2026年6月レッスンスケジュール Rintosull イオン三好店(全スタジオ:女性専用)

※2026年05月25日02:06 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
	10:00–10:30 ◎ビラHipLine 濵田	10:00–10:30 ◎ビラTotalBody 濵田	10:00–10:50 ◎ビラLower+ 神谷	10:00–10:50 ◎ビラUpper+ 神谷	10:00–10:30 ◎ビラHipLine 濵田	10:00–10:30 ◎ビラcore 麻生		10:00–10:50 ◎ビラUpper+ 濵田	10:00–10:45 Boost Upper&Lower 新垣	10:00–10:30 ◎ビラRefCore 杉元	10:00–10:50 ◎ビラLower+ 杉元	10:00–10:30 ◎ビラChestSR 新垣	10:00–10:50 ◎ビラLower+ 濵田		10:00–10:50 ◎ビラB+ 杉元	10:00–10:30 ◎ビラBackStyle 濵田	10:00–10:50 ◎ビラWaist+ 神谷	10:00–10:30 ◎ビラChestSR 新垣	10:00–10:50 ◎ビラUpper+ 杉元	10:00–10:50 ◎ビラH&L+ 麻生		10:00–10:50 ◎ビラLower+ 杉元	10:00–10:50 ◎ビラH&L+ 神谷	10:00–10:50 ◎ビラUpper+ 杉元
	11:00–11:50 ◎ビラB+ 新垣	11:00–11:50 ◎ビラUpper+ 麻生	11:20–11:50 ◎ビラHipLine 濵田	11:20–12:10 ◎ビラLower+ 杉元	11:00–11:45 Boost Upper&Lower 新垣	11:00–11:30 ◎ビラTotalBody 濵田		11:20–12:10 ◎ビラH&L+ 麻生	11:20–12:10 ◎ビラLower+ 神谷	11:00–11:50 ◎ビラUpper+ 神谷	11:20–11:50 ◎ビラTotalBody 神谷	11:00–11:30 ◎ビラcore 麻生	11:20–11:50 ◎ビラRefCore 神谷		11:20–11:50 ◎ビラChestSR 新垣	11:00–11:50 ◎ビラUpper+ 麻生	11:20–12:10 ◎ビラB+ 麻生	11:00–11:50 ◎ビラLower+ 神谷	11:20–11:50 ◎ビラRefCore 杉元	11:20–12:05 Power Basic 新垣		11:20–12:10 ◎ビラB&A+ 新垣	11:20–12:10 ◎ビラB+ 杉元	11:20–12:10 ◎ビラLower+ 杉元
	12:20–12:50 ◎ビラChestSR 新垣	12:20–13:10 ◎ビラB+ 杉元	12:20–12:50 ◎ビラChestSR 新垣	12:40–13:10 ◎ビラRefCore 杉元	12:15–12:45 ◎ビラChestSR 新垣	12:00–12:50 ◎ビラB+ 濵田		12:40–13:10 ◎ビラRefCore 杉元	12:40–13:10 ◎ビラRefBody 麻生	12:20–13:05 Boost Upper&Lower 麻生	12:20–12:50 ◎ビラBackStyle 濵田	12:00–12:50 ◎ビラLower+ 杉元	12:20–13:10 ◎ビラH&L+ 麻生		12:20–13:10 ◎ビラH&L+ 神谷	12:20–13:10 ◎ビラWaist+ 杉元	12:40–13:30 ◎ビラUpper+ 杉元	12:20–12:50 ◎ビラcore 麻生	12:20–12:50 ◎ビラRefBody 新垣	12:35–13:25 ◎ビラUpper+ 神谷		12:40–13:10 ◎ビラRefBody 新垣	12:40–13:10 ◎ビラRefCore 麻生	12:40–13:30 ◎ビラWaist+ 麻生
	13:20–14:10 ◎ビラLower+ 麻生	13:40–14:10 ◎ビラRefCore 杉元	13:20–14:10 ◎ビラB+ 新垣	13:50–14:40 ◎ビラB+ 麻生	13:15–14:05 ◎ビラUpper+ 神谷	13:20–14:10 ◎ビラLower+ 杉元	定休日	13:40–14:30 ◎ビラLower+ 杉元	13:40–14:30 ◎ビラUpper+ 新垣		13:20–14:10 ◎ビラB+ 濵田	13:20–14:05 Power Basic 新垣	13:40–14:10 ◎ビラChestSR 新垣	定休日	13:40–14:10 ◎ビラRefCore 杉元		14:00–14:45 Power Basic 濵田	13:20–14:10 ◎ビラB+ 新垣	13:20–14:10 ◎ビラH&L+ 神谷	13:55–14:25 ◎ビラChestSR 新垣	定休日	13:40–14:10 ◎ビラHipLine 濵田	13:40–14:10 ◎ビラTotalBody 濵田	14:00–14:30 ◎ビラcore 麻生
