2026年7月レッスンスケジュール Rintosull イオンモール天童店(全スタジオ:女性専用)

※2026年06月18日02:08 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(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)	12日(日)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)	19日(日)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)
	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
	09:30–10:20 ◎ピラH&L+ 比嘉	09:30–10:20 ◎ピラB&A+ 早坂	09:30–10:20 ◎ピラLower+ 齋藤	09:30–10:00 ◎ピラBackStyle 小林	定休日	09:30–10:00 ◎ピラChestSR 高野	09:30–10:20 ◎ピラLower+ 比嘉	09:30–10:00 ◎ピラBackStyle 小林	09:30–10:00 ◎ピラChestSR 齋藤	09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 小林	09:30–10:20 ◎ピラH&L+ 早坂	定休日	09:30–10:00 ◎ピラPerBackBody 元田	09:30–10:20 ◎ピラLower+ 齋藤	09:30–10:20 ◎ピラB&A+ 齋藤	09:30–10:00 SP 高野	09:30–10:20 ◎ピラLower+ 小林	09:30–10:00 ◎ピラBackStyle 元田	定休日	09:30–10:00 SP 小林	09:30–10:20 ◎ピラLower+ 早坂	09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 早坂	09:30–10:20 ◎ピラH&L+ 早坂	09:30–10:20 ◎ピラB&A+ 早坂
	10:50–11:40 ◎ピラB&A+ 比嘉	10:50–11:40 ◎ピラLower+ 早坂	10:50–11:40 ◎ピラWaist+ 元田	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 小林		10:30–11:00 Rin-Ballet 高野	10:50–11:40 ◎ピラB&A+ 比嘉	10:30–11:20 ◎ピラB+ 小林	10:30–11:20 ◎ピラB&A+ 齋藤	10:50–11:20 ◎ピラTotalBody 小林	10:50–11:40 ◎ピラUpper+ 早坂		10:30–11:20 ◎ピラB+ 元田	10:50–11:20 ◎ピラChestSR 齋藤	10:50–11:40 ◎ピラLower+ 齋藤	10:30–11:00 Rin-Ballet 高野	10:50–11:35 Strong Back&Arms 小林	10:30–11:00 SP 元田		10:30–11:20 ◎ピラH&L+ 小林	10:50–11:40 ◎ピラB&A+ 早坂	10:50–11:20 ◎ピラRefBody 早坂	10:50–11:20 SP 高野	10:50–11:40 ◎ピラLower+ 早坂
	12:10–12:40 ◎ピラBackStyle 小林	12:10–12:40 ◎ピラPerBackBody 比嘉	12:10–12:40 ◎ピラBackStyle 小林	11:50–12:40 ◎ピラUpper+ 元田		11:30–12:20 ◎ピラUpper+ 小林	12:10–13:00 ◎ピラH&L+ 齋藤	11:50–12:40 ◎ピラUpper+ 比嘉	11:50–12:40 ◎ピラLower+ 小林	11:50–12:40 ◎ピラB&A+ 元田	12:10–13:00 ◎ピラLower+ 小林		11:50–12:40 ◎ピラA+ 高野	11:50–12:40 ◎ピラH&L+ 早坂	12:10–12:40 ◎ピラStretchC 元田	11:30–12:20 ◎ピラUpper+ 早坂	12:05–12:55 ◎ピラH&L+ 早坂	11:30–12:20 ◎ピラUpper+ 齋藤		11:50–12:40 ◎ピラB+ 齋藤	12:10–12:40 SP 小林	11:50–12:20 ◎ピラBackStyle 元田	11:50–12:40 ◎ピラLower+ 早坂	12:10–12:40 ◎ピラBackStyle 元田
	13:10–14:00 ◎ピラLower+ 小林	13:10–14:00 ◎ピラWaist+ 比嘉		13:10–13:55 Power Basic 元田		12:50–13:40 ◎ピラWaist+ 比嘉	13:30–14:00 ◎ピラRefCore 齋藤	13:10–14:00 ◎ピラWaist+ 比嘉	13:10–14:00 ◎ピラUpper+ 小林	13:05–13:55 ◎ピラLower+ 早坂	13:30–14:00 ◎ピラRefCore 齋藤		13:10–14:00 ◎ピラH&L+ 早坂	13:00–13:50 ◎ピラUpper+ 元田	13:10–13:40 ◎ピラcore 元田	12:50–13:40 ◎ピラB+ 齋藤	13:25–13:55 SP 元田	12:50–13:40 ◎ピラB+ 元田		13:10–13:40 ◎ピラChestSR 元田	12:50–13:20 SP 元田	13:10–13:40 ◎ピラBackStyle 小林	13:10–13:40 SP 高野
