2026年6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06月12日02:02 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
	09:00–09:50 ◎ビラLower+ 尾見	09:00–09:30 ◎ビラRefCore 泉	09:00–09:45 Power Basic 大倉	09:00–09:50 ◎ビラUpper+ 川島	09:00–09:30 ◎ビラRefBody 岩崎	08:30–09:00 ◎ビラcore 泉	定休日	09:00–09:50 ◎ビラB+ 泉	09:00–09:50 ◎ビラLower+ 尾見	09:00–09:45 Strong Back&Arms 岩崎	09:00–09:30 ◎ビラChestSR 泉	09:00–09:45 Strong Back&Arms 川島	08:30–09:20 ◎ビラUpper+ 岩崎	定休日	09:00–09:50 ◎ビラLower+ 川島	09:00–09:45 Strong Back&Arms 大倉	09:00–09:50 ◎ビラLower+ 尾見	09:00–09:30 ◎ビラChestSR 泉	09:00–09:45 Strong Back&Arms 大倉	08:30–09:15 Strong Back&Arms 川島	定休日	09:00–09:30 ◎ビラcore 泉	09:00–09:50 ◎ビラLower+ 尾見	
						09:30–10:20 ◎ビラLower+ 尾見														09:45–10:35 ◎ビラLower+ 尾見					
	10:00–10:30 ◎ビラChestSR 泉				10:00–10:45 Strong Back&Arms 岩崎					10:15–10:45 ◎ビラRefBody 岩崎	10:00–10:50 ◎ビラH&L+ 岩崎		09:50–10:35 Power Basic 大倉					10:00–10:45 Power Waist Shape 泉			10:00–10:30 ◎ビラChestSR 泉		
	10:20–10:50 ◎ビラcore 泉		10:20–10:50 ◎ビラRefBody 大倉	10:20–11:10 ◎ビラH&L+ 川島		10:50–11:20 ◎ビラRefBody 大倉		10:20–10:50 ◎ビラcore 泉	10:20–11:10 ◎ビラUpper+ 尾見			10:20–11:10 ◎ビラB+ 大倉			10:20–11:10 ◎ビラB&A+ 川島	10:20–11:10 ◎ビラB+ 大倉	10:20–11:10 ◎ビラUpper+ 尾見		10:20–11:10 ◎ビラB+ 大倉				10:20–11:10 ◎ビラUpper+ 尾見	
		11:00–11:50 ◎ビラH&L+ 川島																		11:00–11:30 ◎ビラRefBody 岩崎		11:00–11:50 ◎ビラWaist+ 泉		
	11:20–12:10 ◎ビラB&A+ 川島		11:20–11:50 ◎ビラHipLine 泉		11:20–12:10 ◎ビラLower+ 尾見			11:20–11:50 ◎ビラRefBody 岩崎		11:15–12:05 ◎ビラB+ 大倉	11:20–12:10 ◎ビラUpper+ 尾見		11:10–12:00 ◎ビラUpper+ 尾見					11:20–12:10 ◎ビラUpper+ 岩崎					
				11:40–12:30 ◎ビラB+ 大倉		11:50–12:40 ◎ビラH&L+ 川島			11:40–12:25 Strong Hip&Legs 川島			11:40–12:10 ◎ビラRefBody 大倉			11:40–12:25 Boost Upper&Lower 尾見	11:40–12:25 Strong Hip&Legs 岩崎	11:40–12:30 ◎ビラB+ 大倉		11:40–12:10 ◎ビラRefBody 岩崎				11:40–12:30 ◎ビラB&A+ 川島	
	12:40–13:10 ◎ビラHipLine 泉	12:20–13:10 ◎ビラUpper+ 尾見	12:20–13:10 ◎ビラWaist+ 泉		12:40–13:30 ◎ビラUpper+ 尾見			12:20–13:05 Strong Back&Arms 岩崎		12:30–13:20 ◎ビラH&L+ 川島	12:40–13:25 Boost Upper&Lower 尾見	12:40–13:30 ◎ビラLower+ 尾見	12:30–13:15 Strong Back&Arms 岩崎			13:00–13:30 ◎ビラRefBody 岩崎		12:40–13:30 ◎ビラLower+ 川島	12:40–13:30 ◎ビラUpper+ 岩崎	12:00–12:45 Strong Hip&Legs 川島		12:20–13:05 Strong Hip&Legs 岩崎		
				13:00–13:50 ◎ビラLower+ 大倉					13:00–13:50 ◎ビラB&A+ 川島								13:00–13:45 Strong Back&Arms 大倉						13:00–13:45 Boost Upper&Lower 川島	
