2026年2月レッスンスケジュール Rintosull 駒込店(全スタジオ:女性専用)

※2026年02月26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(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	09:00-09:30 ◎ビラBackStyle 亀井 10:10-11:00 ◎ビラLower+ 亀井 11:40-12:25 Power Basic 亀井 16:30-17:20 ◎ビラWaist+ 牧山 18:00-18:50 ◎ビラUpper+ 牧山 19:30-20:00 ◎ビラBackStyle 山田 20:40-21:30 ◎ビラB+ 牧山	09:00-09:50 ◎ビラUpper+ 亀井 10:30-11:00 ◎ビラStretchC 亀井 11:40-12:30 ◎ビラLower+ 横田 13:00-13:30 ◎ビラStretchC 横田 18:00-18:30 ◎ビラPerBackBody 山田 19:10-20:00 ◎ビラWaist+ 牧山 20:40-21:30 ◎ビラUpper+ 牧山	09:00-09:30 ◎ビラPerBackBody 山田 10:10-11:00 ◎ビラWaist+ 亀井 11:40-12:10 ◎ビラStretchC 亀井 12:50-13:40 ◎ビラLower+ 牧山 16:40-17:30 ◎ビラUpper+ 牧山 18:00-18:30 ◎ビラRefCore 亀井 19:10-20:00 ◎ビラB+ 牧山 20:40-21:30 ◎ビラWaist+ 牧山	09:00-09:50 ◎ビラH&L+ 竹前 10:30-11:20 ◎ビラUpper+ 竹前 16:30-17:20 ◎ビラLower+ 竹前 18:00-18:30 ◎ビラRefBody 竹前 19:10-20:00 ◎ビラUpper+ 亀井 20:40-21:30 ◎ビラH&L+ 亀井	09:00-09:50 ◎ビラLower+ 宜保 10:30-11:00 ◎ビラStretchC 宜保 11:40-12:30 ◎ビラUpper+ 宜保 13:00-13:50 ◎ビラWaist+ 牧山 16:20-17:10 ◎ビラUpper+ 牧山 17:40-18:30 ◎ビラLower+ 牧山 19:10-20:00 ◎ビラB&A+ 竹前 20:40-21:30 ◎ビラLower+ 竹前	08:30-09:00 ◎ビラTotalBody 亀井 09:40-10:10 ◎ビラStretchC 亀井 10:50-11:40 ◎ビラUpper+ 牧山 12:20-13:10 ◎ビラLower+ 牧山 13:50-14:20 ◎ビラTotalBody 亀井 15:00-15:50 ◎ビラUpper+ 竹前 16:30-17:15 Boost Upper&Lower 竹前 18:00-18:50 ◎ビラLower+ 牧山	定休日	09:00-09:50 ◎ビラUpper+ 牧山 10:30-11:20 ◎ビラWaist+ 牧山 12:00-12:50 ◎ビラLower+ 山田 13:30-14:20 ◎ビラUpper+ 竹前 16:30-17:20 ◎ビラUpper+ 牧山 18:00-18:30 ◎ビラRefBody 竹前 19:10-20:00 ◎ビラH&L+ 竹前 20:40-21:30 ◎ビラB&A+ 山田	09:00-09:50 ◎ビラWaist+ 牧山 10:30-11:20 ◎ビラLower+ 牧山 12:30-13:20 ◎ビラUpper+ 木下 13:50-14:40 ◎ビラLower+ 牧山 16:30-17:20 ◎ビラLower+ 竹前 18:00-18:50 ◎ビラB&A+ 竹前 19:30-20:00 ◎ビラRefBody 竹前 20:40-21:30 ◎ビラJumpM 山田	08:30-09:15 Boost Upper&Lower 亀井 10:00-10:50 ◎ビラB+ 牧山 11:30-12:20 ◎ビラLower+ 竹前 13:00-13:30 ◎ビラRefBody 竹前 14:10-14:40 ◎ビラStretchC 亀井 15:20-16:10 ◎ビラUpper+ 牧山 16:50-17:40 ◎ビラLower+ 牧山 18:20-18:50 ◎ビラRefBody 竹前	09:00-09:30 ◎ビラBackStyle 山田 10:10-10:40 Rin-Ballet 山田 11:20-11:50 ◎ビラPerBackBody 山田 12:30-13:20 ◎ビラUpper+ 亀井 14:00-14:30 ◎ビラBackStyle 亀井 18:00-18:50 ◎ビラJumpM 山田 19:30-20:00 ◎ビラTotalBody 亀井 20:40-21:30 ◎ビラLower+ 亀井	09:00-09:50 ◎ビラB&A+ 竹前 10:30-11:20 ◎ビラLower+ 竹前 16:30-17:20 ◎ビラUpper+ 竹前 18:00-18:30 ◎ビラRefBody 竹前 19:10-20:00 ◎ビラH&L+ 亀井 20:40-21:30 ◎ビラB&A+ 亀井	08:30-09:20 ◎ビラUpper+ 諏訪 10:00-10:50 ◎ビラLower+ 諏訪 11:30-12:00 ◎ビラBackStyle 亀井 12:40-13:30 ◎ビラLower+ 竹前 14:10-14:40 ◎ビラRefBody 竹前 15:20-15:50 ◎ビラRefCore 牧山 16:30-17:15 Boost Upper&Lower 亀井 17:50-18:20 ◎ビラStretchC 亀井	定休日	09:00-09:30 ◎ビラRefBody 竹前 10:10-11:00 ◎ビラUpper+ 木下 11:40-12:30 ◎ビラLower+ 木下 13:10-14:00 ◎ビラH&L+ 竹前 17:00-17:50 ◎ビラUpper+ 竹前 18:30-19:00 ◎ビラTotalBody 亀井 19:40-20:25 Power Basic 亀井 21:00-21:30 ◎ビラStretchC 亀井	09:00-09:50 ◎ビラLower+ 横田 10:30-11:00 ◎ビラRefBody 横田 11:50-12:40 ◎ビラLower+ 竹前 19:10-20:00 ◎ビラUpper+ 牧山 20:40-21:30 ◎ビラH&L+ 亀井	09:00-09:50 ◎ビラB&A+ 竹前 10:30-11:20 ◎ビラLower+ 比屋根 12:00-12:30 ◎ビラTotalBody 比屋根 13:00-13:50 ◎ビラUpper+ 竹前 16:30-17:20 ◎ビラLower+ 牧山 18:00-18:50 ◎ビラB+ 牧山 19:30-20:20 ◎ビラWaist+ 比屋根 21:00-21:30 ◎ビラTotalBody 比屋根	09:00-09:30 ◎ビラStretchC 亀井 10:10-10:40 ◎ビラBackStyle 亀井 11:20-12:10 ◎ビラLower+ 亀井 13:00-13:50 ◎ビラLower+ 竹前 16:50-17:20 ◎ビラRefBody 竹前 18:00-18:30 ◎ビラRefCore 牧山 19:10-20:00 ◎ビラLower+ 牧山 20:40-21:30 ◎ビラUpper+ 牧山	09:00-09:30 ◎ビラTotalBody 亀井 10:10-10:55 Boost Upper&Lower 亀井 11:30-12:20 ◎ビラH&L+ 亀井 13:00-13:50 ◎ビラUpper+ 牧山 17:10-17:40 ◎ビラRefCore 牧山 19:50-20:20 ◎ビラRefCore 亀井 21:00-21:30 ◎ビラPerBackBody 山田	08:30-09:20 ◎ビラH&L+ 亀井 10:00-10:30 ◎ビラBackStyle 亀井 11:10-12:00 ◎ビラLower+ 竹前 12:40-13:10 ◎ビラRefBody 竹前 16:50-17:20 ◎ビラStretchC 亀井 18:00-18:45 Boost Upper&Lower 竹前	定休日	08:30-09:00 ◎ビラStretchC 亀井 09:40-10:10 ◎ビラTotalBody 亀井 10:50-11:40 ◎ビラUpper+ 牧山 12:20-13:10 ◎ビラLower+ 竹前 15:00-15:50 ◎ビラLower+ 牧山 16:30-17:00 ◎ビラBackStyle 亀井 17:40-18:30 ◎ビラUpper+ 竹前 19:10-19:40 ◎ビラRefBody 竹前	09:00-09:50 ◎ビラUpper+ 牧山 10:30-11:20 ◎ビラB+ 牧山 12:00-12:50 ◎ビラLower+ 比屋根 13:30-14:00 ◎ビラTotalBody 比屋根 16:30-17:20 ◎ビラUpper+ 牧山 18:00-18:30 ◎ビラRefCore 牧山 19:10-19:55 Power Basic 亀井 20:40-21:30 ◎ビラLower+ 亀井

