2026年4月レッスンスケジュール Rintosull 京都桂店(全スタジオ:女性専用)

※2026年04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(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)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)	19日(日)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)
	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
				08:30–09:00 ◎ビラTotalBody 今江							08:30–09:20 ◎ビラB+ 栗山							08:30–09:00 ◎ビラControlF 青柳						
	09:30–10:20 ◎ビラLower+ 青柳	09:30–10:00 ◎ビラHipLine 青柳	09:30–10:20 ◎ビラWaist+ 田中	09:30–10:00 Cardio Reform Blast 今江		09:30–10:00 ◎ビラTotalBody 松井	09:30–10:00 ◎ビラRefCore 春山	09:30–10:20 ◎ビラLower+ 木村	09:30–10:00 ◎ビラcore 栗山	09:30–10:20 ◎ビラH&L+ 青柳	09:50–10:20 ◎ビラBackStyle 栗山		09:30–10:20 ◎ビラLower+ 田口	09:30–10:00 ◎ビラChestSR 松井	09:30–10:20 ◎ビラUpper+ 今江	09:30–10:00 ◎ビラTotalBody 松井	09:30–10:20 ◎ビラH&L+ 田口	09:30–10:00 ◎ビラHipLine 青柳		09:30–10:00 ◎ビラPerBackBody 田中	09:30–10:20 ◎ビラB+ 松井	09:30–10:20 ◎ビラLower+ 吉井	09:30–10:15 Boost Upper&Lower 田口	09:30–10:00 Cardio Reform Blast 今江
	10:50–11:20 ◎ビラcore 青柳	10:30–11:20 ◎ビラLower+ 青柳	10:50–11:40 ◎ビラUpper+ 田中	10:30–11:20 ◎ビラLower+ 木村		10:30–11:15 Strong Back&Arms 松井	10:30–11:20 ◎ビラUpper+ 春山	10:50–11:20 ◎ビラChestSR 松井	10:30–11:20 ◎ビラLower+ 栗山	10:50–11:20 ◎ビラBackStyle 青柳	10:50–11:35 Strong Back&Arms 青柳		10:50–11:20 ◎ビラRefBody 田口	10:30–11:20 ◎ビラWaist+ 松井	10:50–11:40 ◎ビラB+ 今江	10:30–11:20 ◎ビラA+ 松井	10:50–11:20 ◎ビラChestSR 松井	10:30–11:20 ◎ビラLower+ 木村		10:30–11:20 ◎ビラB&A+ 田中	10:50–11:20 ◎ビラPerBackBody 田中	10:50–11:40 ◎ビラUpper+ 吉井	10:50–11:20 ◎ビラRefBody 田口	10:30–11:20 ◎ビラB+ 今江
	11:50–12:40 ◎ビラB+ 今江	11:50–12:20 ◎ビラTotalBody 栗山	12:10–12:40 ◎ビラBackStyle 青柳	11:50–12:20 ◎ビラChestSR 松井		11:40–12:30 ◎ビラLower+ 青柳	11:50–12:35 Strong Hip&Legs 松井	11:50–12:40 ◎ビラA+ 松井	11:50–12:40 ◎ビラJumpM 今江	11:50–12:40 ◎ビラB+ 栗山	12:00–12:30 ◎ビラStretchC 青柳		11:50–12:40 ◎ビラJumpM 松井	11:50–12:20 ◎ビラStretchC 青柳	12:10–12:40 Rin-Ballet 今江	11:50–12:40 ◎ビラUpper+ 青柳	11:50–12:40 ◎ビラB&A+ 松井	11:50–12:40 ◎ビラJumpM 松井		11:50–12:40 ◎ビラLower+ 田中	11:50–12:40 ◎ビラUpper+ 帯野	12:10–13:00 ◎ビラB+ 田中	11:50–12:20 ◎ビラBackStyle 青柳	11:50–12:40 ◎ビラWaist+ 田口
