2026年2月レッスンスケジュール Rintosull 市原店(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
	定休日	09:00-09:50 ◎ビラUpper+ 吹坂	09:00-09:30 ◎ビラRefBody 大倉	09:00-09:45 Power Basic 泉	09:00-09:50 ◎ビラB&A+ 岩崎	09:00-09:50 ◎ビラLower+ 岩崎	08:30-09:20 ◎ビラH&L+ 岩崎	定休日	09:00-09:50 ◎ビラH&L+ 岩崎	09:00-09:30 ◎ビラTotalBody 河野	08:30-09:15 Boost Upper&Lower 大倉	09:00-09:50 ◎ビラUpper+ 泉	09:00-09:45 Boost Upper&Lower 豊島	08:30-09:20 ◎ビラUpper+ 岩崎	定休日	09:00-09:50 ◎ビラB&A+ 大倉	09:00-09:50 ◎ビラLower+ 大倉	09:00-09:30 ◎ビラTotalBody 河野	09:00-09:50 ◎ビラUpper+ 泉	09:00-09:50 ◎ビラH&L+ 岩崎	08:30-09:15 Power Basic 泉	定休日	08:30-09:20 ◎ビラLower+ 河野	09:00-09:30 ◎ビラcore 泉
			10:00-10:30 ◎ビラBackStyle 河野				09:50-10:40 ◎ビラUpper+ 吹坂			10:00-10:50 ◎ビラA+ 河野	09:45-10:15 ◎ビラRefBody 大倉			09:50-10:40 ◎ビラH&L+ 豊島				10:00-10:50 ◎ビラWaist+ 河野	10:20-10:50 ◎ビラRefBody 泉		09:45-10:35 ◎ビラUpper+ 大倉	09:50-10:35 Boost Upper&Lower 岩崎	10:00-10:30 ◎ビラHipLine 河野
		10:20-11:10 ◎ビラH&L+ 大倉		10:20-11:10 ◎ビラWaist+ 河野	10:20-11:10 ◎ビラLower+ 岩崎	10:20-11:10 ◎ビラB&A+ 岩崎			10:20-11:10 ◎ビラUpper+ 河野		10:45-11:35 ◎ビラLower+ 岩崎	10:20-10:50 ◎ビラcore 泉	10:20-11:10 ◎ビラH&L+ 大倉			10:20-11:10 ◎ビラLower+ 大倉	10:20-11:10 ◎ビラB&A+ 大倉			10:20-11:10 ◎ビラUpper+ 岩崎			11:10-11:40 ◎ビラRefCore 河野	11:00-11:45 Power Basic 泉
			11:00-11:45 Boost Upper&Lower 吹坂				11:10-11:40 ◎ビラcore 泉			11:20-12:10 ◎ビラLower+ 大倉		11:20-12:05 Boost Upper&Lower 豊島		11:10-12:00 ◎ビラB&A+ 岩崎				11:20-12:05 Power Basic 河野	11:20-12:10 ◎ビラLower+ 泉		11:05-11:55 ◎ビラLower+ 大倉			
		11:40-12:10 ◎ビラcore 泉		11:40-12:30 ◎ビラUpper+ 吹坂	11:40-12:10 ◎ビラRefCore 吹坂	11:40-12:30 ◎ビラB+ 吹坂			11:40-12:30 ◎ビラB+ 豊島		12:05-12:35 ◎ビラRefCore 豊島		11:40-12:30 ◎ビラB&A+ 大倉			11:40-12:10 ◎ビラRefBody 大倉	11:40-12:30 ◎ビラH&L+ 大倉			11:40-12:10 ◎ビラcore 泉					
			12:15-13:05 ◎ビラWaist+ 吹坂				12:10-12:55 Power Basic 吹坂			12:40-13:30 ◎ビラUpper+ 大倉		12:40-13:25 Power Basic 豊島		12:30-13:20 ◎ビラLower+ 豊島		12:40-13:10 ◎ビラcore 泉		12:40-13:30 ◎ビラLower+ 河野	12:40-13:30 ◎ビラB&A+ 大倉	12:40-13:30 ◎ビラB+ 泉	12:25-12:55 ◎ビラcore 泉		12:10-12:40 ◎ビラBackStyle 河野	12:20-13:10 ◎ビラH&L+ 岩崎
		12:40-13:30 ◎ビラB&A+ 大倉		13:00-13:30 ◎ビラRefCore 吹坂	12:40-13:25 Boost Upper&Lower 吹坂	13:00-13:30 ◎ビラcore 泉			13:00-13:50 ◎ビラLower+ 岩崎				13:00-13:30 ◎ビラTotalBody 豊島				13:00-13:50 ◎ビラUpper+ 岩崎					13:25-13:55 ◎ビラTotalBody 河野			
							13:25-14:15 ◎ビラLower+ 岩崎																13:40-14:30 ◎ビラH&L+ 岩崎	13:40-14:10 ◎ビラRefBody 渡邊
