2026年2月レッスンスケジュール Rintosull 広島パセーラ店(全スタジオ:女性専用)

※2026年02月28日02:00 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(日)	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)	8日(日)	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)	15日(日)	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)	22日(日)	23日(月)	24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	-	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
	定休日	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 天野	臨時休業	09:30-10:00 ◎ビラRefCore 杉野	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 天野	09:30-10:20 ◎ビラB&A+ 天野	09:00-09:50 ◎ビラUpper+ 杉野	定休日	09:30-10:20 ◎ビラB+ 杉野	09:30-10:00 ◎ビラRefBody 小田	09:00-09:50 ◎ビラLower+ 小田	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 中田	09:30-10:20 ◎ビラH&L+ 杉野	09:00-09:50 ◎ビラB+ 小田	定休日	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 中田	09:30-10:20 ◎ビラB&A+ 小田	09:30-10:00 ◎ビラTotalBody 中田	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 杉野	09:30-10:20 ◎ビラB+ 藤重	09:00-09:50 ◎ビラLower+ 杉野	定休日	09:00-09:50 ◎ビラWaist+ 天野	09:30-10:20 ◎ビラH&L+ 小田
		10:50-11:40 ◎ビラB+ 小田		10:30-11:20 ◎ビラUpper+ 吉川	10:50-11:40 ◎ビラWaist+ 天野	10:50-11:40 ◎ビラLower+ 天野	10:20-10:50 ◎ビラRefCore 中田		10:50-11:40 ◎ビラUpper+ 小田	10:30-11:20 ◎ビラB+ 小田	10:20-11:10 ◎ビラB&A+ 吉川	10:50-11:40 ◎ビラLower+ 天野	10:50-11:20 ◎ビラRefCore 杉野	10:20-11:10 ◎ビラUpper+ 重岡		10:50-11:40 ◎ビラWaist+ 杉野	10:50-11:40 ◎ビラLower+ 吉川	10:30-11:20 ◎ビラB&A+ 天野	10:50-11:40 ◎ビラH&L+ 永末	10:50-11:20 ◎ビラRefBody 杉野	10:20-10:50 ◎ビラTotalBody 中田		10:20-11:10 ◎ビラLower+ 杉野	10:50-11:20 ◎ビラTotalBody 天野
		12:10-12:40 ◎ビラRefCore 小田		11:50-12:40 ◎ビラLower+ 吉川	12:10-12:40 ◎ビラRefBody 杉野	12:10-13:00 ◎ビラB+ 小田	11:20-12:10 ◎ビラH&L+ 天野		12:10-13:00 ◎ビラLower+ 小田	11:50-12:40 ◎ビラWaist+ 杉野	11:40-12:10 ◎ビラRefBody 杉野	12:10-13:00 ◎ビラB&A+ 天野	11:50-12:40 ◎ビラUpper+ 吉川	11:40-12:30 ◎ビラH&L+ 天野		12:10-12:40 ◎ビラRefCore 杉野	12:10-13:00 ◎ビラB+ 天野	11:50-12:40 ◎ビラUpper+ 中田		11:50-12:40 ◎ビラWaist+ 杉野	11:20-12:10 ◎ビラB&A+ 天野		11:40-12:10 ◎ビラRefCore 吉川	11:50-12:40 ◎ビラLower+ 天野
		13:10-14:00 ◎ビラLower+ 天野		13:10-14:00 ◎ビラB+ 杉野	13:10-14:00 ◎ビラUpper+ 小田	13:30-14:00 ◎ビラRefCore 天野	12:40-13:30 ◎ビラUpper+ 天野		13:10-14:00 ◎ビラLower+ 小田	13:10-14:00 ◎ビラLower+ 小田	12:40-13:30 ◎ビラB+ 吉川		13:10-14:00 ◎ビラB+ 吉川	13:00-13:30 ◎ビラRefCore 天野		13:10-14:00 ◎ビラUpper+ 中田	13:30-14:00 ◎ビラRefBody 小田	13:10-14:00 ◎ビラH&L+ 中田		13:10-14:00 ◎ビラLower+ 小田	12:40-13:30 ◎ビラB+ 小田		12:40-13:30 ◎ビラUpper+ 杉野	13:10-13:40 ◎ビラRefBody 杉野
		16:20-16:50 ◎ビラRefCore 中田		16:20-16:50 ◎ビラRefBody 杉野	16:20-17:10 ◎ビラLower+ 杉野	16:20-16:50 ◎ビラRefCore 杉野	14:00-14:30 ◎ビラRefBody 杉野		16:20-16:50 ◎ビラRefBody 天野	16:20-16:50 ◎ビラRefBody 天野	14:00-14:50 ◎ビラUpper+ 小田	16:20-17:10 ◎ビラUpper+ 永末	16:20-16:50 ◎ビラRefCore 天野	14:00-14:50 ◎ビラLower+ 小田		16:20-17:10 ◎ビラLower+ 中田	15:50-16:40 ◎ビラB+ 杉野	16:20-16:50 ◎ビラRefBody 天野		16:20-17:10 ◎ビラH&L+ 小田	14:00-14:50 ◎ビラH&L+ 天野		14:00-14:30 ◎ビラTotalBody 天野	
		17:20-18:10 ◎ビラUpper+ 杉野		17:20-18:10 ◎ビラLower+ 吉川	17:40-18:10 ◎ビラRefBody 吉川	17:20-18:10 ◎ビラUpper+ 杉野	15:00-15:50 ◎ビラLower+ 杉野		17:40-18:10 ◎ビラRefCore 中田	17:20-18:10 ◎ビラLower+ 杉野	15:20-15:50 ◎ビラRefCore 小田	17:40-18:10 ◎ビラRefBody 中田	17:20-18:10 ◎ビラB+ 天野	15:20-16:10 ◎ビラB&A+ 重岡		17:40-18:10 ◎ビラRefCore 天野	17:10-18:00 ◎ビラH&L+ 杉野	17:20-18:10 ◎ビラB+ 天野		17:40-18:10 ◎ビラRefCore 小田	15:20-16:10 ◎ビラUpper+ 杉野		15:00-15:50 ◎ビラH&L+ 天野	
		18:40-19:30 ◎ビラLower+ 杉野		18:40-19:10 ◎ビラRefCore 吉川	18:40-19:30 ◎ビラUpper+ 吉川	18:40-19:10 ◎ビラRefBody 天野	17:40-18:30 ◎ビラB+ 天野		18:40-19:30 ◎ビラB+ 吉川	18:40-19:10 ◎ビラRefCore 小田	17:40-18:30 ◎ビラUpper+ 杉野	18:40-19:10 ◎ビラTotalBody 永末	18:40-19:10 ◎ビラRefBody 天野	16:40-17:10 ◎ビラRefBody 小田		18:40-19:30 ◎ビラUpper+ 天野	18:40-19:10 ◎ビラTotalBody 天野	18:40-19:30 ◎ビラLower+ 中田	18:20-19:10 ◎ビラB&A+ 天野	18:40-19:30 ◎ビラUpper+ 小牧	16:40-17:30 ◎ビラLower+ 小田		16:20-17:10 ◎ビラB+ 吉川	
		20:00-20:30 ◎ビラRefBody 小田		19:40-20:30 ◎ビラUpper+ 小田	20:00-20:30 ◎ビラRefCore 小田	19:40-20:30 ◎ビラLower+ 小田	17:40-18:30 ◎ビラRefBody 杉野		20:00-20:30 ◎ビラRefBody 吉川	19:40-20:30 ◎ビラUpper+ 杉野		19:40-20:30 ◎ビラLower+ 小田	19:40-20:30 ◎ビラWaist+ 吉川			20:00-20:30 ◎ビラRefBody 杉野	19:40-20:30 ◎ビラUpper+ 天野	20:00-20:30 ◎ビラRefCore 小田	19:40-20:30 ◎ビラB+ 天野	20:00-20:30 ◎ビラRefBody 小田	17:50-18:20 ◎ビラRefBody 小田		17:40-18:30 ◎ビラUpper+ 吉川	17:40-18:10 ◎ビラRefCore 杉野
		21:00-21:50 ◎ビラUpper+ 小田		21:00-21:50 ◎ビラB+ 小田	21:00-21:50 ◎ビラLower+ 小田	21:00-21:50 ◎ビラH&L+ 小田			21:00-21:50 ◎ビラUpper+ 天野	21:00-21:50 ◎ビラB+ 天野		21:00-21:30 ◎ビラRefCore 小田	21:00-21:50 ◎ビラLower+ 吉川			21:00-21:50 ◎ビラB&A+ 杉野	21:00-21:30 ◎ビラRefBody 吉川	21:00-21:50 ◎ビラUpper+ 小田	21:00-21:50 ◎ビラLower+ 中田	21:00-21:50 ◎ビラB+ 小牧				18:40-19:10 ◎ビラTotalBody 天野
																								19:40-20:30 ◎ビラLower+ 天野
																								21:00-21:30 ◎ビラRefCore 中田