	13:10–13:40 ◎ビラControlF 今江	12:50–13:40 ◎ビラWaist+ 青柳	13:10–13:40 ◎ビラStretchC 青柳	12:50–13:40 ◎ビラA+ 松井		13:00–13:50 ◎ビラUpper+ 松井		13:10–14:00 ◎ビラLower+ 木村	13:10–13:40 Rin-Ballet 今江	13:10–13:40 ◎ビラHipLine 栗山	13:00–13:50 ◎ビラWaist+ 春山		13:10–13:40 ◎ビラcore 松井	12:50–13:40 ◎ビラLower+ 青柳	13:10–13:40 ◎ビラControlF 今江	13:10–13:55 Boost Upper&Lower 松井	13:10–14:00 ◎ビラUpper+ 田口	13:10–13:40 ◎ビラcore 青柳		13:10–13:55 Boost Upper&Lower 田口	13:10–14:00 ◎ビラLower+ 帯野	13:30–14:00 ◎ビラPerBackBody 田中	12:50–13:40 ◎ビラUpper+ 青柳	13:10–13:40 ◎ビラRefBody 田口
			14:00–14:50 ◎ビラH&L+ 田中	14:10–15:00 ◎ビラUpper+ 今江						14:10–15:00 ◎ビラUpper+ 栗山	14:20–14:50 ◎ビラRefCore 春山		14:10–15:00 ◎ビラH&L+ 田口	14:10–14:40 ◎ビラcore 松井	14:10–15:00 ◎ビラB&A+ 青柳			14:10–15:00 ◎ビラUpper+ 木村						
				15:30–16:00 ◎ビラControlF 今江							15:20–16:10 ◎ビラLower+ 栗山								15:30–16:20 ◎ビラB&A+ 松井						
	16:30–17:15 Boost Upper&Lower 春山	16:10–17:00 ◎ビラUpper+ 栗山		16:30–17:20 ◎ビラLower+ 木村		16:30–17:00 ◎ビラHipLine 栗山		16:20–16:50 ◎ビラBackStyle 松井	16:40–17:10 ◎ビラcore 栗山		16:40–17:30 ◎ビラUpper+ 春山					16:40–17:10 ◎ビラControlF 青柳		16:50–17:20 ◎ビラBackStyle 松井	16:10–16:40 ◎ビラTotalBody 今江		16:20–16:50 ◎ビラStretchC 青柳		
	17:40–18:10 ◎ビラStretchC 田中	17:30–18:20 ◎ビラB+ 栗山	17:30–18:20 ◎ビラLower+ 栗山	17:50–18:20 ◎ビラHipLine 松井		17:30–18:20 ◎ビラWaist+ 青柳	17:45–18:30 Boost Upper&Lower 栗山	17:20–18:10 ◎ビラLower+ 青柳	17:40–18:10 ◎ビラChestSR 松井	17:40–18:10 ◎ビラHipLine 松井	17:50–18:40 ◎ビラB&A+ 春山		17:30–18:00 ◎ビラBackStyle 松井	17:30–18:20 ◎ビラWaist+ 田口	17:30–18:00 ◎ビラHipLine 青柳	17:40–18:30 ◎ビラLower+ 松井	17:30–18:20 ◎ビラB&A+ 松井	17:40–18:30 ◎ビラLower+ 木村		17:10–18:00 ◎ビラLower+ 田中	17:40–18:30 ◎ビラUpper+ 田中	17:20–17:50 ◎ビラTotalBody 青柳	17:40–18:30 ◎ビラH&L+ 田口	17:20–17:50 ◎ビラPerBackBody 田中
	18:40–19:30 ◎ビラB&A+ 田中	18:50–19:20 ◎ビラChestSR 栗山	18:50–19:20 ◎ビラcore 栗山			18:50–19:20 ◎ビラControlF 青柳	19:00–19:30 ◎ビラHipLine 栗山	18:40–19:30 ◎ビラUpper+ 松井	18:40–19:30 ◎ビラB+ 栗山	18:40–19:10 ◎ビラBackStyle 松井			18:30–19:20 ◎ビラUpper+ 松井	18:50–19:20 ◎ビラControlF 青柳	18:30–19:20 ◎ビラLower+ 青柳	19:00–19:30 ◎ビラcore 松井	18:50–19:20 ◎ビラTotalBody 松井		18:30–19:20 ◎ビラA+ 今江	19:00–19:30 ◎ビラBackStyle 青柳	18:20–19:10 ◎ビラWaist+ 田中	19:00–19:50 ◎ビラUpper+ 田口	18:20–19:10 ◎ビラUpper+ 田中
	20:00–20:50 ◎ビラUpper+ 春山	19:50–20:40 ◎ビラLower+ 春山	19:50–20:40 ◎ビラJumpM 松井			19:50–20:40 ◎ビラLower+ 栗山	20:00–20:30 ◎ビラBackStyle 青柳	20:00–20:45 Power Basic 青柳	20:00–20:30 ◎ビラTotalBody 松井	19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 青柳			19:50–20:40 ◎ビラB&A+ 田口	19:50–20:35 Boost Upper&Lower 田口	19:50–20:40 ◎ビラWaist+ 田口	20:00–20:30 ◎ビラStretchC 青柳	19:50–20:40 ◎ビラB+ 今江		19:50–20:35 Strong Back&Arms 田口	20:00–20:30 ◎ビラPerBackBody 田中	19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 青柳	20:15–20:45 ◎ビラcore 青柳	19:40–20:30 ◎ビラH&L+ 田口
