2026年9月レッスンスケジュール Rintosull 町田店(全スタジオ:女性専用)

※2026年08月22日02:07 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(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	6日(日)	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	13日(日)	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)	20日(日)	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24日(木)
	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
					●08:00-08:50 ◎ビラUpper+ 佐藤														●08:00-08:50 ◎ビラB+ 山下		08:00-08:30 Rin-Ballet 木下	●08:00-08:50 ◎ビラLower+ 佐藤	●08:00-08:50 ◎ビラLower+ 中邑	
																					09:00-09:30 SP 木下			
	●09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 佐藤	●09:30-10:20 ◎ビラLower+ 中邑	●09:30-10:20 ◎ビラWaist+ 山下	09:30-10:00 ◎ビラControlF 高原	●09:20-10:10 ◎ビラLower+ 山下		●09:30-10:20 ◎ビラB+ 山下	●09:30-10:20 ◎ビラLower+ 中邑	09:30-10:00 ◎ビラcore 高原	●09:30-10:20 ◎ビラLower+ 佐藤	09:30-10:15 Boost Upper&Lower 佐藤	09:30-10:15 Ex45ビラRefBody 木下		●09:30-10:20 ◎ビラLower+ 中邑	09:30-10:00 ◎ビラcore 高原	09:30-10:00 ◎ビラControlF 高原	●09:30-10:20 ◎ビラLower+ 佐藤	●09:30-10:20 ◎ビラWaist+ 山下	●09:20-10:10 ◎ビラWaist+ 山下		●10:00-10:50 ◎ビラLower+ 中邑	●09:20-10:10 ◎ビラUpper+ 佐藤	●09:20-10:10 ◎ビラUpper+ 中邑	●09:30-10:20 ◎ビラWaist+ 山下
									10:30-11:00 ◎ビラTotalBody 高原			10:45-11:15 ◎ビラStretchC 木下			10:30-11:00 ◎ビラTotalBody 高原	10:30-11:00 SP 高原			10:40-11:10 SP 木下					
	●10:50-11:40 ◎ビラLower+ 佐藤	●10:50-11:40 ◎ビラUpper+ 中邑	●10:50-11:40 ◎ビラB+ 山下	●10:30-11:20 ◎ビラB&A+ 高原	10:40-11:25 Boost Upper&Lower 中邑		●10:50-11:40 ◎ビラWaist+ 山下	●10:50-11:40 ◎ビラUpper+ 中邑		10:50-11:35 Boost Upper&Lower 佐藤	●10:45-11:35 ◎ビラUpper+ 佐藤			10:50-11:20 Rin-Ballet 木下			●10:50-11:40 ◎ビラUpper+ 佐藤	●10:50-11:40 ◎ビラUpper+ 中邑				●10:40-11:30 ◎ビラWaist+ 山下	10:40-11:25 Boost Upper&Lower 佐藤	10:50-11:20 ◎ビラRefCore 山下
									11:30-12:00 ◎ビラHipLine 高原						11:30-12:15 Power Waist Shape 山下	●11:30-12:20 ◎ビラUpper+ 中邑					●11:20-12:10 ◎ビラUpper+ 中邑			
				11:50-12:20 Rin-Ballet 木下	●11:55-12:45 ◎ビラUpper+ 中邑							●11:45-12:35 ◎ビラH&L+ 高原		11:50-12:35 Ex45ビラRefBody 木下			12:10-12:40 SP 高原	●12:10-13:00 ◎ビラLower+ 佐藤	11:40-12:25 Boost Upper&Lower 中邑		11:50-12:20 SP 高原	●11:55-12:45 ◎ビラLower+ 佐藤	11:50-12:20 SP 木下
	12:10-12:55 Boost Upper&Lower 中邑	12:10-12:40 ◎ビラHipLine 高原	●12:10-13:00 ◎ビラLower+ 佐藤				12:10-12:40 ◎ビラBackStyle 高原	●12:10-13:00 ◎ビラWaist+ 山下		●12:05-12:55 ◎ビラUpper+ 佐藤	●12:05-12:55 ◎ビラLower+ 中邑													
				●12:50-13:40 ◎ビラB+ 山下					●12:30-13:20 ◎ビラB+ 山下			13:05-13:35 ◎ビラcore 高原				●12:50-13:40 ◎ビラLower+ 中邑	13:10-13:40 ◎ビラBackStyle 高原							13:15-13:45 SP 木下	
