2026年6月レッスンスケジュール Rintosull 伊都店(全スタジオ:女性専用)

※2026年05月26日02:09 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	－
						08:00-08:45 Strong Hip&Legs 岩崎							08:00-08:30 ◎ビラChestSR 川添							08:00-08:50 ◎ビラLower+ 吉積				
	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 川添	09:30-10:00 ◎ビラChestSR 川添	09:30-10:15 Strong Back&Arms 川添	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 川添	09:30-10:15 Boost Upper&Lower 岩崎	09:20-10:10 ◎ビラUpper+ 岩崎		09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 堀	09:30-10:00 ◎ビラRefBody 住田	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 住田	09:30-10:15 Boost Upper&Lower 住田	09:30-10:00 ◎ビラBackStyle 岩崎	09:00-09:50 ◎ビラB+ 川添		09:30-10:20 ◎ビラJumpM 小山	09:30-10:20 ◎ビラB+ 堀	09:30-10:00 Rin-Ballet 岩崎	09:30-10:20 ◎ビラH&L+ 川添	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 吉積	09:20-10:10 ◎ビラB+ 堀		09:30-10:00 ◎ビラRefBody 住田	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 吉積	
	10:50-11:35 Strong Back&Arms 川添	10:30-11:20 ◎ビラB+ 川添	10:50-11:40 ◎ビラLower+ 吉積	10:50-11:35 Power Basic 川添	10:50-11:20 ◎ビラHipLine 川添	10:40-11:30 ◎ビラLower+ 住田		10:50-11:20 ◎ビラStretchC 小山	10:30-11:20 ◎ビラUpper+ 住田	10:50-11:35 Strong Back&Arms 住田	10:50-11:40 ◎ビラB+ 吉積	10:30-11:20 ◎ビラLower+ 吉積	10:20-11:10 ◎ビラUpper+ 堀		10:50-11:20 ◎ビラcore 小山	10:50-11:35 Power Waist Shape 堀	10:30-11:20 ◎ビラLower+ 堀	10:50-11:40 ◎ビラUpper+ 堀	10:50-11:20 ◎ビラRefBody 住田	10:40-11:25 Power Waist Shape 吉積		10:30-11:20 ◎ビラB+ 堀	10:50-11:20 ◎ビラTotalBody 岩崎	
	12:10-13:00 ◎ビラB+ 吉積	11:50-12:40 ◎ビラUpper+ 住田	12:10-13:00 ◎ビラB+ 吉積	12:10-12:40 ◎ビラBackStyle 岩崎	11:50-12:20 ◎ビラChestSR 川添	12:00-12:30 ◎ビラRefBody 住田		11:50-12:40 ◎ビラJumpM 小山	11:50-12:20 ◎ビラChestSR 川添	12:10-13:00 ◎ビラWaist+ 川添	12:10-13:00 ◎ビラLower+ 吉積	11:50-12:35 Power Waist Shape 吉積	11:40-12:10 ◎ビラTotalBody 岩崎		11:50-12:40 ◎ビラLower+ 吉積	12:10-13:00 ◎ビラLower+ 吉積	11:50-12:35 Power Basic 堀	12:10-12:40 ◎ビラControlF 堀	11:50-12:20 ◎ビラRefCore 吉積	12:00-12:50 ◎ビラH&L+ 住田		11:50-12:35 Power Waist Shape 堀	11:50-12:40 ◎ビラH&L+ 住田	
					12:50-13:35 Power Basic 吉積	13:00-13:30 ◎ビラRefCore 岩崎					13:30-14:00 ◎ビラRefBody 住田		12:40-13:25 Strong Hip&Legs 住田							13:20-14:10 ◎ビラUpper+ 住田				
	14:30-15:00 ◎ビラPerBackBody 堀	14:00-14:50 ◎ビラJumpM 小山		14:00-14:30 ◎ビラcore 小山		14:20-15:05 Boost Upper&Lower 吉積	定休日	14:30-15:00 ◎ビラcore 小山		15:00-15:30 ◎ビラHipLine 川添		14:30-15:00 Rin-Ballet 岩崎	14:00-14:50 ◎ビラLower+ 川添	定休日	14:00-14:30 ◎ビラBackStyle 岩崎			14:00-14:30 Rin-Ballet 岩崎		14:40-15:10 ◎ビラControlF 堀	定休日	14:40-15:10 ◎ビラRefBody 住田	14:30-15:00 ◎ビラStretchC 小山	臨時休業
			15:00-15:30 Rin-Ballet 岩崎							15:00-15:30 ◎ビラHipLine 川添		15:30-16:00 ◎ビラControlF 堀	15:20-16:05 Strong Back&Arms 住田		15:00-15:30 ◎ビラStretchC 小山	15:00-15:45 Boost Upper&Lower 川添		15:00-15:50 ◎ビラUpper+ 渡辺					
			16:00-16:30 ◎ビラHipLine 川添			15:40-16:30 ◎ビラB+ 吉積					15:30-16:15 Strong Hip&Legs 住田									15:40-16:25 Boost Upper&Lower 堀					
													16:40-17:10 Rin-Ballet 岩崎				16:30-17:00 ◎ビラControlF 堀							
		17:20-17:50 ◎ビラChestSR 小山		17:20-18:10 ◎ビラJumpM 小山	17:20-17:50 ◎ビラPerBackBody 堀	17:00-17:30 ◎ビラRefBody 住田		17:20-17:50 ◎ビラHipLine 川添		17:20-17:50 ◎ビラTotalBody 岩崎			17:40-18:10 ◎ビラControlF 堀		17:20-17:50 ◎ビラChestSR 川添	17:20-18:10 ◎ビラUpper+ 吉積		17:40-18:10 ◎ビラRefBody 住田		17:00-17:30 ◎ビラRefBody 住田		17:20-17:50 Rin-Ballet 岩崎	17:20-18:10 ◎ビラJumpM 小山	
	18:25-19:10 Power Basic 堀	18:20-19:10 ◎ビラWaist+ 吉積	18:40-19:25 Strong Hip&Legs 堀	18:40-19:10 ◎ビラPerBackBody 堀	18:20-19:05 Power Basic 吉積			18:20-19:10 ◎ビラB&A+ 堀	18:20-19:05 Power Basic 堀	18:20-19:05 Strong Hip&Legs 川添	18:10-19:00 ◎ビラUpper+ 川添	18:20-19:10 ◎ビラB&A+ 住田			18:20-19:10 ◎ビラLower+ 住田	18:40-19:30 ◎ビラH&L+ 住田	18:20-19:10 ◎ビラB+ 吉積	18:40-19:10 ◎ビラPerBackBody 堀	18:40-19:25 Boost Upper&Lower 川添			18:20-19:05 Strong Hip&Legs 岩崎	18:40-19:30 ◎ビラUpper+ 川添	
	19:40-20:30 ◎ビラB&A+ 堀	19:40-20:30 ◎ビラUpper+ 吉積	20:00-20:30 ◎ビラTotalBody 岩崎	19:40-20:30 ◎ビラLower+ 小山	19:40-20:30 ◎ビラLower+ 堀			19:40-20:30 ◎ビラUpper+ 吉積	19:40-20:30 ◎ビラLower+ 吉積	19:40-20:30 ◎ビラB+ 吉積	19:40-20:30 ◎ビラWaist+ 吉積	19:35-20:25 ◎ビラUpper+ 住田			19:40-20:25 Power Basic 岩崎	20:00-20:30 ◎ビラRefBody 住田	19:40-20:25 Boost Upper&Lower 吉積	19:40-20:30 ◎ビラLower+ 渡辺	20:00-20:30 ◎ビラHipLine 川添			19:40-20:30 ◎ビラUpper+ 川添	20:00-20:30 ◎ビラChestSR 川添	
	21:00-21:50 ◎ビラUpper+ 吉積	21:00-21:30 ◎ビラStretchC 小山	21:00-21:50 ◎ビラLower+ 堀	21:00-21:45 Strong Back&Arms 住田	21:00-21:30 ◎ビラRefBody 住田			21:00-21:30 ◎ビラChestSR 川添	21:00-21:50 ◎ビラWaist+ 吉積	21:00-21:45 Boost Upper&Lower 岩崎	21:00-21:30 ◎ビラChestSR 川添	21:00-21:50 ◎ビラLower+ 堀			21:00-21:50 ◎ビラUpper+ 住田	21:00-21:50 ◎ビラB+ 川添	21:00-21:50 ◎ビラH&L+ 住田	21:00-21:50 ◎ビラUpper+ 渡辺	21:00-21:50 ◎ビラB&A+ 堀			21:00-21:30 ◎ビラHipLine 川添	21:00-21:30 ◎ビラRefCore 小山	

