2026年2月レッスンスケジュール Rintosull 京阪守口市店(全スタジオ:女性専用)

※2026年02月28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	Aスタジオ
	08:00-08:45 Boost Upper&Lower 松田						08:00-08:50 ◎ピラUpper+ 松田							08:00-08:45 Boost Upper&Lower 宮本	08:00-08:30 ◎ピラTotalBody 宮本						08:00-08:30 ◎ピラRefBody 横山	08:00-08:45 Power Basic 松葉	08:00-08:50 ◎ピラUpper+ 松田		
	09:25-10:15 ◎ピラB+ 松田	09:30-10:00 ◎ピラRefCore 宮本	09:30-10:15 Boost Upper&Lower 横山	09:30-10:20 ◎ピラB+ 宮本	09:30-10:20 ◎ピラH&L+ 宮本	09:30-10:00 ◎ピラChestSR 宮本	09:30-10:00 ◎ピラRefBody 宮本		09:30-10:20 ◎ピラLower+ 松葉	09:30-10:00 ◎ピラTotalBody 宮本		09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 松田	09:30-10:20 ◎ピラWaist+ 宮本	09:25-09:55 ◎ピラRefCore 宮本	09:10-10:00 ◎ピラH&L+ 松田	09:30-10:00 ◎ピラRefCore 松葉	09:30-10:15 Power Basic 松田		09:30-10:20 ◎ピラB&A+ 宮本	09:30-10:00 ◎ピラRefBody 宮本	09:10-10:00 ◎ピラLower+ 横山	09:25-09:55 ◎ピラRefCore 松葉	09:30-10:20 ◎ピラH&L+ 松田	09:30-10:00 ◎ピラRefCore 松田
	10:55-11:25 ◎ピラRefCore 松葉	10:40-11:30 ◎ピラUpper+ 横山	10:55-11:25 ◎ピラRefBody 横山	11:00-11:30 ◎ピラTotalBody 宮本	11:00-11:45 Power Basic 宮本	10:40-11:30 ◎ピラH&L+ 宮本	10:40-11:25 Boost Upper&Lower 宮本		11:00-11:30 ◎ピラRefCore 松葉	10:40-11:25 Boost Upper&Lower 松葉		11:00-11:50 ◎ピラLower+ 松田	11:00-11:30 ◎ピラPerBackBody 宮本	10:35-11:25 ◎ピラWaist+ 松葉	10:40-11:30 ◎ピラUpper+ 松田	10:40-11:30 ◎ピラB+ 松葉	10:55-11:45 ◎ピラLower+ 松田		11:00-11:30 ◎ピラTotalBody 宮本	10:40-11:25 Boost Upper&Lower 宮本	10:40-11:30 ◎ピラB&A+ 松田	10:35-11:25 ◎ピラLower+ 松葉	11:00-11:30 ◎ピラPerBackBody 宮本	10:40-11:30 ◎ピラB+ 松田
	12:05-12:55 ◎ピラUpper+ 松葉	12:10-12:40 ◎ピラChestSR 横山	12:05-12:55 ◎ピラLower+ 松田	12:10-13:00 ◎ピラA+ 宮本	12:25-13:15 ◎ピラB&A+ 松田	12:10-12:40 ◎ピラTotalBody 宮本	12:05-12:55 ◎ピラB+ 松田		12:10-12:40 ◎ピラChestSR 横山	12:05-12:55 ◎ピラB+ 松葉		12:30-13:00 ◎ピラRefBody 松田	12:10-12:55 Boost Upper&Lower 松田	12:05-12:55 ◎ピラLower+ 松葉	12:10-12:40 ◎ピラRefBody 横山	12:10-13:00 ◎ピラWaist+ 松葉	12:25-13:15 ◎ピラUpper+ 松葉		12:10-13:00 ◎ピラLower+ 宮本	12:05-12:35 ◎ピラChestSR 宮本	12:10-13:00 ◎ピラH&L+ 松田	11:55-12:45 ◎ピラB+ 宮本	12:10-12:40 ◎ピラRefBody 松田	12:10-12:40 ◎ピラPerBackBody 宮本
	13:35-14:05 ◎ピラChestSR 宮本	13:20-14:05 Power Basic 横山	13:35-14:25 ◎ピラH&L+ 松田	13:40-14:10 ◎ピラRefCore 松葉	13:55-14:45 ◎ピラUpper+ 松田	13:20-14:05 Boost Upper&Lower 横山	13:35-14:25 ◎ピラWaist+ 宮本	定休日		13:35-14:05 ◎ピラRefBody 横山	臨時休業	13:40-14:25 Power Basic 松葉	13:35-14:05 ◎ピラRefCore 松田	13:35-14:05 ◎ピラPerBackBody 宮本	13:20-14:05 Boost Upper&Lower 横山	13:35-14:05 ◎ピラRefCore 宮本	13:55-14:45 ◎ピラWaist+ 松田	臨時休業	13:40-14:30 ◎ピラB+ 松葉	13:15-14:05 ◎ピラB&A+ 松田	13:40-14:10 ◎ピラChestSR 横山	13:20-14:10 ◎ピラH&L+ 横山	13:20-14:10 ◎ピラWaist+ 宮本	
	14:55-15:40 Power Basic 松葉						15:05-15:55 ◎ピラLower+ 横山							14:45-15:35 ◎ピラB&A+ 松田	14:45-15:15 ◎ピラPerBackBody 宮本						14:50-15:20 ◎ピラRefCore 松田	14:45-15:15 ◎ピラRefBody 宮本	14:50-15:40 ◎ピラLower+ 松葉		
	16:20-16:50 ◎ピラRefBody 宮本	16:35-17:20 Power Basic 宮本					16:35-17:20 Power Basic 松田						15:50-16:40 ◎ピラUpper+ 松葉	16:15-17:05 ◎ピラB+ 松葉	15:55-16:45 ◎ピラA+ 宮本						16:00-16:50 ◎ピラUpper+ 松田	15:55-16:45 ◎ピラB&A+ 宮本	16:20-16:50 ◎ピラRefCore 松葉		
	17:30-18:20 ◎ピラLower+ 宮本		17:05-17:55 ◎ピラLower+ 横山		17:00-17:30 ◎ピラTotalBody 宮本	17:00-17:50 ◎ピラB+ 松葉				17:20-17:50 ◎ピラRefBody 横山		17:00-17:50 ◎ピラWaist+ 松葉	17:20-17:50 ◎ピラRefCore 松葉	17:45-18:15 ◎ピラRefCore 松田	17:25-18:15 ◎ピラLower+ 松田	17:05-17:55 ◎ピラH&L+ 宮本	17:00-17:50 ◎ピラB+ 横山			16:50-17:40 ◎ピラA+ 宮本	17:30-18:00 ◎ピラRefCore 横山	17:25-17:55 ◎ピラChestSR 横山	17:30-18:20 ◎ピラB+ 松葉	
		18:00-18:50 ◎ピラA+ 宮本	18:35-19:05 ◎ピラRefBody 松田	18:05-18:55 ◎ピラB+ 松葉	18:10-19:00 ◎ピラLower+ 松田	18:30-19:20 ◎ピラWaist+ 横山	18:00-18:30 ◎ピラChestSR 横山		18:00-18:50 ◎ピラUpper+ 宮本	18:30-19:20 ◎ピラB+ 横山		18:30-19:00 ◎ピラRefCore 松葉	18:30-19:20 ◎ピラH&L+ 松田			18:35-19:20 Power Basic 宮本	18:30-19:00 ◎ピラRefCore 松葉		18:20-19:10 ◎ピラB+ 松田	18:20-18:50 ◎ピラRefBody 松田				18:25-19:15 ◎ピラUpper+ 横山
		19:30-20:20 ◎ピラLower+ 松田	19:45-20:30 Power Basic 松葉	19:35-20:20 Boost Upper&Lower 松葉	19:40-20:30 ◎ピラWaist+ 松葉	20:00-20:30 ◎ピラRefCore 横山			19:30-20:15 Power Basic 横山	20:00-20:30 ◎ピラChestSR 宮本		19:40-20:30 ◎ピラUpper+ 横山	20:00-20:50 ◎ピラB+ 松葉			20:00-20:50 ◎ピラB&A+ 横山	19:40-20:25 Boost Upper&Lower 横山		19:50-20:20 ◎ピラRefCore 松田	19:30-20:20 ◎ピラLower+ 松田				●19:45-20:35 ◎ピラLower+ 横山
		21:00-21:30 ◎ピラRefBody 松田	21:10-22:00 ◎ピラB+ 松葉	21:00-21:30 ◎ピラRefCore 松葉	21:10-21:55 Boost Upper&Lower 松葉	21:10-22:00 ◎ピラLower+ 松葉			21:00-21:50 ◎ピラB&A+ 松田	21:10-22:00 ◎ピラA+ 宮本		21:10-22:00 ◎ピラH&L+ 横山	21:30-22:00 ◎ピラRefCore 松田			21:30-22:00 ◎ピラChestSR 横山	21:05-21:35 ◎ピラRefBody 横山		21:00-21:50 ◎ピラLower+ 松葉	21:00-21:45 Power Basic 松田				21:15-22:00 Power Basic 松葉