							●13:10-14:00 ◎ビラH&L+ 高原	13:30-14:15 Power Basic 山下										13:30-14:00 ◎ビラRefCore 山下						
																			14:20-14:50 ◎ビラRefCore 山下			14:40-15:10 ◎ビラRefCore 山下		
	●15:00-15:50 ◎ビラUpper+ 中邑	15:00-15:45 Boost Upper&Lower 佐藤																						
					●15:20-16:10 ◎ビラLower+ 中邑							15:25-15:55 ◎ビラHipLine 高原			●15:30-16:20 ◎ビラB+ 山下			●15:30-16:20 ◎ビラLower+ 中邑	15:20-15:50 SP 木下		15:40-16:10 ◎ビラHipLine 高原		●15:25-16:15 ◎ビラUpper+ 佐藤	
											●16:05-16:55 ◎ビラUpper+ 中邑						16:00-16:45 Boost Upper&Lower 佐藤					●15:40-16:30 ◎ビラB+ 山下		
												16:25-17:10 Boost Upper&Lower 佐藤							●16:20-17:10 ◎ビラUpper+ 中邑		16:40-17:10 SP 高原			
					●16:40-17:30 ◎ビラWaist+ 山下																	17:00-17:30 SP 高原	16:45-17:30 Ex45ビラRefBody 木下	
							●17:05-17:55 ◎ビラLower+ 佐藤											●17:00-17:50 ◎ビラUpper+ 中邑						
								17:20-18:05 Ex45ビラRefBody 木下			17:25-18:10 Boost Upper&Lower 中邑													
	●17:20-18:10 ◎ビラB+ 山下	●17:20-18:10 ◎ビラLower+ 佐藤										●17:40-18:30 ◎ビラLower+ 佐藤							●17:40-18:30 ◎ビラUpper+ 中邑		●17:40-18:30 ◎ビラUpper+ 中邑			
														18:00-18:45 Boost Upper&Lower 佐藤								18:00-18:30 ◎ビラTotalBody 高原	18:00-18:30 SP 木下	
			●18:15-19:05 ◎ビラUpper+ 佐藤	18:15-19:00 Ex45ビラRefCore 木下	18:00-18:45 Power Basic 山下											18:20-18:50 SP 高原									
							●18:25-19:15 ◎ビラUpper+ 佐藤	18:35-19:05 Rin-Ballet 木下	●18:05-18:55 ◎ビラWaist+ 山下	●18:10-19:00 ◎ビラB+ 山下					18:40-19:10 ◎ビラRefCore 山下		18:40-19:10 SP 木下	●18:20-19:10 ◎ビラB+ 山下						18:25-19:10 Boost Upper&Lower 中邑
	●18:40-19:30 ◎ビラWaist+ 山下	●18:40-19:30 ◎ビラUpper+ 佐藤									18:40-19:30 ◎ビラA+ 高原													
			19:35-20:20 Boost Upper&Lower 佐藤	●19:30-20:20 ◎ビラWaist+ 山下					●19:25-20:15 ◎ビラLower+ 中邑	●19:30-20:20 ◎ビラLower+ 中邑				●19:20-20:10 ◎ビラLower+ 佐藤		●19:20-20:10 ◎ビラB+ 山下									
	20:00-20:30 ◎ビラControlF 高原	20:00-20:30 ◎ビラTotalBody 高原					19:45-20:30 Ex45ビラRefCore 木下	19:35-20:20 Boost Upper&Lower 佐藤			20:00-20:30 ◎ビラcore 高原				19:40-20:10 Rin-Ballet 木下		19:40-20:30 ◎ビラA+ 木下	19:40-20:10 SP 木下						●19:40-20:30 ◎ビラUpper+ 中邑
									20:45-21:30 Boost Upper&Lower 中邑					●20:40-21:30 ◎ビラUpper+ 佐藤	●20:40-21:30 ◎ビラB&A+ 木下	●20:40-21:30 ◎ビラWaist+ 山下		●20:40-21:30 ◎ビラB&A+ 木下						
	21:00-21:30 ◎ビラcore 高原	21:00-21:30 ◎ビラBackStyle 高原	●20:50-21:40 ◎ビラLower+ 中邑	●20:50-21:40 ◎ビラB+ 山下			21:00-21:30 ◎ビラChestSR 木下	●20:50-21:40 ◎ビラLower+ 佐藤		●20:50-21:40 ◎ビラUpper+ 中邑	21:00-21:30 ◎ビラControlF 高原						21:00-21:30 ◎ビラTotalBody 高原							21:00-21:30 SP 高原

