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

※2026年05月24日02:05 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	－
						08:00–08:50 ◎ビラLower+ 渡辺							08:00–08:50 ◎ビラUpper+ 井上							08:00–08:30 ◎ビラStretchC 宮本					
						09:20–09:50 ◎ビラBackStyle 今山														09:00–09:30 ◎ビラcore 原				
	09:30–10:20 ◎ビラLower+ 渡辺	09:30–10:20 ◎ビラB+ 今山	09:30–10:00 ◎ビラChestSR 原	09:30–10:20 ◎ビラUpper+ 石松	09:30–10:00 ◎ビラControlF 宮本			09:30–10:00 ◎ビラTotalBody 小山めぐみ	09:30–10:20 ◎ビラLower+ 井上	09:30–10:00 ◎ビラRefCore 今山	09:30–10:20 ◎ビラUpper+ 石松	09:30–10:20 ◎ビラJumpM 小山理紗	09:20–10:10 ◎ビラB+ 小山めぐみ		09:30–10:20 ◎ビラH&L+ 今山	09:30–10:20 ◎ビラUpper+ 渡辺	09:30–10:00 ◎ビラChestSR 小山理紗	09:30–10:20 ◎ビラLower+ 井上	09:30–10:00 ◎ビラTotalBody 宮本			09:30–10:00 ◎ビラHipLine 宮本	09:30–10:20 ◎ビラB+ 小山めぐみ	
																				10:00–10:50 ◎ビラB&A+ 中村				
	10:50–11:40 ◎ビラUpper+ 渡辺	10:50–11:20 ◎ビラHipLine 小山めぐみ	10:30–11:00 ◎ビラBackStyle 小山めぐみ	10:50–11:40 ◎ビラLower+ 石松	10:30–11:20 ◎ビラB&A+ 中村	10:20–11:05 Power Basic 今山		10:30–11:20 ◎ビラWaist+ 小山めぐみ	10:50–11:40 ◎ビラUpper+ 井上	10:30–11:00 ◎ビラControlF 宮本	10:50–11:20 ◎ビラStretchC 小山理紗	10:50–11:40 ◎ビラLower+ 石松	10:40–11:10 ◎ビラHipLine 宮本		10:50–11:20 ◎ビラControlF 宮本	10:50–11:40 ◎ビラLower+ 渡辺	10:30–11:00 ◎ビラcore 小山理紗	10:50–11:40 ◎ビラUpper+ 井上	10:30–11:00 ◎ビラHipLine 宮本			10:30–11:20 ◎ビラJumpM 小山理紗	10:50–11:40 ◎ビラUpper+ 小山めぐみ	
																				11:20–12:10 ◎ビラLower+ 井上				
	11:50–12:40 ◎ビラUpper+ 渡辺		11:30–12:20 ◎ビラLower+ 渡辺		11:50–12:40 ◎ビラLower+ 中村	11:30–12:20 ◎ビラUpper+ 石松		11:50–12:40 ◎ビラUpper+ 渡辺		11:30–12:20 ◎ビラLower+ 石松	11:50–12:35 Strong Back&Arms 中村		11:40–12:30 ◎ビラB&A+ 中村		11:50–12:40 ◎ビラLower+ 渡辺		11:30–12:15 Boost Upper&Lower 中村		11:30–12:20 ◎ビラUpper+ 原		11:50–12:40 ◎ビラUpper+ 渡辺			
	12:10–13:00 ◎ビラH&L+ 今山			12:10–13:00 ◎ビラB&A+ 中村					12:10–12:40 ◎ビラHipLine 小山めぐみ			12:10–12:40 ◎ビラcore 宮本				12:10–13:00 ◎ビラB&A+ 中村		12:10–12:40 ◎ビラStretchC 小山理紗					12:10–13:00 ◎ビラH&L+ 原	
			12:50–13:40 ◎ビラWaist+ 小山めぐみ			12:50–13:20 ◎ビラChestSR 原				12:50–13:40 ◎ビラUpper+ 石松							12:50–13:20 ◎ビラRefBody 中村		12:50–13:40 ◎ビラLower+ 石松	12:40–13:30 ◎ビラUpper+ 井上				
	13:10–14:00 ◎ビラLower+ 渡辺				13:10–14:00 ◎ビラUpper+ 石松			13:10–14:00 ◎ビラLower+ 渡辺			13:00–13:50 ◎ビラH&L+ 中村	13:10–13:40 ◎ビラChestSR 小山理紗	13:00–13:50 ◎ビラLower+ 井上		13:10–14:00 ◎ビラUpper+ 渡辺			13:10–14:00 ◎ビラJumpM 宮本					