	13:40–14:30 ◎ビラLower+ 尾見									13:50–14:40 ◎ビラUpper+ 岩崎			13:45–14:30 Boost Upper&Lower 尾見							14:00–14:30 ◎ビラChestSR 泉				
				14:20–14:50 ◎ビラRefBody 大倉		14:00–14:45 Power Basic 大倉																		
													15:00–15:50 ◎ビラB+ 大倉							15:00–15:45 Boost Upper&Lower 尾見				
					15:50–16:40 ◎ビラUpper+ 尾見	15:20–16:10 ◎ビラLower+ 尾見		16:00–16:50 ◎ビラB+ 大倉	16:20–16:50 ◎ビラRefBody 大倉				16:20–17:10 ◎ビラB&A+ 岩崎							16:20–16:50 ◎ビラRefBody 泉			16:30–17:00 ◎ビラChestSR 泉	
				17:00–17:30 ◎ビラRefBody 川島		16:40–17:10 ◎ビラRefCore 泉																		
	17:00–17:50 ◎ビラH&L+ 川島		17:20–18:10 ◎ビラB+ 大倉		17:10–17:55 Boost Upper&Lower 岩崎			17:20–17:50 ◎ビラRefBody 岩崎	17:20–18:10 ◎ビラUpper+ 尾見	17:00–17:50 ◎ビラH&L+ 川島					17:00–17:50 ◎ビラUpper+ 尾見		17:00–17:45 Boost Upper&Lower 尾見	17:00–17:45 Strong Hip&Legs 岩崎	17:00–17:50 ◎ビラB&A+ 岩崎			17:00–17:45 Power Basic 大倉		
						17:40–18:25 Strong Back&Arms 川島					17:50–18:20 ◎ビラHipLine 泉		17:40–18:30 ◎ビラLower+ 大倉			17:40–18:30 ◎ビラH&L+ 岩崎				17:20–18:10 ◎ビラLower+ 岩崎			17:30–18:20 ◎ビラLower+ 尾見	
				18:00–18:50 ◎ビラUpper+ 川島																				
	18:40–19:30 ◎ビラB+ 大倉	18:20–19:05 Boost Upper&Lower 尾見	18:40–19:10 ◎ビラHipLine 泉		18:25–19:15 ◎ビラLower+ 岩崎			18:20–19:10 ◎ビラUpper+ 岩崎	18:40–19:30 ◎ビラH&L+ 川島	18:20–19:05 Strong Back&Arms 川島	18:50–19:20 ◎ビラRefCore 泉	18:40–19:30 ◎ビラLower+ 岩崎			18:20–19:10 ◎ビラLower+ 尾見	19:00–19:30 ◎ビラcore 泉	18:20–19:10 ◎ビラB+ 大倉	18:20–19:10 ◎ビラUpper+ 岩崎	18:20–19:05 Power Basic 大倉		18:20–19:10 ◎ビラB&A+ 川島		
				19:20–19:50 ◎ビラChestSR 泉																			18:45–19:30 Boost Upper&Lower 尾見	
	20:00–20:30 ◎ビラRefBody 岩崎	19:40–20:30 ◎ビラLower+ 岩崎	19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 川島		19:45–20:30 Strong Back&Arms 大倉			19:40–20:25 Power Basic 大倉	20:00–20:30 ◎ビラRefBody 大倉	19:40–20:30 ◎ビラB+ 大倉	19:55–20:40 Strong Hip&Legs 岩崎	20:00–20:30 ◎ビラChestSR 泉			19:40–20:25 Power Waist Shape 泉	20:00–20:30 ◎ビラHipLine 泉	19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 川島	19:40–20:30 ◎ビラH&L+ 川島	19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 尾見		19:40–20:25 Boost Upper&Lower 大倉	20:00–20:30 ◎ビラHipLine 泉	
				20:20–20:50 ◎ビラcore 泉																				