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
臨時休業	09:30-10:00 ◎ピラChestSR 横山	09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 横山	08:00-08:50 ◎ピラB+ 横山
	10:40-11:30 ◎ピラB&A+ 横山	11:00-11:30 ◎ピラChestSR 横山	09:30-10:15 Boost Upper&Lower 横山
	12:10-13:00 ◎ピラB+ 宮本	12:10-13:00 ◎ピラLower+ 横山	10:55-11:45 ◎ピラB&A+ 松田
	13:40-14:10 ◎ピラPerBackBody 宮本	13:40-14:10 ◎ピラRefBody 松田	12:25-12:55 ◎ピラRefBody 松田
	17:05-17:35 ◎ピラRefCore 松葉		13:35-14:25 ◎ピラLower+ 松葉
	18:15-19:00 Boost Upper&Lower 松葉	18:10-19:00 ◎ピラB&A+ 松田	15:05-15:50 Power Basic 松田
	19:40-20:30 ◎ピラLower+ 松田	19:40-20:30 ◎ピラWaist+ 松葉	16:30-17:00 ◎ピラRefCore 松葉
	21:10-22:00 ◎ピラWaist+ 松田	●21:10-22:00 ◎ピラLower+ 松葉	17:40-18:30 ◎ピラB+ 松葉

【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B&A+	Back&Arms+	50分
4	◎ピラ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：18:30-19:30 レッスン名 インストラクター名 10分

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+