25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)
Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ
			09:00-09:50 ◎ピラB+ 中田
09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 小田	09:30-10:00 ◎ピラRefCore 杉野	09:30-10:20 ◎ピラLower+ 杉野	
10:50-11:40 ◎ピラB+ 吉川	10:30-11:20 ◎ピラUpper+ 杉野	10:50-11:20 ◎ピラRefBody 小田	10:20-11:10 ◎ピラB&A+ 中田
12:10-12:40 ◎ピラTotalBody 天野	11:50-12:40 ◎ピラH&L+ 天野	11:50-12:40 ◎ピラUpper+ 小田	11:40-12:30 ◎ピラLower+ 杉野
13:10-14:00 ◎ピラB&A+ 天野	13:10-14:00 ◎ピラB+ 小田	13:10-14:00 ◎ピラH&L+ 杉野	13:00-13:30 ◎ピラRefCore 中田
			14:00-14:50 ◎ピラUpper+ 天野
			15:20-15:50 ◎ピラTotalBody 天野
16:20-16:50 ◎ピラRefBody 小田	16:20-16:50 ◎ピラRefCore 小田	16:20-17:10 ◎ピラB&A+ 吉川	16:20-17:10 ◎ピラLower+ 杉野
17:20-18:10 ◎ピラLower+ 天野	17:20-18:10 ◎ピラUpper+ 小田	17:40-18:10 ◎ピラRefCore 杉野	17:40-18:30 ◎ピラB&A+ 杉野
18:40-19:30 ◎ピラB+ 小田	18:40-19:10 ◎ピラTotalBody 天野	18:40-19:30 ◎ピラLower+ 小田	
20:00-20:30 ◎ピラRefCore 吉川	19:40-20:30 ◎ピラB&A+ 杉野	20:00-20:30 ◎ピラRefBody 吉川	
21:00-21:50 ◎ピラWaist+ 吉川	21:00-21:50 ◎ピラLower+ 天野	21:00-21:50 ◎ピラUpper+ 吉川	

【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
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+