	13:30–14:00 ◎ビラBackStyle 今山			13:30–14:00 ◎ビラcore 原												13:30–14:15 Strong Hip&Legs 中村							13:30–14:00 ◎ビラcore 宮本	
						13:50–14:40 ◎ビラLower+ 渡辺							14:20–15:10 ◎ビラWaist+ 小山めぐみ				14:00–14:50 ◎ビラLower+ 渡辺			14:00–14:50 ◎ビラJumpM 小山理紗				
	15:00–15:50 ◎ビラJumpM 宮本				15:00–15:30 ◎ビラChestSR 小山理紗	15:10–15:40 ◎ビラcore 宮本		15:00–15:30 ◎ビラBackStyle 今山		15:00–15:50 ◎ビラWaist+ 小山めぐみ		15:00–15:50 ◎ビラLower+ 中村	15:40–16:10 ◎ビラPerBackBody 原			15:00–15:30 ◎ビラStretchC 宮本		15:00–15:30 ◎ビラHipLine 小山めぐみ	15:00–15:50 ◎ビラUpper+ 石松					
			15:30–16:20 ◎ビラUpper+ 渡辺	15:30–16:20 ◎ビラH&L+ 中村							15:30–16:20 ◎ビラUpper+ 石松				15:30–16:20 ◎ビラB+ 今山					15:20–16:10 ◎ビラH&L+ 中村			15:30–16:00 ◎ビラBackStyle 今山	
						16:10–17:00 ◎ビラH&L+ 中村							16:40–17:30 ◎ビラH&L+ 中村							16:40–17:10 ◎ビラBackStyle 小山めぐみ				
		17:00–17:50 ◎ビラLower+ 石松			17:20–17:50 ◎ビラcore 宮本				17:20–17:50 ◎ビラControlF 宮本							17:00–17:45 Power Waist Shape 今山		17:00–17:50 ◎ビラLower+ 小山めぐみ						
	17:25–18:10 Strong Back&Arms 原		17:20–18:10 ◎ビラB+ 今山	17:20–18:10 ◎ビラUpper+ 井上		17:30–18:20 ◎ビラB&A+ 中村		17:10–18:00 ◎ビラLower+ 石松		17:20–18:10 ◎ビラLower+ 井上	17:10–18:00 ◎ビラUpper+ 井上	17:20–18:10 ◎ビラH&L+ 今山			17:20–17:50 ◎ビラBackStyle 小山めぐみ		17:20–18:10 ◎ビラUpper+ 渡辺		17:20–18:05 Strong Back&Arms 中村	17:40–18:30 ◎ビラLower+ 石松		17:20–17:50 ◎ビラTotalBody 小山めぐみ	17:40–18:10 ◎ビラRefCore 今山	
													18:00–18:45 Boost Upper&Lower 中村											
	18:40–19:10 ◎ビラcore 原	18:20–19:10 ◎ビラUpper+ 石松	18:45–19:30 Power Waist Shape 今山	18:40–19:30 ◎ビラLower+ 井上	18:20–19:10 ◎ビラB+ 原			18:30–19:20 ◎ビラUpper+ 石松	18:20–19:10 ◎ビラH&L+ 中村	18:40–19:30 ◎ビラUpper+ 井上	18:25–19:10 Power Basic 今山	18:40–19:10 ◎ビラPerBackBody 原			18:25–19:10 Strong Hip&Legs 小山めぐみ	18:20–19:10 ◎ビラUpper+ 今山	18:40–19:30 ◎ビラLower+ 小山めぐみ	18:20–19:10 ◎ビラB+ 小山めぐみ	18:40–19:10 ◎ビラPerBackBody 原			18:20–19:10 ◎ビラUpper+ 石松	18:40–19:10 ◎ビラRefBody 中村	
	19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 小山理紗	19:40–20:30 ◎ビラH&L+ 中村	20:00–20:30 ◎ビラChestSR 小山理紗	20:00–20:30 ◎ビラHipLine 小山めぐみ	19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 小山めぐみ			19:45–20:30 Strong Hip&Legs 中村	19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 石松	20:00–20:30 ◎ビラTotalBody 小山めぐみ	19:40–20:30 ◎ビラWaist+ 小山めぐみ	19:40–20:30 ◎ビラLower+ 今山			19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 井上	19:40–20:30 ◎ビラLower+ 原	20:00–20:30 ◎ビラBackStyle 小山めぐみ	19:40–20:30 ◎ビラH&L+ 中村	19:40–20:30 ◎ビラWaist+ 小山めぐみ			19:40–20:30 ◎ビラH&L+ 今山	19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 石松	
