2026年1月レッスンスケジュール Rintosull 八王子店(全スタジオ:女性専用)

※2026年01月30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(木)	2日(金)	3日(土)	4日(日)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)	11日(日)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)	18日(日)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)
	–	–	–	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
	臨時休業	臨時休業	臨時休業	09:00-09:30 ◎ビラTotalBody 今泉						09:00-09:30 ◎ビラBackStyle 松本	定休日	09:00-09:30 ◎ビラcore 濱中					09:00-09:30 ◎ビラcore 濱中	定休日						09:00-09:50 ◎ビラB+ 岡山
				10:00-10:30 ◎ビラcore 濱中	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 小澤	09:30-10:20 ◎ビラB&A+ 松本	09:30-10:20 ◎ビラWaist+ 岸峯	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 星野	09:30-10:00 ◎ビラControlF 松本	10:00-10:50 ◎ビラLower+ 小澤		10:00-10:50 ◎ビラUpper+ 小澤	09:30-10:20 ◎ビラB+ 濱中	09:30-10:20 ◎ビラH&L+ 濱中	09:30-10:20 ◎ビラA+ 松本	09:30-10:20 ◎ビラB+ 岸峯		10:00-10:50 ◎ビラUpper+ 小澤	09:30-10:20 ◎ビラJumpM 松本	09:30-10:00 Cardio Reform Blast 松本	09:30-10:20 ◎ビラB&A+ 濱中	09:30-10:20 ◎ビラH&L+ 山城	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 岡山	
				11:00-11:50 ◎ビラLower+ 今泉	10:50-11:40 ◎ビラUpper+ 小澤	10:50-11:20 Rin-Ballet 松本	10:45-11:35 ◎ビラB+ 岸峯	10:50-11:40 ◎ビラLower+ 星野	10:30-11:00 ◎ビラStretchC 松本	11:20-12:10 ◎ビラUpper+ 小澤		11:20-12:10 ◎ビラH&L+ 濱中	10:50-11:20 ◎ビラBackStyle 松本	10:50-11:40 ◎ビラB&A+ 濱中	10:50-11:20 ◎ビラStretchC 松本	10:50-11:40 ◎ビラLower+ 小澤		11:20-12:10 ◎ビラLower+ 小澤	10:50-11:40 ◎ビラWaist+ 岸峯	10:30-11:00 Rin-Ballet 松本	10:50-11:40 ◎ビラLower+ 濱中	10:50-11:40 ◎ビラUpper+ 山城	10:50-11:40 ◎ビラWaist+ 岡山	10:20-11:10 ◎ビラLower+ 小澤
				12:20-13:10 ◎ビラUpper+ 並木	12:10-13:00 ◎ビラWaist+ 岡山	11:50-12:40 ◎ビラB&A+ 濱中	12:10-13:00 ◎ビラLower+ 岡山	12:10-13:00 ◎ビラB+ 岡山	11:30-12:20 ◎ビラWaist+ 岡山	12:40-13:30 ◎ビラH&L+ 濱中		11:50-12:40 ◎ビラB&A+ 濱中	11:50-12:20 Rin-Ballet 松本	12:10-12:40 ◎ビラControlF 松本	11:50-12:40 ◎ビラLower+ 岡山	12:10-13:00 ◎ビラUpper+ 小澤		12:40-13:10 ◎ビラPerBackBody 山城	12:10-13:00 ◎ビラUpper+ 小澤	11:30-12:20 ◎ビラH&L+ 濱中	12:10-12:40 ◎ビラPerBackBody 山城	12:10-13:00 ◎ビラWaist+ 濱中	12:10-12:40 Cardio Reform Blast 松本	11:40-12:30 ◎ビラUpper+ 小澤
