2026年6月レッスンスケジュール Rintosull イオンモール各務原店(全スタジオ:女性専用)

※2026年05月24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(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	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ
	09:30–10:20 ◎ビラWaist+ 松原	09:30–10:00 ◎ビラPerBackBody 辻村	09:30–10:20 ◎ビラLower+ キクチ	09:30–10:20 ◎ビラB+ 奥村	09:30–10:00 ◎ビラHipLine 辻村	09:30–10:20 ◎ビラWaist+ キクチ		09:30–10:20 ◎ビラJumpM 駒居	09:30–10:15 Power Basic 駒居	09:30–10:00 ◎ビラRefBody 辻村	09:30–10:20 ◎ビラWaist+ 松原	09:30–10:20 ◎ビラLower+ キクチ	09:30–10:15 Boost Upper&Lower キクチ		09:30–10:20 ◎ビラWaist+ 奥村	09:30–10:00 ◎ビラRefBody 辻村	09:30–10:00 ◎ビラChestSR 辻村	09:30–10:20 ◎ビラUpper+ 松原	09:30–10:20 ◎ビラB+ キクチ	09:30–10:00 ◎ビラRefCore 奥村		09:30–10:20 ◎ビラJumpM 駒居	09:30–10:20 ◎ビラUpper+ 奥村
	10:50–11:40 ◎ビラLower+ キクチ	10:30–11:00 Cardio Reform Blast 辻村	10:50–11:35 Power Basic 奥村	10:50–11:40 ◎ビラA+ 駒居	10:30–11:00 ◎ビラBackStyle 下村	10:50–11:20 ◎ビラRefBody 辻村		10:50–11:20 ◎ビラBackStyle 辻村	10:50–11:40 ◎ビラLower+ 松原	10:30–11:20 ◎ビラA+ 駒居	10:50–11:40 ◎ビラUpper+ キクチ	10:50–11:20 ◎ビラRefCore 駒居	10:50–11:40 ◎ビラB+ 奥村		10:50–11:40 ◎ビラB+ 奥村	10:30–11:15 Power Waist Shape 奥村	10:30–11:00 ◎ビラRefCore 奥村	10:50–11:35 Boost Upper&Lower 奥村	10:50–11:20 ◎ビラHipLine 辻村	10:30–11:20 ◎ビラB+ キクチ		10:50–11:20 ◎ビラRefBody 辻村	10:50–11:35 Power Basic 奥村
		11:30–12:20 ◎ビラUpper+ 松原			11:30–12:20 ◎ビラLower+ キクチ	11:50–12:40 ◎ビラUpper+ キクチ		11:50–12:40 ◎ビラB&A+ 駒居		11:50–12:40 ◎ビラH&L+ 辻村		11:50–12:40 ◎ビラB+ キクチ					11:30–12:20 ◎ビラB+ 奥村		11:50–12:20 ◎ビラPerBackBody 辻村	11:50–12:40 ◎ビラLower+ キクチ		11:50–12:35 Boost Upper&Lower 松原		
	12:10–12:55 Boost Upper&Lower 松原		12:10–13:00 ◎ビラUpper+ キクチ	12:10–12:40 ◎ビラTotalBody 下村					12:10–12:40 ◎ビラcore 駒居		12:10–13:00 ◎ビラLower+ 松原		12:10–12:40 ◎ビラRefCore 奥村		12:10–12:40 Cardio Reform Blast 辻村			12:10–13:00 ◎ビラB+ 松原				12:10–12:40 ◎ビラHipLine 駒居	
		12:50–13:40 ◎ビラJumpM 下村			12:50–13:40 ◎ビラWaist+ 奥村												12:50–13:35 Strong Back&Arms 駒居		12:50–13:40 ◎ビラLower+ 松原			13:10–14:00 ◎ビラH&L+ 駒居	13:10–14:00 ◎ビラLower+ 松原	