	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 小山理紗	21:00–21:30 ◎ビラTotalBody 宮本	21:00–21:50 ◎ビラUpper+ 井上	21:00–21:50 ◎ビラWaist+ 小山めぐみ	21:00–21:45 Strong Hip&Legs 小山めぐみ			21:00–21:50 ◎ビラB&A+ 中村	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 石松	21:00–21:30 ◎ビラPerBackBody 原	21:00–21:30 ◎ビラHipLine 小山めぐみ	21:00–21:50 ◎ビラUpper+ 中村			21:00–21:50 ◎ビラLower+ 井上	21:00–21:30 ◎ビラPerBackBody 原	21:00–21:30 ◎ビラChestSR 原	21:00–21:50 ◎ビラUpper+ 中村	21:00–21:30 ◎ビラHipLine 小山めぐみ			21:00–21:30 ◎ビラBackStyle 今山	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 石松	

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
		08:00-08:50 ◎ピラH&L+ 今山	定休日		
09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 中村	09:30-10:20 ◎ピラLower+ 今山	09:20-10:10 ◎ピラB+ 今山		09:30-10:00 ◎ピラStretchC 宮本	09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 井上
10:50-11:40 ◎ピラLower+ 中村	10:50-11:40 ◎ピラWaist+ 今山	10:40-11:25 Strong Back&Arms 中村		10:30-11:20 ◎ピラUpper+ 井上	10:50-11:40 ◎ピラLower+ 井上
12:10-12:40 ◎ピラBackStyle 今山	12:10-12:40 ◎ピラRefBody 中村	12:00-12:30 ◎ピラChestSR 原		11:50-12:40 ◎ピラLower+ 井上	12:10-12:40 ◎ピラControlF 宮本
13:10-13:40 ◎ピラControlF 宮本	13:10-13:55 Boost Upper&Lower 小山めぐみ	13:00-13:50 ◎ピラLower+ 石松		13:10-13:55 Strong Back&Arms 中村	13:10-14:00 ◎ピラWaist+ 今山
15:00-15:50 ◎ピラH&L+ 今山		14:20-15:10 ◎ピラUpper+ 石松		15:00-15:45 Power Basic 今山	
17:00-17:50 ◎ピラB&A+ 原	17:40-18:10 ◎ピラcore 原	15:40-16:30 ◎ピラWaist+ 小山めぐみ 17:00-17:30 ◎ピラTotalBody 小山めぐみ		17:30-18:20 ◎ピラUpper+ 渡辺	17:20-17:50 ◎ピラChestSR 原
18:20-19:10 ◎ピラLower+ 原	18:40-19:10 ◎ピラStretchC 小山理紗	18:00-18:45 Boost Upper&Lower 石松		18:50-19:40 ◎ピラWaist+ 今山	18:20-19:10 ◎ピラUpper+ 渡辺
19:40-20:30 ◎ピラJumpM 小山理紗	19:40-20:30 ◎ピラLower+ 井上			20:00-20:30 ◎ピラPerBackBody 小山理紗	19:40-20:30 ◎ピラLower+ 渡辺
21:00-21:30 ◎ピラChestSR 小山理紗	21:00-21:50 ◎ピラUpper+ 井上			21:00-21:50 ◎ピラLower+ 渡辺	21:00-21:30 ◎ピラBackStyle 今山

【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	◎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	◎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）

【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+