	16:40–17:30 ◎ピラWaist+ 元田	16:10–16:55 Boost Upper&Lower 早坂		14:25–15:15 ◎ピラB&A+ 比嘉					16:25–16:55 ◎ピラStretchC 比嘉	16:10–17:00 ◎ピラUpper+ 早坂	14:30–15:00 ◎ピラControlF 小林				16:40–17:30 ◎ピラWaist+ 齋藤	16:40–17:10 ◎ピラPerBackBody 高野	16:10–16:40 SP 小林	14:10–15:00 ◎ピラB&A+ 小林			16:20–17:10 ◎ピラH&L+ 早坂	16:20–16:50 ◎ピラTotalBody 小林		16:00–16:50 ◎ピラUpper+ 早坂
				15:45–16:30 Power Waist Shape 比嘉			16:25–17:15 ◎ピラUpper+ 早坂				15:30–16:20 ◎ピラB&A+ 早坂							15:30–16:20 ◎ピラWaist+ 小林		15:25–16:15 ◎ピラUpper+ 小林				
				17:00–17:30 ◎ピラChestSR 元田		17:20–17:50 ◎ピラStretchC 比嘉	17:45–18:15 ◎ピラStretchC 比嘉	17:20–17:50 ◎ピラControlF 小林	17:25–18:15 ◎ピラWaist+ 齋藤	17:30–18:00 ◎ピラRefBody 早坂	16:45–17:15 ◎ピラChestSR 齋藤		17:25–17:55 Rin-Ballet 高野	17:10–18:00 ◎ピラB+ 齋藤		17:40–18:10 ◎ピラRefBody 早坂	17:10–18:00 ◎ピラUpper+ 早坂	17:00–17:30 ◎ピラChestSR 齋藤		16:45–17:15 SP 齋藤		17:25–18:15 ◎ピラLower+ 元田	17:20–18:10 ◎ピラUpper+ 小林	17:20–18:10 ◎ピラA+ 高野
			17:40–18:10 ◎ピラStretchC 比嘉	18:00–18:30 ◎ピラPerBackBody 比嘉							17:45–18:30 Boost Upper&Lower 齋藤									17:45–18:30 Power Waist Shape 齋藤				
	18:00–18:50 ◎ピラB+ 元田					18:20–18:50 ◎ピラBackStyle 小林		18:20–18:50 ◎ピラPerBackBody 比嘉		18:40–19:30 ◎ピラB+ 小林			18:25–19:15 ◎ピラLower+ 早坂	18:30–19:20 ◎ピラB&A+ 早坂	18:00–18:50 ◎ピラLower+ 元田		18:25–19:15 ◎ピラLower+ 早坂	18:00–18:30 SP 齋藤					
		18:25–19:15 ◎ピラB+ 比嘉					18:45–19:15 ◎ピラChestSR 齋藤		18:45–19:15 ◎ピラControlF 小林							18:40–19:30 ◎ピラLower+ 早坂			18:40–19:30 ◎ピラLower+ 小林	18:45–19:30 Strong Back&Arms 早坂	18:40–19:10 SP 小林	18:40–19:10 Rin-Ballet 高野
	19:25–20:15 ◎ピラUpper+ 齋藤		18:40–19:30 ◎ピラA+ 高野			19:25–20:10 Strong Hip&Legs 早坂	19:45–20:15 ◎ピラRefBody 早坂	19:25–20:15 ◎ピラLower+ 齋藤					19:45–20:30 Strong Back&Arms 小林	19:45–20:15 ◎ピラBackStyle 元田	19:25–20:15 ◎ピラUpper+ 早坂		19:45–20:15 ◎ピラBackStyle 元田					19:40–20:10 Rin-Ballet 高野	19:40–20:25 Strong Back&Arms 元田
		19:45–20:30 Strong Hip&Legs 元田	20:00–20:30 ◎ピラRefBody 早坂						19:45–20:30 Power Basic 比嘉	20:00–20:30 ◎ピラcore 元田						20:00–20:30 ◎ピラChestSR 齋藤				20:00–20:30 ◎ピラChestSR 元田	20:00–20:30 SP 小林		
	20:45–21:30 Power Basic 齋藤	21:00–21:30 ◎ピラBackStyle 元田	21:00–21:30 Rin-Ballet 高野			20:40–21:30 ◎ピラLower+ 早坂	20:45–21:30 Boost Upper&Lower 早坂	20:45–21:30 Power Waist Shape 齋藤	21:00–21:30 ◎ピラRefBody 比嘉	21:00–21:30 ◎ピラBackStyle 元田			21:00–21:30 ◎ピラTotalBody 小林	20:45–21:30 Power Waist Shape 元田	20:45–21:30 Strong Hip&Legs 早坂	21:00–21:30 SP 齋藤	20:45–21:30 Power Basic 元田			21:00–21:30 SP 元田	21:00–21:30 ◎ピラControlF 小林	20:40–21:30 ◎ピラA+ 高野	21:00–21:30 SP 元田