		14:00-14:45 Boost Upper&Lower 大倉		14:00-14:30 ◎ビラRefBody 大倉	14:00-14:50 ◎ビラUpper+ 吹坂					14:00-14:30 ◎ビラRefBody 大倉	14:05-14:50 Power Basic 豊島		14:00-14:50 ◎ビラUpper+ 大倉	14:00-14:50 ◎ビラUpper+ 豊島			14:20-14:50 ◎ビラRefBody 大倉		14:00-14:50 ◎ビラLower+ 大倉	14:00-14:50 ◎ビラUpper+ 岩崎		14:25-15:10 Boost Upper&Lower 大倉			
							14:45-15:15 ◎ビラBackStyle 河野																15:00-15:45 Boost Upper&Lower 渡邊	
											15:20-16:10 ◎ビラH&L+ 岩崎			15:20-15:50 ◎ビラcore 泉											
							15:45-16:15 ◎ビラRefBody 泉			15:50-16:40 ◎ビラB&A+ 大倉			15:50-16:40 ◎ビラLower+ 大倉									15:40-16:10 ◎ビラBackStyle 河野			
					16:00-16:50 ◎ビラB&A+ 大倉	16:00-16:50 ◎ビラH&L+ 泉								16:25-17:15 ◎ビラLower+ 岩崎			16:20-17:05 Boost Upper&Lower 岩崎							16:20-17:10 ◎ビラB&A+ 渡邊	
							16:45-17:35 ◎ビラA+ 河野				16:40-17:10 ◎ビラRefBody 河野										16:40-17:30 ◎ビラA+ 河野		
		17:10-17:40 ◎ビラRefCore 吹坂		17:00-17:50 ◎ビラUpper+ 大倉					17:00-17:50 ◎ビラH&L+ 豊島	17:15-18:00 Power Basic 豊島		17:25-18:10 Boost Upper&Lower 豊島	17:10-17:40 ◎ビラcore 泉			16:50-17:40 ◎ビラB&A+ 大倉		17:20-17:50 ◎ビラRefBody 大倉	17:00-17:50 ◎ビラA+ 河野					17:00-17:45 Boost Upper&Lower 渡邊
					17:20-18:10 ◎ビラLower+ 大倉	17:20-18:10 ◎ビラB&A+ 河野					17:40-18:30 ◎ビラUpper+ 豊島			17:45-18:30 Power Basic 泉			17:45-18:30 Power Basic 泉			17:30-18:20 ◎ビラUpper+ 泉			17:40-18:30 ◎ビラLower+ 渡邊	
							18:00-18:30 ◎ビラTotalBody 河野														18:00-18:30 ◎ビラRefBody 大倉			
		18:10-19:00 ◎ビラB+ 吹坂		18:20-19:10 ◎ビラH&L+ 大倉					18:20-19:10 ◎ビラUpper+ 豊島	18:30-19:20 ◎ビラLower+ 豊島		18:40-19:30 ◎ビラB&A+ 岩崎	18:10-19:00 ◎ビラB+ 泉			18:10-18:55 Boost Upper&Lower 泉		18:20-19:10 ◎ビラLower+ 大倉	18:20-19:10 ◎ビラB&A+ 大倉					18:20-19:10 ◎ビラB&A+ 岩崎
			18:30-19:20 ◎ビラB&A+ 岩崎		18:40-19:10 ◎ビラRefBody 大倉	18:40-19:25 Boost Upper&Lower 吹坂											19:00-19:30 ◎ビラRefBody 泉				18:50-19:20 ◎ビラHipLine 河野				
		19:30-20:20 ◎ビラH&L+ 岩崎		19:40-20:25 Boost Upper&Lower 吹坂	19:40-20:30 ◎ビラUpper+ 吹坂				19:40-20:30 ◎ビラLower+ 泉	19:50-20:40 ◎ビラB&A+ 泉		20:00-20:30 ◎ビラRefBody 岩崎	19:30-20:20 ◎ビラH&L+ 岩崎			19:30-20:15 Power Basic 泉		19:40-20:30 ◎ビラB&A+ 大倉	19:40-20:30 ◎ビラH&L+ 大倉					19:40-20:30 ◎ビラLower+ 岩崎
			19:50-20:35 Power Basic 泉			20:00-20:30 ◎ビラBackStyle 河野											20:00-20:50 ◎ビラLower+ 岩崎			19:50-20:40 ◎ビラA+ 河野					
									21:00-21:30 ◎ビラcore 泉	21:10-21:55 Boost Upper&Lower 豊島		21:00-21:50 ◎ビラLower+ 岩崎	20:50-21:40 ◎ビラB&A+ 岩崎			20:50-21:40 ◎ビラUpper+ 岩崎		21:00-21:50 ◎ビラH&L+ 大倉	21:00-21:50 ◎ビラWaist+ 河野					21:00-21:50 ◎ビラUpper+ 渡邊
		21:00-21:50 ◎ビラUpper+ 岩崎	21:10-22:00 ◎ビラLower+ 岩崎	21:00-21:50 ◎ビラB&A+ 大倉	21:00-21:50 ◎ビラH&L+ 大倉	21:00-21:50 ◎ビラWaist+ 吹坂											21:20-21:50 ◎ビラcore 泉			21:10-22:00 ◎ビラLower+ 河野				