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
		08:00-08:30 ◎ピラPerBackBody 堀			
		09:00-09:45 Boost Upper&Lower 岩崎			
09:30-10:00 ◎ピラRefCore 川添	09:30-10:20 ◎ピラLower+ 石松			09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 石松	09:30-10:15 Strong Back&Arms 川添
		10:20-11:10 ◎ピラB+ 吉積			
10:30-11:20 ◎ピラLower+ 堀	10:50-11:20 ◎ピラControlF 堀			10:50-11:40 ◎ピラLower+ 石松	10:50-11:40 ◎ピラUpper+ 石松
11:50-12:20 Rin-Ballet 岩崎	11:50-12:40 ◎ピラUpper+ 石松	11:40-12:30 ◎ピラB&A+ 堀		12:10-12:55 Power Basic 吉積	12:10-13:00 ◎ピラLower+ 石松
12:50-13:35 Boost Upper&Lower 川添					
		13:20-14:10 ◎ピラLower+ 川添			
		14:40-15:10 ◎ピラTotalBody 岩崎			
	15:00-15:50 ◎ピラLower+ 石松				15:00-15:50 ◎ピラLower+ 石松
		15:40-16:30 ◎ピラUpper+ 吉積			
		17:00-17:30 ◎ピラRefBody 川添			17:20-17:50 ◎ピラTotalBody 岩崎
17:40-18:10 ◎ピラControlF 堀					
					18:20-19:10 ◎ピラB&A+ 住田
18:40-19:30 ◎ピラUpper+ 住田	18:40-19:10 ◎ピラRefCore 吉積			18:40-19:10 ◎ピラRefBody 住田	
20:00-20:30 ◎ピラRefBody 住田	19:40-20:30 ◎ピラUpper+ 吉積			19:40-20:30 ◎ピラH&L+ 堀	19:40-20:30 ◎ピラLower+ 住田
21:00-21:50 ◎ピラLower+ 吉積	21:00-21:45 Power Basic 川添			21:00-21:50 ◎ピラUpper+ 住田	21:00-21:30 ◎ピラPerBackBody 堀

【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
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
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	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+