	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 大倉	21:00–21:45 Strong Back&Arms 岩崎	21:00–21:30 ◎ビラRefBody 岩崎	21:20–21:50 ◎ビラHipLine 泉	21:00–21:50 ◎ビラB+ 大倉			21:00–21:30 ◎ビラRefBody 大倉	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 大倉	21:00–21:45 Power Basic 大倉	21:10–22:00 ◎ビラUpper+ 岩崎	21:00–21:45 Boost Upper&Lower 尾見			21:00–21:50 ◎ビラB+ 泉	21:00–21:30 ◎ビラChestSR 泉	21:00–21:30 ◎ビラRefBody 川島	21:00–21:50 ◎ビラB&A+ 川島	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 尾見		21:00–21:30 ◎ビラRefBody 大倉	21:00–21:50 ◎ビラWaist+ 泉	

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
09:00-09:30 ◎ビラRefBody 岩崎	09:00-09:50 ◎ビラB&A+ 大倉	08:30-09:20 ◎ビラLower+ 尾見	定休日	09:00-09:45 Boost Upper&Lower 川島	09:00-09:50 ◎ビラB+ 大倉
10:00-10:45 Strong Hip&Legs 岩崎	10:20-11:10 ◎ビラB+ 大倉	09:50-10:35 Power Basic 大倉		10:15-11:05 ◎ビラH&L+ 川島	10:20-10:50 ◎ビラRefBody 大倉
11:20-12:10 ◎ビラH&L+ 川島	11:40-12:25 Boost Upper&Lower 岩崎	11:10-12:00 ◎ビラB&A+ 岩崎		11:35-12:20 Power Basic 大倉	11:20-12:10 ◎ビラWaist+ 泉
12:40-13:30 ◎ビラUpper+ 川島	13:00-13:50 ◎ビラLower+ 岩崎	12:30-13:00 ◎ビラHipLine 泉		12:50-13:20 ◎ビラRefBody 大倉	12:40-13:10 ◎ビラChestSR 泉
		14:10-15:00 ◎ビラUpper+ 尾見			
		15:30-16:20 ◎ビラLower+ 尾見			15:40-16:25 Strong Hip&Legs 岩崎
16:20-16:50 ◎ビラRefBody 岩崎	16:30-17:15 Strong Back&Arms 川島	16:50-17:35 Strong Back&Arms 岩崎		16:00-16:45 Boost Upper&Lower 尾見	
17:20-18:10 ◎ビラUpper+ 川島	17:40-18:10 ◎ビラHipLine 泉	18:00-18:30 ◎ビラRefBody 大倉		17:20-18:10 ◎ビラLower+ 岩崎	17:00-17:50 ◎ビラUpper+ 川島
18:40-19:30 ◎ビラH&L+ 岩崎	18:40-19:10 ◎ビラcore 泉			18:40-19:10 ◎ビラRefBody 岩崎	18:20-19:05 Power Basic 大倉
20:00-20:30 ◎ビラRefCore 泉	19:40-20:30 ◎ビラLower+ 川島			19:40-20:25 Strong Hip&Legs 岩崎	19:40-20:30 ◎ビラLower+ 川島
21:00-21:30 ◎ビラChestSR 泉	21:00-21:50 ◎ビラUpper+ 川島			21:00-21:50 ◎ビラUpper+ 尾見	21:00-21:30 ◎ビラRefBody 岩崎

【マシンピラティス】

強度	レッスン名		時間
2.5	◎ビラLower+	Lower Body Make-up＋	50分
2.5	◎ビラUpper+	Upper Body Make-up＋	50分
2.5	◎ビラB+	Basic+	50分
2.5	◎ビラRefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ビラChestSR	Chest Spine Release	30分
3	◎ビラH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ビラHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ビラRefCore	Refresh Core	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3.5	◎ビラWaist+	Waist Shape＋	50分
3.5	◎ビラB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ビラcore	Shape up Core	30分
3.5	Strong Hip&Legs	Strong Hip&Legs	45分
3.5	Strong Back&Arms	Strong Back&Arms	45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

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+