		18:40–19:10 ◎ビラRefBody 武田	19:00–19:50 ◎ビラLower+ 古川			18:45–19:35 ◎ビラLower+ 井上	18:40–19:10 ◎ビラRefBody 武田	18:40–19:30 ◎ビラH&L+ 武田		18:40–19:10 ◎ビラControlF 濵田			18:45–19:35 ◎ビラB+ 濵田	18:45–19:30 Strong Back&Arms 伊比井	18:40–19:30 ◎ビラA+ 濵田	18:40–19:30 ◎ビラLower+ 井上	18:40–19:10 ◎ビラPerBackBody 伊比井			18:45–19:35 ◎ビラA+ 渡邉	18:40–19:10 ◎ビラRefBody 武田	
	19:40–20:30 ◎ビラB&A+ 武田	20:00–20:30 ◎ビラChestSR 濵田		19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 古川	20:20–20:50 ◎ビラPerBackBody 伊比井			20:05–20:35 Rin-Ballet 伊比井	19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 井上	20:00–20:50 ◎ビラB&A+ 武田	19:45–20:35 ◎ビラLower+ 古川	19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 井上			20:05–20:50 Strong Back&Arms 伊比井	20:00–20:50 ◎ビラWaist+ 濵田	20:00–20:30 ◎ビラcore 伊比井	20:00–20:30 ◎ビラTotalBody 伊比井	19:40–20:30 ◎ビラB&A+ 武田			20:05–20:35 ◎ビラRefBody 武田	19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 古川	
	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 武田	21:00–21:50 ◎ビラB+ 濵田		21:00–21:50 ◎ビラLower+ 古川	21:20–21:50 ◎ビラcore 伊比井			21:05–21:50 Power Waist Shape 伊比井	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 井上	21:20–21:50 ◎ビラRefBody 武田	21:05–21:50 Strong Hip&Legs 武田	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 井上			21:20–21:50 ◎ビラPerBackBody 伊比井	21:20–21:50 ◎ビラChestSR 濵田	21:00–21:50 ◎ビラB+ 伊比井	21:00–21:50 ◎ビラWaist+ 伊比井	21:00–21:50 ◎ビラUpper+ 武田			21:05–21:50 Boost Upper&Lower 武田	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 古川	

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
		08:00-08:45 Power Basic 濵田			
		09:15-09:45 ◎ﾋﾞﾗChestSR 濵田			
09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 武田	09:30-10:00 ◎ﾋﾞﾗControlF 濵田			09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 井上	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 井上
		10:15-10:45 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 伊比井			
	10:30-11:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 濵田				
10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 古川				10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 井上	10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 井上
		11:20-11:50 ◎ﾋﾞﾗPerBackBody 伊比井			
	11:50-12:35 Strong Back&Arms 伊比井				
12:10-13:00 ◎ﾋﾞﾗLower+ 古川				12:10-12:40 ◎ﾋﾞﾗBackStyle 伊比井	12:10-12:40 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 伊比井
		12:20-13:10 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 武田			
	13:05-13:35 Rin-Ballet 伊比井				
				13:10-13:55 Power Waist Shape 伊比井	13:10-13:40 ◎ﾋﾞﾗPerBackBody 伊比井
13:30-14:15 Strong Hip&Legs 武田					
		14:00-14:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 古川	定休日		14:10-15:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 井上
		15:20-16:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 古川			
		16:40-17:30 ◎ﾋﾞﾗLower+ 古川			
17:20-18:10 ◎ﾋﾞﾗLower+ 井上	17:30-18:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 古川			17:40-18:10 ◎ﾋﾞﾗControlF 濵田	17:45-18:15 Rin-Ballet 伊比井
		18:00-18:30 ◎ﾋﾞﾗRefBody 武田			
				18:40-19:10 ◎ﾋﾞﾗRefCore 濵田	18:45-19:15 ◎ﾋﾞﾗControlF 濵田
18:40-19:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 井上	19:00-19:30 ◎ﾋﾞﾗStretchC 木原				
				19:40-20:30 ◎ﾋﾞﾗLower+ 古川	19:45-20:30 Strong Hip&Legs 武田
20:00-20:30 ◎ﾋﾞﾗRefBody 武田	20:00-20:50 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 武田				
21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 古川	21:20-21:50 ◎ﾋﾞﾗHipLine 木原			21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 古川	21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 武田

【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	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+