25日(金)	26日(土)	27日(日)	28日(月)	29日(火)	30日(水)
－	Aスタジオ	－	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ
臨時休業	●08:00-08:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 佐藤	定休日			
	●09:20-10:10 ◎ﾋﾞﾗLower+ 佐藤		09:30-10:00 SP 高原	●09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中邑	09:30-10:15 Ex45ﾋﾞﾗRefCore 木下
	10:40-11:10 SP 高原		10:30-11:00 ◎ﾋﾞﾗControlF 高原	●10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 中邑	10:45-11:15 SP 木下
	11:40-12:10 ◎ﾋﾞﾗcore 高原		●11:30-12:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 山下	12:10-12:40 SP 高原	●11:45-12:35 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 佐藤
			●12:50-13:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 佐藤	13:10-13:40 ◎ﾋﾞﾗRefCore 山下	●13:05-13:55 ◎ﾋﾞﾗLower+ 佐藤
					14:25-14:55 SP 高原
	15:20-15:50 SP 高原				
	●16:20-17:10 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 山下			●16:00-16:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 山下	
			17:05-17:35 SP 木下	17:20-17:50 ◎ﾋﾞﾗRefCore 山下	
	●17:40-18:30 ◎ﾋﾞﾗB+ 山下				
			18:05-18:50 Ex45ﾋﾞﾗRefCore 木下	18:20-18:50 SP 高原	●18:25-19:15 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 木下
			●19:20-20:10 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 山下	●19:20-20:10 ◎ﾋﾞﾗLower+ 佐藤	19:45-20:15 SP 高原
			●20:40-21:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 佐藤	●20:40-21:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 佐藤	20:45-21:30 Boost Upper&Lower 佐藤

【マシンピラティス】

強度	レッスン名		時間
2.5	◎ﾋﾞﾗLower+	Lower Body Make-up＋	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗUpper+	Upper Body Make-up＋	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗB+	Basic+	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗTotalBody	Total Body	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗChestSR	Chest Spine Release	30分
2.5	Rin-Ballet	Rin-Ballet	30分
3	◎ﾋﾞﾗH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞﾗBackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎ﾋﾞﾗHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ﾋﾞﾗRefCore	Refresh Core	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3	Ex45ﾋﾞﾗRefCore	【Extra45】Refresh Core	45分
3	Ex45ﾋﾞﾗRefBody	【Extra45】Refresh Body	45分
3.5	◎ﾋﾞﾗWaist+	Waist Shape＋	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗcore	Shape up Core	30分
3.5	◎ﾋﾞﾗControlF	Control Flow	30分
4	◎ﾋﾞﾗ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(水)	10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高原塔子
16(水)	18:20-18:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高原塔子
17(木)	12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高原塔子
17(木)	18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	木下郁
18(金)	19:40-20:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	木下郁
19(土)	10:40-11:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	木下郁
19(土)	15:20-15:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	木下郁
21(月)	09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	木下郁
21(月)	16:40-17:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高原塔子
22(火)	11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高原塔子
22(火)	17:00-17:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高原塔子
23(水)	13:15-13:45	3	Rintosull MIX Halloween 2026	木下郁
23(水)	18:00-18:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	木下郁
24(木)	11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	木下郁
24(木)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高原塔子
26(土)	10:40-11:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高原塔子
26(土)	15:20-15:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高原塔子
28(月)	09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高原塔子
28(月)	17:05-17:35	3	Rintosull MIX Halloween 2026	木下郁
29(火)	12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高原塔子
29(火)	18:20-18:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高原塔子
30(水)	10:45-11:15	3	Rintosull MIX Halloween 2026	木下郁
30(水)	14:25-14:55	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高原塔子
30(水)	19:45-20:15	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高原塔子

◎ … 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+