				14:30-15:20 ◎ビラH&L+ 並木	13:30-14:00 ◎ビラRefCore 濱中	13:10-14:00 ◎ビラH&L+ 濱中	13:30-14:20 ◎ビラUpper+ 岡山	13:30-14:20 ◎ビラWaist+ 岡山	12:50-13:40 ◎ビラUpper+ 岡山	14:30-15:20 ◎ビラWaist+ 濱中		14:10-15:00 ◎ビラLower+ 小澤		13:10-13:40 Rin-Ballet 松本	13:10-14:00 ◎ビラUpper+ 岡山	13:30-14:20 ◎ビラWaist+ 岸峯		14:30-15:20 ◎ビラH&L+ 濱中	13:30-14:20 ◎ビラLower+ 小澤	12:50-13:40 ◎ビラB&A+ 濱中	13:10-13:40 ◎ビラHipLine 山城	13:30-14:20 ◎ビラB+ 濱中		13:00-13:50 ◎ビラWaist+ 渡邉
				15:50-16:40 ◎ビラWaist+ 濱中						15:50-16:20 Rin-Ballet 松本		15:30-16:20 ◎ビラB+ 岸峯						15:50-16:40 ◎ビラB&A+ 濱中						14:30-15:20 ◎ビラB+ 岡山
				17:10-18:00 ◎ビラUpper+ 青山	17:20-17:50 ◎ビラTotalBody 濱中		17:20-18:10 ◎ビラA+ 松本	17:20-18:10 ◎ビラB+ 岡山	17:40-18:30 ◎ビラLower+ 岸峯	16:50-17:40 ◎ビラJumpM 松本		16:50-17:40 ◎ビラWaist+ 岸峯		17:20-18:10 ◎ビラUpper+ 岸峯	17:20-17:50 ◎ビラRefBody 松本	17:40-18:30 ◎ビラUpper+ 岡山		17:10-18:00 ◎ビラWaist+ 山城	17:20-17:50 ◎ビラPerBackBody 山城	17:00-17:50 ◎ビラB+ 岸峯	17:20-18:10 ◎ビラWaist+ 岡山	17:40-18:30 ◎ビラB&A+ 濱中		15:50-16:40 ◎ビラLower+ 星野
				18:30-19:00 ◎ビラRefCore 青山	18:20-19:10 ◎ビラB&A+ 濱中	18:00-18:50 ◎ビラLower+ 濱中	18:40-19:30 ◎ビラLower+ 岡山	18:40-19:30 ◎ビラUpper+ 小澤	19:00-19:50 ◎ビラB+ 岸峯	18:10-19:00 ◎ビラB&A+ 濱中		18:10-19:00 ◎ビラLower+ 岡山	18:40-19:10 ◎ビラRefCore 岡山	18:40-19:10 ◎ビラTotalBody 濱中	18:20-19:10 ◎ビラH&L+ 三島	19:00-19:30 ◎ビラRefCore 岡山		18:30-19:00 ◎ビラHipLine 山城	18:20-19:10 ◎ビラH&L+ 山城	18:20-19:10 ◎ビラWaist+ 岸峯	18:40-19:30 ◎ビラUpper+ 岡山	19:00-19:50 ◎ビラLower+ 山城	18:40-19:30 ◎ビラB+ 濱中	17:17:10-18:00 ◎ビラUpper+ 星野
					19:40-20:30 ◎ビラB+ 岡山	19:20-19:50 ◎ビラcore 濱中	20:00-20:30 ◎ビラControlF 松本	20:00-20:50 ◎ビラLower+ 小澤	20:20-20:50 ◎ビラcore 濱中				19:40-20:30 ◎ビラLower+ 岡山	19:40-20:30 ◎ビラWaist+ 岸峯	19:40-20:30 ◎ビラUpper+ 小澤	20:00-20:50 ◎ビラH&L+ 松本			19:40-20:30 ◎ビラB+ 岸峯	19:40-20:30 ◎ビラUpper+ 岡山	20:00-20:30 Cardio Reform Blast 松本	20:20-20:50 ◎ビラTotalBody 濱中	20:00-20:50 ◎ビラUpper+ 山城		