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	Aスタジオ
			08:30-09:00 ◎ﾋﾞﾗcore 泉
09:00-09:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 泉	09:00-09:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 岩崎	09:00-09:50 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 大倉	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 泉
10:20-11:10 ◎ﾋﾞﾗLower+ 岩崎	10:20-11:10 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 岩崎	10:20-11:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 大倉	10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 大倉
11:40-12:30 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 岩崎	11:40-12:10 ◎ﾋﾞﾗHipLine 渡邊	11:40-12:10 ◎ﾋﾞﾗRefBody 岩崎	12:10-12:40 ◎ﾋﾞﾗRefBody 大倉
	12:40-13:30 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 河野	12:40-13:30 ◎ﾋﾞﾗLower+ 渡邊	13:10-13:55 Boost Upper&Lower 大倉
			14:25-14:55 ◎ﾋﾞﾗRefBody 大倉
			15:25-16:10 Power Basic 泉
			16:40-17:10 ◎ﾋﾞﾗcore 泉
	17:20-18:10 ◎ﾋﾞﾗLower+ 渡邊	17:00-17:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 渡邊	17:40-18:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 大倉
18:30-19:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 渡邊	18:40-19:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 渡邊	18:20-19:10 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 岩崎	
19:50-20:40 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 河野	20:00-20:30 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 河野	19:40-20:25 Boost Upper&Lower 渡邊	
21:10-22:00 ◎ﾋﾞﾗA+ 河野	21:00-21:45 Boost Upper&Lower 渡邊	21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 岩崎	

【マシンピラティス】

強度	レッスン名		時間
2.5	◎ﾋﾞﾗLower+	Lower Body Make-up＋	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗUpper+	Upper Body Make-up＋	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗB+	Basic+	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗTotalBody	Total Body	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗRefBody	Refresh Body	30分
3	◎ﾋﾞﾗH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞﾗBackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎ﾋﾞﾗHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ﾋﾞﾗRefCore	Refresh Core	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3.5	◎ﾋﾞﾗWaist+	Waist Shape＋	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗcore	Shape up Core	30分
4	◎ﾋﾞﾗ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

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+