2025年12月レッスンスケジュール Rintosull 町田店(全スタジオ:女性専用)

※2025年12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(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)
	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 ◎ビラUpper+ 佐野	09:30-10:20 ◎ビラH&L+ 大野	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 佐野	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 木下	09:30-10:20 ◎ビラB+ 清水	09:00-09:50 ◎ビラLower+ 高原	定休日	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 大野	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 木下	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 高原	09:30-10:20 ◎ビラB&A+ 高原	09:30-10:00 ◎ビラRefCore 清水	09:00-09:50 ◎ビラH&L+ 佐野	定休日
	10:50-11:40 ◎ビラLower+ 大野	10:50-11:40 ◎ビラB&A+ 高原	10:50-11:40 ◎ビラB+ 佐野	10:50-11:40 ◎ビラLower+ 木下	10:50-11:40 ◎ビラLower+ 高原	10:20-11:10 ◎ビラB&A+ 木下		10:50-11:40 ◎ビラWaist+ 大野	10:50-11:40 ◎ビラB+ 木下	10:50-11:40 ◎ビラUpper+ 高原	10:50-11:40 ◎ビラLower+ 高原	10:30-11:20 ◎ビラWaist+ 高原	10:20-10:50 ◎ビラRefCore 清水	
	12:10-13:00 ◎ビラWaist+ 大野	12:10-13:00 ◎ビラLower+ 高原	12:10-13:00 ◎ビラUpper+ 高原	12:10-13:00 ◎ビラWaist+ 清水	12:10-13:00 ◎ビラUpper+ 清水	11:40-12:30 ◎ビラH&L+ 高原		12:10-13:00 ◎ビラB+ 清水	12:10-13:00 ◎ビラUpper+ 清水	12:10-13:00 ◎ビラB+ 清水	12:10-13:00 ◎ビラUpper+ 佐野	11:50-12:40 ◎ビラLower+ 佐野	11:20-12:10 ◎ビラWaist+ 佐野	
			13:30-14:20 ◎ビラH&L+ 佐野		13:30-14:20 ◎ビラH&L+ 高原	13:00-13:30 ◎ビラRefCore 清水			13:30-14:20 ◎ビラWaist+ 清水				14:30-15:20 ◎ビラUpper+ 佐野	
	16:20-17:10 ◎ビラB+ 佐野			16:30-17:00 ◎ビラRefCore 清水		15:30-16:20 ◎ビラUpper+ 清水		16:30-17:20 ◎ビラUpper+ 清水		16:20-17:10 ◎ビラUpper+ 佐野	16:30-17:00 ◎ビラRefCore 佐野		15:50-16:40 ◎ビラB+ 清水	
	17:40-18:30 ◎ビラH&L+ 高原	17:50-18:40 ◎ビラB+ 清水	18:10-18:40 ◎ビラRefBody 高原	17:30-18:20 ◎ビラLower+ 清水	17:50-18:40 ◎ビラWaist+ 大野	16:50-17:40 ◎ビラWaist+ 大野		17:50-18:20 ◎ビラRefCore 清水	17:50-18:40 ◎ビラWaist+ 高原	17:40-18:30 ◎ビラWaist+ 清水	17:30-18:20 ◎ビラB+ 佐野	18:10-19:00 ◎ビラLower+ 大野	17:10-17:40 ◎ビラRefCore 佐野	
	19:00-19:50 ◎ビラUpper+ 高原	19:10-20:00 ◎ビラLower+ 清水	19:10-20:00 ◎ビラWaist+ 大野	18:50-19:40 ◎ビラUpper+ 佐野	19:10-20:00 ◎ビラLower+ 大野	18:10-19:00 ◎ビラH&L+ 大野		18:50-19:40 ◎ビラLower+ 高原	19:10-20:00 ◎ビラUpper+ 高原	19:00-19:50 ◎ビラB+ 佐野	18:50-19:40 ◎ビラLower+ 高橋	19:30-20:00 ◎ビラRefBody 木下	18:10-19:00 ◎ビラLower+ 清水	
	20:20-21:10 ◎ビラLower+ 清水	20:30-21:20 ◎ビラUpper+ 木下	20:30-21:20 ◎ビラLower+ 大野	20:10-21:00 ◎ビラH&L+ 佐野	20:30-21:20 ◎ビラUpper+ 佐野			20:10-21:00 ◎ビラUpper+ 高原	20:30-21:20 ◎ビラB+ 清水	20:20-21:10 ◎ビラLower+ 清水	20:10-21:00 ◎ビラUpper+ 高橋	20:30-21:20 ◎ビラB&A+ 木下		