	21:15–21:45 ◎ビラRefCore 春山	21:10–22:00 ◎ビラB&A+ 春山	21:10–21:40 ◎ビラHipLine 松井			21:10–21:40 ◎ビラChestSR 栗山	21:00–21:50 ◎ビラH&L+ 青柳	21:15–21:45 ◎ビラControlF 青柳	21:00–21:45 Power Waist Shape 松井	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 松井			21:15–21:45 Cardio Reform Blast 今江	21:00–21:50 ◎ビラH&L+ 田口	21:10–21:40 ◎ビラRefBody 田口	21:00–21:45 Strong Hip&Legs 青柳	21:10–21:40 Rin-Ballet 今江		21:10–21:40 ◎ビラRefBody 田口	21:00–21:45 Strong Back&Arms 田中	21:00–21:30 ◎ビラControlF 青柳	21:15–21:45 ◎ビラBackStyle 青柳	21:00–21:45 Power Waist Shape 田口

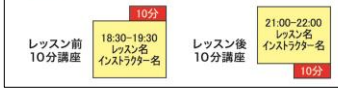
25日(土)	26日(日)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)
Aスタジオ	-	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ
08:30-09:20 ◎ピラUpper+ 田中	定休日	09:30-10:00 ◎ピラRefBody 田中	09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 青柳	08:30-09:15 Power Waist Shape 田中	09:30-10:20 ◎ピラB&A+ 春山
09:50-10:35 Strong Hip&Legs 田中		10:30-11:20 ◎ピラLower+ 田中	10:50-11:20 ◎ピラTotalBody 青柳	09:40-10:10 ◎ピラRefBody 田口	10:50-11:35 Power Basic 春山
11:00-11:30 ◎ピラTotalBody 青柳		11:50-12:40 ◎ピラB&A+ 田口	11:50-12:40 ◎ピラB+ 田中	10:40-11:30 ◎ピラUpper+ 田中	12:10-12:40 Rin-Ballet 今江
12:00-12:50 ◎ピラWaist+ 青柳		13:10-14:00 ◎ピラH&L+ 田中	16:00-16:45 Power Waist Shape 田口	12:00-12:30 ◎ピラPerBackBody 田中	13:10-14:00 ◎ピラLower+ 田口
13:20-14:10 ◎ピラLower+ 山口		18:00-18:30 ◎ピラStretchC 田中	17:20-18:10 ◎ピラB&A+ 春山	13:00-13:50 ◎ピラB+ 青柳	17:20-18:10 ◎ピラB+ 春山
14:40-15:30 ◎ピラUpper+ 山口		19:00-19:45 Power Basic 春山	18:40-19:10 ◎ピラRefBody 田中	14:20-14:50 ◎ピラControlF 青柳	18:40-19:30 ◎ピラH&L+ 田口
16:00-16:30 ◎ピラStretchC 田中		20:10-21:00 ◎ピラJumpM 今江	19:40-20:30 ◎ピラUpper+ 春山	14:30-15:20 ◎ピラUpper+ 青柳	20:00-20:30 ◎ピラHipLine 青柳
17:00-17:30 ◎ピラControlF 青柳		21:30-22:00 Cardio Reform Blast 今江	21:00-21:30 ◎ピラRefCore 春山	15:20-16:10 ◎ピラLower+ 田口	21:00-21:30 ◎ピラRefBody 田口
18:00-18:45 Power Basic 田中				16:40-17:30 ◎ピラB&A+ 田口	
				18:00-18:30 ◎ピラStretchC 青柳	

【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
2.5	Rin-Ballet	Rin-Ballet	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	Cardio Reform Blast	Cardio Reform Blast	30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+