2026年9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08月22日02:09 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(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	6日(日)	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	13日(日)	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)	20日(日)	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24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	－	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
					08:30-09:20 ◎ピラUpper+ 田口	定休日						08:30-09:20 ◎ピラLower+ 山野	定休日				臨時休業		08:30-09:20 ◎ピラUpper+ 川端	定休日	08:30-09:15 Ex45ピラStretchC 今江	08:30-09:20 ◎ピラLower+ 土屋	定休日	
	09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 川端	09:30-10:00 ◎ピラChestSR 栗山	09:30-10:20 ◎ピラB+ 山野	09:30-10:00 ◎ピラRefBody 田口	09:50-10:20 ◎ピラRefCore 田口		09:30-10:20 ◎ピラB&A+ 田中	09:30-10:00 ◎ピラRefBody 春山	09:30-10:20 ◎ピラB+ 田口	09:30-10:00 ◎ピラTotalBody 田中	09:30-10:20 ◎ピラLower+ 田中	09:50-10:40 ◎ピラB+ 山野		09:30-10:20 ◎ピラH&L+ 田口	09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 山野	09:30-10:00 SP 田口		09:30-10:00 ◎ピラChestSR 栗山	09:50-10:40 ◎ピラLower+ 川端		09:45-10:15 Cardio Reform Blast 今江	09:50-10:20 SP 春山		09:30-10:20 ◎ピラH&L+ 田中
	10:50-11:40 ◎ピラLower+ 川端	10:30-11:20 ◎ピラA+ 栗山	10:50-11:40 ◎ピラUpper+ 山野	10:30-11:20 ◎ピラLower+ 田口	10:50-11:20 ◎ピラChestSR 栗山		10:50-11:20 ◎ピラStretchC 田中	10:30-11:20 ◎ピラUpper+ 春山	10:50-11:20 ◎ピラRefCore 田口	10:30-11:20 ◎ピラLower+ 田口	10:50-11:20 ◎ピラPerBackBody 田中	11:10-11:40 ◎ピラControlF 田中		10:50-11:20 ◎ピラRefCore 田口	10:50-11:40 ◎ピラWaist+ 山野	10:30-11:20 ◎ピラB+ 田口		10:30-11:20 ◎ピラUpper+ 川端	11:10-11:40 ◎ピラBackStyle 青柳		10:45-11:35 ◎ピラB+ 田口	10:50-11:35 Power Basic 山野		10:50-11:20 ◎ピラControlF 田中
	12:10-12:40 ◎ピラBackStyle 栗山	11:50-12:40 ◎ピラUpper+ 山野	12:10-12:40 ◎ピラcore 青柳	11:50-12:20 ◎ピラStretchC 青柳	11:50-12:40 ◎ピラA+ 栗山		11:50-12:40 ◎ピラLower+ 田口	11:50-12:20 ◎ピラChestSR 田中	11:50-12:40 ◎ピラH&L+ 春山	11:50-12:20 Cardio Reform Blast 今江	11:50-12:40 ◎ピラUpper+ 田口	12:10-12:40 ◎ピラStretchC 田中		11:50-12:40 ◎ピラUpper+ 山野	12:10-12:40 ◎ピラRefBody 田口	11:50-12:20 ◎ピラcore 青柳		11:50-12:40 ◎ピラLower+ 川端	12:10-12:40 ◎ピラControlF 青柳		12:00-12:30 SP 田口	12:00-12:30 ◎ピラRefBody 陌間		11:50-12:40 ◎ピラWaist+ 山野
	13:10-14:00 ◎ピラWaist+ 栗山	13:10-13:40 ◎ピラRefCore 山野	13:10-14:00 ◎ピラB&A+ 青柳	12:50-13:40 ◎ピラUpper+ 青柳	13:10-13:40 ◎ピラTotalBody 田中		13:10-13:40 ◎ピラBackStyle 青柳	12:50-13:20 ◎ピラPerBackBody 田中	13:10-13:40 ◎ピラTotalBody 春山		13:10-13:40 ◎ピラRefBody 田口	13:10-13:40 Cardio Reform Blast 今江		13:10-14:00 ◎ピラWaist+ 山野	13:10-14:00 ◎ピラB+ 田口	12:50-13:20 ◎ピラStretchC 青柳		13:10-13:40 SP 田中	13:10-14:00 ◎ピラUpper+ 山野		13:00-13:50 ◎ピラUpper+ 山野	13:00-13:30 ◎ピラRefCore 山野		13:10-14:00 ◎ピラLower+ 山野