	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
	09:30-10:20 ◎ビラB+ 清水	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 高原	●09:30-10:20 ◎ビラLower+ 清水	09:30-10:00 ◎ビラRefCore 清水	09:30-10:20 ◎ビラH&L+ 高原	09:00-09:50 ◎ビラUpper+ 佐野	定休日	09:30-10:20 ◎ビラB+ 佐野	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 佐野	09:30-10:20 ◎ビラB+ 清水
	10:50-11:40 ◎ビラLower+ 清水	10:50-11:40 ◎ビラUpper+ 佐野	●10:50-11:40 ◎ビラUpper+ 清水	10:30-11:20 ◎ビラH&L+ 大野	10:50-11:40 ◎ビラB&A+ 高原	10:20-11:10 ◎ビラB+ 佐野		10:50-11:40 ◎ビラH&L+ 佐野	10:50-11:20 ◎ビラRefCore 大野	10:50-11:40 ◎ビラUpper+ 佐野
	12:10-13:00 ◎ビラUpper+ 佐野	12:10-13:00 ◎ビラB+ 佐野	12:10-13:00 ◎ビラB+ 佐野	11:50-12:40 ◎ビラWaist+ 高原	12:10-13:00 ◎ビラLower+ 大野	11:40-12:30 ◎ビラLower+ 清水		12:10-13:00 ◎ビラUpper+ 大野	11:50-12:40 ◎ビラUpper+ 佐野	12:10-12:40 ◎ビラRefCore 清水
		13:30-14:00 ◎ビラRefBody 高原				13:00-13:50 ◎ビラWaist+ 清水				
	16:50-17:20 ◎ビラRefCore 佐野		16:30-17:20 ◎ビラH&L+ 佐野		16:30-17:00 ◎ビラRefCore 大野	15:50-16:40 ◎ビラH&L+ 佐野		16:30-17:20 ◎ビラUpper+ 佐野		16:30-17:20 ◎ビラB&A+ 木下
	17:50-18:40 ◎ビラUpper+ 中上	17:40-18:30 ◎ビラH&L+ 高原	17:50-18:40 ◎ビラUpper+ 高原	18:10-18:40 ◎ビラRefBody 高原	17:30-18:20 ◎ビラWaist+ 大野	17:10-17:40 ◎ビラRefCore 大野		17:50-18:20 ◎ビラRefBody 大野	17:40-18:30 ◎ビラLower+ 清水	17:50-18:20 ◎ビラRefBody 高原
	19:10-20:00 ◎ビラH&L+ 佐野	19:00-19:50 ◎ビラLower+ 木下	19:10-19:40 ◎ビラRefCore 佐野	19:10-20:00 ◎ビラLower+ 木下	18:50-19:40 ◎ビラUpper+ 清水	18:10-19:00 ◎ビラLower+ 大野		18:50-19:40 ◎ビラLower+ 大野	19:00-19:50 ◎ビラB&A+ 大野	18:50-19:40 ◎ビラLower+ 佐野
	20:30-21:20 ◎ビラWaist+ 木下	20:20-21:10 ◎ビラB&A+ 木下	20:10-21:00 ◎ビラWaist+ 高原	20:30-21:20 ◎ビラUpper+ 木下	20:10-21:00 ◎ビラB+ 清水			20:10-21:00 ◎ビラB&A+ 高岡	20:20-21:10 ◎ビラH&L+ 大野	20:10-21:00 ◎ビラWaist+ 高原

25日(木)	26日(金)	27日(土)	28日(日)	29日(月)	30日(火)	31日(水)
Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	－	－	－	－
		09:00-09:30 ◎ピラRefCore 清水	定休日	臨時休業	臨時休業	臨時休業
●09:30-10:20 ◎ピラB+ 清水	09:30-10:20 ◎ピラH&L+ 高原	10:00-10:50 ◎ピラWaist+ 清水				
10:50-11:40 ◎ピラLower+ 木下	10:50-11:40 ◎ピラUpper+ 高原	11:20-12:10 ◎ピラLower+ 大野				
12:10-13:00 ◎ピラWaist+ 大野	12:10-12:40 ◎ピラRefBody 大野	12:40-13:10 ◎ピラRefCore 佐野				
13:30-14:00 ◎ピラRefCore 佐野						
		15:30-16:00 ◎ピラRefBody 高原				
	16:30-17:20 ◎ピラUpper+ 清水	16:30-17:20 ◎ピラB+ 佐野				
18:00-18:30 ◎ピラRefBody 木下	17:50-18:40 ◎ピラH&L+ 高原	17:50-18:40 ◎ピラH&L+ 高原				
19:00-19:50 ◎ピラB&A+ 大野	19:10-20:00 ◎ピラLower+ 大野					
20:20-21:10 ◎ピラLower+ 大野	20:30-21:00 ◎ピラRefCore 大野					

【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RefBody	Refresh Body	30分
3	◎ピラH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ピラRefCore	Refresh Core	30分
3.5	◎ピラWaist+	Waist Shape＋	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+