25日(土)	26日(日)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)	31日(金)
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
09:30-10:20 ◎ピラH&L+ 元田	定休日	09:30-10:20 ◎ピラLower+ 早坂	09:30-10:00 ◎ピラBackStyle 小林	09:30-10:00 ◎ピラTotalBody 元田	09:30-10:00 ◎ピラChestSR 齋藤	09:30-10:00 ◎ピラBackStyle 小林
10:50-11:20 ◎ピラBackStyle 元田		10:50-11:40 ◎ピラUpper+ 早坂	10:30-11:20 ◎ピラB+ 小林	10:30-11:00 ◎ピラBackStyle 元田	10:30-11:20 ◎ピラH&L+ 齋藤	10:30-11:20 ◎ピラUpper+ 小林
11:50-12:20 SP 小林		12:10-12:40 SP 齋藤	11:50-12:40 ◎ピラUpper+ 元田	11:30-12:00 SP 小林	11:50-12:20 ◎ピラStretchC 元田	11:50-12:20 SP 齋藤
12:50-13:35 Boost Upper&Lower 小林		13:10-13:40 ◎ピラChestSR 齋藤	13:10-13:40 SP 元田	12:30-13:15 Boost Upper&Lower 早坂	12:50-13:20 SP 高野	12:50-13:40 ◎ピラB&A+ 早坂
14:20-14:50 SP 元田						
15:20-15:50 ◎ピラControlF 小林						
16:20-17:05 Strong Hip&Legs 早坂		16:30-17:00 ◎ピラBackStyle 元田	16:25-17:15 ◎ピラLower+ 早坂			16:40-17:10 ◎ピラTotalBody 小林
17:40-18:30 ◎ピラUpper+ 早坂		17:30-18:20 ◎ピラH&L+ 早坂	17:45-18:15 ◎ピラTotalBody 元田	17:40-18:10 ◎ピラChestSR 齋藤	17:25-17:55 Rin-Ballet 高野	17:40-18:30 ◎ピラLower+ 早坂
		18:50-19:35 Boost Upper&Lower 齋藤	18:45-19:15 SP 小林	18:40-19:10 ◎ピラRefBody 早坂	18:25-19:15 ◎ピラA+ 高野	19:00-19:30 ◎ピラRefBody 早坂
		20:00-20:30 SP 元田	19:45-20:30 Strong Hip&Legs 早坂	19:40-20:30 ◎ピラA+ 高野	19:45-20:15 SP 元田	20:00-20:30 ◎ピラChestSR 齋藤
		21:00-21:30 ◎ピラcore 元田	21:00-21:30 ◎ピラRefBody 早坂	21:00-21:30 SP 高野	20:45-21:30 Power Basic 元田	21:00-21:30 SP 齋藤

【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	◎ピラA+	Advance+	50分
4	Power Waist Shape	Power Waist Shape	45分

【SP:特別レッスン】

♛＝トップインストラクター

レッスン日時		強度	レッスン名	担当インストラクター
16(木)	09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	高野未来
16(木)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	齋藤葵
17(金)	13:25-13:55	3	Rintosull MIX Summer 2026	元田愛李
17(金)	16:10-16:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	小林菜貴
18(土)	10:30-11:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	元田愛李
18(土)	18:00-18:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	齋藤葵
20(月)	09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	小林菜貴
20(月)	16:45-17:15	3	Rintosull MIX Summer 2026	齋藤葵
21(火)	12:10-12:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	小林菜貴
21(火)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	元田愛李
22(水)	12:50-13:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	元田愛李
22(水)	20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	小林菜貴
23(木)	10:50-11:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	高野未来
23(木)	18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	小林菜貴
24(金)	13:10-13:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	高野未来
24(金)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	元田愛李
25(土)	11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	小林菜貴
25(土)	14:20-14:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	元田愛李
27(月)	12:10-12:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	齋藤葵
27(月)	20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	元田愛李
28(火)	13:10-13:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	元田愛李
28(火)	18:45-19:15	3	Rintosull MIX Summer 2026	小林菜貴
29(水)	11:30-12:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	小林菜貴
29(水)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	高野未来
30(木)	12:50-13:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	高野未来
30(木)	19:45-20:15	3	Rintosull MIX Summer 2026	元田愛李
31(金)	11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	齋藤葵
31(金)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	齋藤葵

◎ … 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）

10分
レッスン前
10分講座
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+