					21:00-21:50 ◎ビラUpper+ 岡山	20:20-20:50 ◎ビラPerBackBody 松本 21:20-21:50 ◎ビラHipLine 松本	21:00-21:50 ◎ビラB&A+ 松本	21:20-21:50 ◎ビラRefCore 岡山	21:20-21:50 ◎ビラTotalBody 濱中				21:00-21:50 ◎ビラWaist+ 岸峯	21:00-21:50 ◎ビラB+ 岸峯	21:00-21:50 ◎ビラLower+ 小澤	21:20-21:50 Rin-Ballet 松本			21:00-21:50 ◎ビラUpper+ 岸峯	21:00-21:50 ◎ビラLower+ 岡山	21:00-21:50 ◎ビラB+ 岡山	21:20-21:50 ◎ビラPerBackBody 山城	21:20-21:50 ◎ビラHipLine 山城	

25日(日)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	31日(土)
－	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
定休日	09:30-10:20 ◎ピラH&L+ 濱中	09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 星野	09:30-10:20 ◎ピラB+ 岡山	09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 星野	09:30-10:00 Cardio Reform Blast 松本	09:00-09:30 ◎ピラControlF 松本
	10:50-11:40 ◎ピラB&A+ 濱中	10:50-11:40 ◎ピラLower+ 星野	10:50-11:40 ◎ピラUpper+ 岡山	10:50-11:40 ◎ピラLower+ 斉藤	10:30-11:00 ◎ピラStretchC 松本	10:00-10:50 ◎ピラUpper+ 岸峯
	12:10-13:00 ◎ピラLower+ 小澤	12:10-13:00 ◎ピラB+ 岸峯	12:10-13:00 ◎ピラH&L+ 濱中	12:10-13:00 ◎ピラB+ 斉藤	11:30-12:20 ◎ピラH&L+ 山城	11:20-12:10 ◎ピラB+ 岸峯
	13:30-14:00 ◎ピラRefBody 山城	13:30-14:20 ◎ピラWaist+ 濱中	13:30-14:00 ◎ピラRefCore 岸峯	13:30-14:20 ◎ピラWaist+ 岡山	12:50-13:40 ◎ピラB&A+ 山城	12:40-13:30 ◎ピラH&L+ 濱中
	17:20-18:10 ◎ピラLower+ 岡山	18:00-18:50 ◎ピラB&A+ 山城	17:20-18:10 ◎ピラLower+ 岸峯	●17:20-18:10 ◎ピラLower+ 星野	17:00-17:50 ◎ピラWaist+ 岡山	14:00-14:50 ◎ピラLower+ 岡山
	18:40-19:30 ◎ピラUpper+ 岡山	19:20-19:50 ◎ピラHipLine 山城	18:40-19:10 ◎ピラTotalBody 濱中	18:40-19:30 ◎ピラUpper+ 星野	18:20-19:10 ◎ピラLower+ 岡山	15:20-15:50 ◎ピラcore 濱中
	20:00-20:30 ◎ピラHipLine 山城	20:20-20:50 Cardio Reform Blast 松本	19:40-20:30 ◎ピラB&A+ 山城	20:00-20:50 ◎ピラLower+ 岡山	19:40-20:30 ◎ピラUpper+ 小澤	16:20-17:10 ◎ピラB+ 岡山
	21:00-21:50 ◎ピラWaist+ 山城	21:20-21:50 ◎ピラBackStyle 松本	21:00-21:50 ◎ピラWaist+ 山城	21:20-21:50 ◎ピラRefCore 岡山	21:00-21:50 ◎ピラB+ 岡山	17:40-18:30 ◎ピラLower+ 岡山

【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	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
3.5	◎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
4	◎ピラA+	Advance+	50分
4	Cardio Reform Blast	Cardio Reform Blast	30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
10分
18:30-19:30
レッスン名
インストラクター名

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+