	14:30-15:00 ◎ピラRefBody 田口	14:10-14:40 ◎ピラTotalBody 田中	14:30-15:00 Rin-Ballet 今江	14:10-15:00 ◎ピラJumpM 栗山	14:10-15:00 ◎ピラLower+ 田中		14:10-14:40 ◎ピラTotalBody 田中		14:10-15:00 ◎ピラLower+ 山野		14:10-14:40 ◎ピラStretchC 青柳	14:10-15:00 ◎ピラH&L+ 春山			14:30-15:00 ◎ピラHipLine 田中	13:50-14:40 ◎ピラLower+ 田中		14:10-14:40 ◎ピラTotalBody 田中	14:30-15:00 ◎ピラRefCore 山野		14:20-14:50 ◎ピラRefCore 山野	14:00-14:50 ◎ピラUpper+ 土屋		14:30-15:00 SP 春山
					15:30-16:00 ◎ピラcore 栗山							15:30-16:20 ◎ピラUpper+ 山野							15:30-16:00 SP 田口		15:20-16:10 ◎ピラLower+ 田口	15:20-15:50 SP 春山		
					16:30-17:15 Strong Hip&Legs 田中			16:00-16:50 ◎ピラB+ 山野											16:30-17:00 ◎ピラTotalBody 田口		16:40-17:10 ◎ピラTotalBody 春山	16:20-16:50 ◎ピラTotalBody 春山		16:00-16:50 ◎ピラUpper+ 土屋
												16:50-17:20 ◎ピラTotalBody 春山												
	17:20-18:10 ◎ピラA+ 栗山	17:20-18:10 ◎ピラLower+ 山野	17:40-18:10 ◎ピラBackStyle 青柳	17:40-18:10 ◎ピラHipLine 栗山	17:45-18:35 ◎ピラB+ 田口		17:40-18:10 ◎ピラRefBody 田口	17:20-17:50 ◎ピラStretchC 田中	17:20-18:10 ◎ピラUpper+ 山野	17:20-18:10 ◎ピラB+ 山野	17:40-18:10 ◎ピラControlF 田中	17:50-18:20 ◎ピラPerBackBody 田中		17:20-18:10 ◎ピラLower+ 山野	17:20-18:10 ◎ピラUpper+ 山野	17:20-18:10 ◎ピラB&A+ 田口		17:10-17:40 SP 栗山	17:30-18:00 SP 青柳		17:40-18:25 Ex45ピラControlF 今江	17:20-18:10 ◎ピラLower+ 陌間		17:20-17:50 ◎ピラHipLine 田中
	18:40-19:10 ◎ピラTotalBody 田口	18:40-19:30 ◎ピラB&A+ 田中	18:40-19:30 ◎ピラJumpM 今江	18:40-19:10 ◎ピラChestSR 栗山	19:00-19:30 ◎ピラRefBody 田口		18:40-19:30 ◎ピラB+ 田口	18:20-19:10 ◎ピラB&A+ 春山	18:40-19:30 ◎ピラWaist+ 山野	18:40-19:10 ◎ピラRefCore 春山	18:40-19:30 ◎ピラLower+ 田口	18:50-19:20 Rin-Ballet 今江		18:40-19:10 ◎ピラTotalBody 田口	18:40-19:30 ◎ピラLower+ 青柳	18:40-19:10 SP 青柳		18:20-19:10 ◎ピラA+ 栗山	18:30-19:20 ◎ピラB+ 山野		19:00-19:30 SP 春山	18:40-19:30 ◎ピラWaist+ 山野		18:20-19:10 ◎ピラB+ 山野
	19:40-20:30 ◎ピラUpper+ 田中	20:00-20:30 ◎ピラHipLine 今江	20:00-20:30 ◎ピラControlF 田中	19:40-20:30 ◎ピラB+ 山野			20:00-20:30 ◎ピラControlF 青柳	19:40-20:30 ◎ピラLower+ 山野	20:00-20:30 ◎ピラBackStyle 青柳	19:40-20:30 ◎ピラUpper+ 春山	20:00-20:30 ◎ピラcore 青柳			19:40-20:30 ◎ピラB&A+ 青柳	20:00-20:30 ◎ピラPerBackBody 田中	19:40-20:30 ◎ピラUpper+ 田中		19:40-20:30 ◎ピラUpper+ 山野						19:40-20:30 ◎ピラLower+ 土屋
	21:00-21:30 ◎ピラControlF 田中	21:00-21:30 Rin-Ballet 今江	21:00-21:50 ◎ピラLower+ 田中	21:00-21:50 ◎ピラWaist+ 山野			21:00-21:50 ◎ピラUpper+ 青柳	21:00-21:30 ◎ピラRefCore 山野	21:00-21:30 ◎ピラControlF 青柳	21:00-21:30 ◎ピラStretchC 青柳	21:00-21:50 ◎ピラB+ 青柳			21:00-21:30 ◎ピラHipLine 青柳	21:00-21:30 ◎ピラStretchC 青柳	21:00-21:30 ◎ピラTotalBody 田中		21:00-21:30 ◎ピラRefCore 山野						21:00-21:30 SP 春山

25日(金)	26日(土)	27日(日)	28日(月)	29日(火)	30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
	08:30-09:20 ◎ピラB+ 山野	定休日			
09:30-10:20 ◎ピラWaist+ 山野	09:50-10:40 ◎ピラWaist+ 山野		09:30-10:20 ◎ピラLower+ 田中	09:30-10:00 ◎ピラBackStyle 栗山	09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 土屋
				10:30-11:00 ◎ピラChestSR 栗山	
10:50-11:40 ◎ピラLower+ 山野	11:00-11:30 ◎ピラTotalBody 春山		10:50-11:20 ◎ピラPerBackBody 田中		10:50-11:40 ◎ピラLower+ 土屋
				11:30-12:20 ◎ピラUpper+ 土屋	