	14:40–15:25 Boost Upper&Lower 麻生		14:40–15:10 ◎ビラRefCore 神谷	15:10–16:00 ◎ビラH&L+ 神谷	14:35–15:25 ◎ビラB+ 神谷	14:40–15:30 ◎ビラUpper+ 神谷		15:00–15:30 ◎ビラHipLine 濵田			14:40–15:30 ◎ビラWaist+ 杉元	14:35–15:05 ◎ビラRefBody 麻生	15:00–15:30 ◎ビラHipLine 濵田		14:40–15:10 ◎ビラRefBody 新垣	14:50–15:20 ◎ビラcore 麻生	15:15–15:45 ◎ビラRefCore 神谷	14:40–15:10 ◎ビラRefCore 神谷	14:40–15:25 Boost Upper&Lower 神谷	15:20–16:10 ◎ビラH&L+ 麻生		14:40–15:30 ◎ビラUpper+ 杉元		15:00–15:50 ◎ビラB+ 杉元
	16:30–17:00 ◎ビラTotalBody 濵田	16:25–17:10 Boost Upper&Lower 麻生				16:00–16:50 ◎ビラB&A+ 麻生		16:20–16:50 ◎ビラTotalBody 濵田	16:00–16:50 ◎ビラB+ 神谷			16:20–16:50 ◎ビラChestSR 新垣	16:00–16:50 ◎ビラB&A+ 新垣		15:50–16:40 ◎ビラLower+ 神谷	16:00–16:50 ◎ビラLower+ 濵田	16:20–17:10 ◎ビラB&A+ 麻生	15:40–16:10 ◎ビラChestSR 新垣	16:00–16:30 ◎ビラRefCore 杉元	16:40–17:10 ◎ビラRefBody 麻生			16:30–17:20 ◎ビラLower+ 杉元
	17:40–18:10 ◎ビラBackStyle 濵田	17:40–18:10 ◎ビラBackStyle 濵田	17:20–18:10 ◎ビラUpper+ 濵田		17:20–18:10 ◎ビラLower+ 濵田	17:20–17:50 ◎ビラBackStyle 濵田		17:20–18:10 ◎ビラB&A+ 濵田	17:20–17:50 ◎ビラChestSR 新垣	17:20–18:10 ◎ビラUpper+ 新垣	17:20–17:50 ◎ビラBackStyle 濵田	17:20–18:10 ◎ビラB+ 新垣	17:20–18:10 ◎ビラB+ 神谷		17:20–17:50 ◎ビラChestSR 新垣	17:40–18:10 ◎ビラRefCore 杉元	17:40–18:30 ◎ビラLower+ 杉元	17:20–17:50 ◎ビラTotalBody 神谷	17:20–18:10 ◎ビラB+ 杉元	17:40–18:30 ◎ビラWaist+ 杉元		17:20–17:50 ◎ビラChestSR 新垣	17:20–18:10 ◎ビラLower+ 濵田	
	18:40–19:30 ◎ビラUpper+ 杉元	18:40–19:30 ◎ビラB+ 麻生	18:40–19:10 ◎ビラcore 麻生	18:20–19:10 ◎ビラWaist+ 杉元	18:40–19:10 ◎ビラChestSR 新垣	18:20–18:50 ◎ビラRefCore 神谷		18:40–19:30 ◎ビラB+ 杉元	18:20–19:10 ◎ビラB&A+ 新垣	18:40–19:10 ◎ビラChestSR 新垣	18:20–19:10 ◎ビラH&L+ 神谷	18:40–19:30 ◎ビラH&L+ 麻生	18:40–19:25 Boost Upper&Lower 麻生		18:20–19:10 ◎ビラUpper+ 杉元	18:40–19:10 ◎ビラBackStyle 濵田	19:00–19:30 ◎ビラTotalBody 神谷	18:20–19:10 ◎ビラUpper+ 神谷	18:40–19:10 ◎ビラTotalBody 神谷	19:00–19:50 ◎ビラLower+ 杉元		18:20–19:10 ◎ビラB&A+ 新垣	18:40–19:10 ◎ビラRefBody 神谷	18:45–19:15 ◎ビラRefCore 麻生
	20:00–20:30 ◎ビラRefBody 麻生	20:00–20:30 ◎ビラRefCore 杉元	19:40–20:30 ◎ビラB&A+ 麻生	19:40–20:30 ◎ビラLower+ 杉元	19:40–20:30 ◎ビラWaist+ 神谷			20:00–20:30 ◎ビラRefCore 杉元	19:40–20:30 ◎ビラLower+ 神谷	19:40–20:30 ◎ビラWaist+ 神谷	19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 神谷	20:00–20:30 ◎ビラRefCore 杉元			19:40–20:30 ◎ビラH&L+ 新垣	19:45–20:30 Boost Upper&Lower 麻生	20:00–20:30 ◎ビラBackStyle 濵田	19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 麻生	19:40–20:30 ◎ビラB&A+ 新垣			19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 濵田	19:40–20:30 ◎ビラB+ 神谷	19:45–20:30 Strong Hip&Legs 新垣