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
			08:30-09:15 Boost Upper&Lower 亀井
09:00-09:50 ◎ピラJumpM 山田	09:00-09:45 Boost Upper&Lower 比屋根	09:00-09:30 ◎ピラBackStyle 亀井	
			10:00-10:30 ◎ピラStretchC 亀井
10:30-11:00 ◎ピラPerBackBody 山田	10:30-11:00 ◎ピラHipLine 比屋根	10:10-11:00 ◎ピラUpper+ 亀井	
			11:10-12:00 ◎ピラLower+ 竹前
11:40-12:30 ◎ピラH&L+ 竹前	11:40-12:30 ◎ピラUpper+ 牧山	11:40-12:30 ◎ピラLower+ 亀井	
			12:40-13:10 ◎ピラRefBody 竹前
	13:10-13:40 ◎ピラRefCore 牧山	13:10-14:00 ◎ピラUpper+ 牧山	
			14:10-15:00 ◎ピラLower+ 竹前
			15:40-16:10 Rin-Ballet 山田
16:30-17:15 Boost Upper&Lower 亀井	16:30-17:15 Power Basic 比屋根	16:30-17:20 ◎ピラH&L+ 竹前	16:50-17:20 ◎ピラPerBackBody 山田
18:00-18:50 ◎ピラLower+ 竹前	18:00-18:50 ◎ピラUpper+ 竹前	18:00-18:30 ◎ピラRefBody 竹前	
19:30-20:00 ◎ピラRefBody 竹前	19:30-20:00 ◎ピラRefBody 竹前	19:10-20:00 ◎ピラUpper+ 牧山	
20:40-21:30 ◎ピラB&A+ 亀井	20:40-21:30 ◎ピラJumpM 山田	20:40-21:30 ◎ピラWaist+ 牧山	

【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	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

◎ … 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+