12:10-12:40 SP 田中	12:00-12:50 ◎ピラUpper+ 春山		11:50-12:40 ◎ピラWaist+ 春山		12:10-12:40 SP 栗山
				12:50-13:20 ◎ピラRefCore 春山	
	13:20-13:50 ◎ピラStretchC 青柳		13:10-13:40 SP 春山		13:10-13:40 ◎ピラBackStyle 栗山
				13:50-14:40 ◎ピラB+ 山野	
	14:20-14:50 SP 青柳		14:10-14:40 ◎ピラHipLine 青柳		14:10-14:55 Ex45ピラControlF 今江
	15:20-16:10 ◎ピラUpper+ 土屋				
				16:00-16:50 ◎ピラLower+ 土屋	
	16:40-17:10 ◎ピラRefCore 山野				
17:20-18:10 ◎ピラUpper+ 土屋			17:20-17:50 SP 栗山	17:20-18:05 Power Basic 山野	17:20-18:10 ◎ピラUpper+ 栗山
	17:40-18:30 ◎ピラLower+ 土屋				
			18:20-19:10 ◎ピラJumpM 栗山		
18:40-19:10 SP 春山				18:40-19:10 SP 春山	18:40-19:30 ◎ピラLower+ 春山
	19:00-19:30 SP 青柳				
19:45-20:30 Ex45ピラStretchC 今江			19:40-20:30 ◎ピラB+ 青柳	19:40-20:30 ◎ピラWaist+ 山野	20:00-20:30 SP 田中
21:00-21:30 ◎ピラHipLine 今江			21:00-21:30 ◎ピラControlF 青柳	21:00-21:30 ◎ピラTotalBody 田中	21:00-21:30 ◎ピラChestSR 田中

【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
2.5	Ex45ピラStretchC	【Extra45】Stretch&Conditioning	45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	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	Ex45ピラControlF	【Extra45】Control Flow	45分
4	◎ピラA+	Advance+	50分
4	Cardio Reform Blast	Cardio Reform Blast	30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(水)	09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田口智子
16(水)	18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	青柳一愛
18(金)	13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田中唯月
18(金)	17:10-17:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	栗山紗央里
19(土)	15:30-16:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田口智子
19(土)	17:30-18:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	青柳一愛
21(月)	12:00-12:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田口智子
21(月)	19:00-19:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	春山さくら
22(火)	09:50-10:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	春山さくら
22(火)	15:20-15:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	春山さくら
24(木)	14:30-15:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	春山さくら
24(木)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	春山さくら
25(金)	12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田中唯月
25(金)	18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	春山さくら
26(土)	14:20-14:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	青柳一愛
26(土)	19:00-19:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	青柳一愛
28(月)	13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	春山さくら
28(月)	17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	栗山紗央里
29(火)	18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	春山さくら
30(水)	12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	栗山紗央里
30(水)	20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田中唯月

◎ … 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：10分 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+