	21:00–21:45 Power Basic 杉元	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 杉元	21:00–21:50 ◎ビラB+ 新垣	21:00–21:30 ◎ビラRefBody 麻生	21:00–21:45 Power Basic 神谷			21:00–21:50 ◎ビラUpper+ 麻生	21:00–21:30 ◎ビラRefBody 麻生	21:00–21:30 ◎ビラHipLine 濵田	21:00–21:45 Power Basic 濵田	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 杉元			21:00–21:30 ◎ビラRefCore 神谷	21:00–21:50 ◎ビラB+ 杉元	21:00–21:50 ◎ビラUpper+ 濵田	21:00–21:45 Boost Upper&Lower 麻生	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 新垣			21:00–21:30 ◎ビラTotalBody 濵田	21:00–21:30 ◎ビラcore 麻生	21:00–21:50 ◎ビラB+ 新垣

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
10:00–10:30 ◎ピラRefCore 神谷	10:00–10:50 ◎ピラWaist+ 神谷	10:00–10:50 ◎ピラB+ 杉元	定休日	10:00–10:30 ◎ピラTotalBody 濵田	10:00–10:50 ◎ピラWaist+ 神谷
11:00–11:50 ◎ピラUpper+ 杉元	11:10–11:40 ◎ピラChestSR 新垣	11:20–12:10 ◎ピラUpper+ 神谷		11:00–11:50 ◎ピラB&A+ 新垣	11:20–11:50 ◎ピラRefCore 杉元
12:20–12:50 ◎ピラRefBody 新垣	12:10–12:40 ◎ピラBackStyle 濵田	12:40–13:30 ◎ピラH&L+ 新垣		12:20–13:10 ◎ピラLower+ 新垣	12:20–13:10 ◎ピラUpper+ 新垣
13:15–13:45 ◎ピラChestSR 新垣	13:10–14:00 ◎ピラUpper+ 濵田	14:00–14:30 ◎ピラRefCore 杉元		13:40–14:10 ◎ピラcore 麻生	13:40–14:30 ◎ピラLower+ 新垣
				14:40–15:30 ◎ピラUpper+ 麻生	15:00–15:30 ◎ピラTotalBody 神谷
	16:00–16:30 ◎ピラHipLine 濵田	15:40–16:30 ◎ピラLower+ 神谷		16:00–16:50 ◎ピラH&L+ 濵田	16:00–16:50 ◎ピラB&A+ 麻生
17:20–17:50 ◎ピラBackStyle 濵田	17:20–18:10 ◎ピラWaist+ 神谷	17:00–17:30 ◎ピラRefBody 新垣 18:00–18:45 Strong Hip&Legs 新垣		17:20–18:05 Power Basic 新垣	17:20–18:10 ◎ピラB+ 新垣
	18:40–19:10 ◎ピラRefBody 新垣			18:40–19:30 ◎ピラLower+ 新垣	18:40–19:30 ◎ピラUpper+ 神谷
19:40–20:30 ◎ピラLower+ 麻生	19:40–20:30 ◎ピラUpper+ 新垣			20:00–20:30 ◎ピラBackStyle 濵田	20:00–20:30 ◎ピラChestSR 新垣
21:00–21:50 ◎ピラB&A+ 濵田	21:00–21:50 ◎ピラLower+ 濵田			21:00–21:45 Strong Hip&Legs 麻生	21:00–21:30 ◎ピラcore 麻生

【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RefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ピラChestSR	Chest Spine Release	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	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	Strong Hip&Legs	Strong Hip&Legs	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+