			13:30–14:00 ◎ビラHipLine 駒居	13:10–13:40 ◎ビラRefBody 駒居		13:10–14:00 ◎ビラB+ 松原		13:10–14:00 ◎ビラLower+ 松原	13:10–14:00 ◎ビラB+ 奥村	13:10–14:00 ◎ビラUpper+ キクチ	13:30–14:00 ◎ビラRefCore 奥村	13:10–13:55 Boost Upper&Lower 奥村	13:10–14:00 ◎ビラJumpM 駒居		13:10–14:00 ◎ビラUpper+ 松原	13:10–13:40 ◎ビラPerBackBody 辻村		13:30–14:20 ◎ビラJumpM 駒居		13:10–13:40 ◎ビラcore 辻村			
			14:30–15:00 ◎ビラcore 辻村			14:30–15:20 ◎ビラLower+ 松原		14:30–15:00 ◎ビラTotalBody 駒居	15:00–15:30 ◎ビラRefBody 駒居	14:30–15:00 ◎ビラHipLine 駒居			14:30–15:00 ◎ビラTotalBody 駒居					14:50–15:20 ◎ビラRefBody 駒居	14:10–15:00 ◎ビラWaist+ キクチ	14:10–14:55 Boost Upper&Lower キクチ			14:30–15:00 ◎ビラControlF 下村	
						15:50–16:20 Cardio Reform Blast 辻村					15:30–16:00 ◎ビラChestSR 辻村		15:30–16:20 ◎ビラWaist+ キクチ							15:20–15:50 ◎ビラRefCore 奥村		15:30–16:00 ◎ビラPerBackBody 辻村		
		16:40–17:30 ◎ビラB+ 松原		16:40–17:10 ◎ビラStretchC 下村		16:50–17:20 ◎ビラChestSR 辻村						16:40–17:10 ◎ビラTotalBody 駒居	16:50–17:35 Power Basic 奥村		16:20–17:10 ◎ビラLower+ 奥村	16:20–17:10 ◎ビラLower+ 奥村	16:20–17:10 ◎ビラUpper+ キクチ	16:40–17:30 ◎ビラWaist+ 奥村		16:20–16:50 ◎ビラTotalBody 駒居		16:30–17:00 ◎ビラTotalBody 駒居	16:40–17:10 ◎ビラRefCore 松原	
	17:20–18:10 ◎ビラLower+ キクチ								17:20–18:10 ◎ビラUpper+ 奥村		17:20–18:10 ◎ビラB+ キクチ	17:40–18:10 ◎ビラRefCore 奥村			17:40–18:30 ◎ビラWaist+ 松原	17:40–18:10 ◎ビラRefCore 奥村	17:40–18:10 ◎ビラBackStyle 駒居		17:20–18:10 ◎ビラUpper+ キクチ	17:20–18:10 ◎ビラA+ 駒居			
		18:00–18:30 ◎ビラRefCore 辻村		17:40–18:30 ◎ビラLower+ 奥村				17:40–18:30 ◎ビラWaist+ 松原		17:40–18:30 ◎ビラLower+ キクチ												17:40–18:30 ◎ビラA+ 駒居	
	18:40–19:30 ◎ビラUpper+ 松原				18:40–19:25 Power Basic 奥村	18:40–19:10 ◎ビラRefCore 辻村			18:40–19:30 ◎ビラWaist+ 松原	19:00–19:30 Cardio Reform Blast 辻村	18:40–19:25 Boost Upper&Lower キクチ	18:40–19:30 ◎ビラUpper+ 奥村	18:40–19:30 ◎ビラLower+ 奥村		19:00–19:30 ◎ビラChestSR 辻村	18:40–19:30 ◎ビラUpper+ 松原	18:40–19:30 ◎ビラLower+ キクチ	19:00–19:30 ◎ビラRefCore 駒居	18:40–19:25 Strong Hip&Legs 辻村	18:40–19:30 ◎ビラUpper+ 辻村		18:40–19:30 ◎ビラWaist+ キクチ	
		19:00–19:50 ◎ビラLower+ 松原	19:00–19:30 ◎ビラRefBody 辻村	19:00–19:30 ◎ビラRefCore 駒居				19:00–19:50 ◎ビラB+ 松原															19:00–19:30 ◎ビラStretchC 下村	
						19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 松原																		
	20:00–20:50 ◎ビラB+ キクチ	20:20–20:50 ◎ビラControlF 下村	20:00–20:45 Strong Back&Arms 駒居	20:00–20:45 Boost Upper&Lower 奥村	20:00–20:50 ◎ビラLower+ 松原			20:20–20:50 ◎ビラRefCore 辻村	20:00–20:50 ◎ビラLower+ 奥村	20:00–20:50 ◎ビラWaist+ キクチ	20:00–20:50 ◎ビラUpper+ 奥村	20:00–20:50 ◎ビラB+ 駒居	20:00–20:30 ◎ビラcore 駒居		20:00–20:45 Boost Upper&Lower 松原	20:00–20:50 ◎ビラB+ キクチ	20:00–20:45 Power Waist Shape 駒居	20:00–20:50 ◎ビラLower+ 奥村	20:00–20:50 ◎ビラUpper+ 松原	20:00–20:30 ◎ビラChestSR 辻村		20:00–20:50 ◎ビラB+ 松原	20:00–20:45 Boost Upper&Lower 松原	

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	Aスタジオ
09:30-10:20 ◎ピラWaist+ 松原	09:30-10:00 ◎ピラStretchC 下村	09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 駒居		09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 松原	09:30-10:15 Boost Upper&Lower 松原
10:50-11:20 ◎ピラRefBody 下村	10:30-11:00 ◎ピラRefCore キクチ	10:50-11:20 ◎ピラHipLine 駒居		10:50-11:35 Boost Upper&Lower キクチ	10:50-11:20 ◎ピラChestSR 辻村
11:50-12:40 ◎ピラB+ 松原	11:30-12:15 Strong Hip&Legs 辻村	11:50-12:40 ◎ピラB+ キクチ		12:10-13:00 ◎ピラLower+ 松原	11:50-12:20 ◎ピラPerBackBody 辻村
13:10-13:40 Cardio Reform Blast 辻村	12:50-13:40 ◎ピラA+ 駒居	13:10-13:55 Power Waist Shape 奥村		13:30-14:00 ◎ピラRefCore 奥村	12:50-13:40 ◎ピラUpper+ キクチ
14:10-15:00 ◎ピラLower+ キクチ		14:30-15:00 ◎ピラRefCore 奥村		14:30-15:15 Strong Back&Arms 駒居	14:10-15:00 ◎ピラLower+ 松原
					15:30-16:00 ◎ピラRefCore 松原
16:40-17:30 ◎ピラUpper+ 松原		17:00-17:45 Boost Upper&Lower キクチ		16:20-17:10 ◎ピラLower+ 松原	16:20-17:10 ◎ピラJumpM 駒居
18:00-18:30 ◎ピラPerBackBody 辻村	18:00-18:45 Power Waist Shape 奥村	18:20-19:10 ◎ピラLower+ キクチ		17:40-18:10 ◎ピラBackStyle 駒居	17:40-18:10 ◎ピラRefBody 駒居
19:00-19:50 ◎ピラB+ キクチ	19:10-19:40 ◎ピラTotalBody 駒居	19:40-20:25 Power Basic 奥村		18:40-19:25 Boost Upper&Lower キクチ	18:40-19:30 ◎ピラLower+ キクチ
20:20-20:50 ◎ピラRefCore キクチ	20:00-20:50 ◎ピラLower+ 松原			20:00-20:50 ◎ピラUpper+ 奥村	20:00-20:50 ◎ピラWaist+ キクチ

【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
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）

【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+