2026年2月レッスンスケジュール Rintosull 平塚店(全スタジオ:女性専用)

※2026年02月28日02:04 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	Aスタジオ
	定休日	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 野崎	09:30-10:20 ◎ビラB+ 林田	09:30-10:20 ◎ビラB&A+ 金田	09:30-10:00 ◎ビラRefCore 林田	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 金田	09:00-09:50 ◎ビラUpper+ 丸山	定休日	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 林田	09:30-10:20 ◎ビラH&L+ 野崎	09:00-09:50 ◎ビラUpper+ 野崎	09:30-10:20 ◎ビラB+ 林田	09:30-10:20 ◎ビラWaist+ 金田	09:00-09:50 ◎ビラB&A+ 金田	定休日	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 金田	09:30-10:20 ◎ビラB+ 金田	09:30-10:20 ◎ビラH&L+ 丸山	09:30-10:00 ◎ビラRefCore 林田	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 林田	09:00-09:50 ◎ビラH&L+ 野崎	定休日	09:00-09:30 ◎ビラRefBody 野崎	09:30-10:20 ◎ビラWaist+ 金田
		10:50-11:40 ◎ビラWaist+ 金田	10:50-11:40 ◎ビラLower+ 野崎	10:50-11:40 ◎ビラLower+ 野崎	10:30-11:20 ◎ビラUpper+ 林田	10:50-11:40 ◎ビラLower+ 丸山	10:30-11:20 ◎ビラWaist+ 林田		10:50-11:40 ◎ビラB&A+ 野崎	10:50-11:40 ◎ビラUpper+ 野崎	10:30-11:00 ◎ビラHipLine 丸山	10:50-11:40 ◎ビラLower+ 林田	10:50-11:40 ◎ビラH&L+ 野崎	10:30-11:00 ◎ビラPerBackBody 丸山		10:50-11:20 ◎ビラStretchC 金田	10:50-11:40 ◎ビラLower+ 金田	10:50-11:40 ◎ビラUpper+ 野崎	10:30-11:00 ◎ビラRefCore 丸山	10:50-11:20 ◎ビラRefCore 林田	10:30-11:00 ◎ビラStretchC 丸山		10:10-11:00 ◎ビラB&A+ 野崎	10:50-11:40 ◎ビラUpper+ 金田
		12:10-13:00 ◎ビラLower+ 野崎	12:10-12:40 ◎ビラRefCore 林田	12:10-13:00 ◎ビラUpper+ 金田	11:50-12:40 ◎ビラLower+ 金田	12:10-13:00 ◎ビラUpper+ 野崎	12:00-12:50 ◎ビラB+ 林田		12:10-13:00 ◎ビラUpper+ 野崎	12:10-12:40 ◎ビラRefCore 林田	11:40-12:30 ◎ビラWaist+ 林田	12:10-13:00 ◎ビラB&A+ 野崎	12:10-13:00 ◎ビラUpper+ 野崎	11:40-12:30 ◎ビラLower+ 丸山		●11:50-12:40 ◎ビラH&L+ 北村	12:10-13:00 ◎ビラB&A+ 野崎	12:10-12:40 ◎ビラControlF 丸山	11:50-12:40 ◎ビラUpper+ 林田	11:50-12:20 ◎ビラStretchC 丸山	11:40-12:30 ◎ビラLower+ 丸山		11:40-12:30 ◎ビラLower+ 林田	12:10-12:40 ◎ビラRefCore 林田
			13:10-14:00 ◎ビラUpper+ 野崎		10分 13:10-13:40 ◎ビラStretchC 金田					13:10-14:00 ◎ビラB+ 林田	13:10-14:00 ◎ビラUpper+ 丸山		13:30-14:00 ◎ビラRefCore 金田	13:10-13:40 ◎ビラcore 金田		13:10-14:00 ◎ビラB+ 北村		13:10-14:00 ◎ビラLower+ 野崎		12:50-13:20 ◎ビラRefBody 丸山	13:10-14:00 ◎ビラUpper+ 林田		13:10-13:40 ◎ビラRefCore 林田	13:10-14:00 ◎ビラB+ 林田
							13:30-14:20 ◎ビラB&A+ 野崎																	
														14:20-15:10 ◎ビラH&L+ 丸山									14:20-15:10 ◎ビラWaist+ 金田	
							15:00-15:30 ◎ビラRefBody 丸山				14:40-15:30 ◎ビラH&L+ 野崎										14:40-15:30 ◎ビラB&A+ 野崎			
														15:40-16:30 ◎ビラUpper+ 金田									15:50-16:40 ◎ビラH&L+ 野崎	
							16:10-17:00 ◎ビラLower+ 野崎				16:10-16:40 ◎ビラRefCore 林田										16:10-16:40 ◎ビラRefBody 野崎			
				16:30-17:20 ◎ビラUpper+ 金田																				
		17:00-17:50 ◎ビラB&A+ 金田												17:10-18:00 ◎ビラB+ 金田					17:00-17:50 ◎ビラUpper+ 金田					
					17:30-18:20 ◎ビラUpper+ 金田	17:40-18:10 ◎ビラRefCore 林田	17:40-18:30 ◎ビラUpper+ 野崎		17:30-18:00 ◎ビラcore 金田		17:20-18:10 ◎ビラLower+ 林田	17:20-18:10 ◎ビラLower+ 丸山					17:20-18:10 ◎ビラLower+ 丸山				17:20-18:10 ◎ビラWaist+ 林田			17:20-18:10 ◎ビラUpper+ 林田	
				17:50-18:40 ◎ビラLower+ 林田									18:00-18:50 ◎ビラLower+ 金田					18:00-18:50 ◎ビラWaist+ 丸山							
		18:20-18:50 ◎ビラRefBody 丸山	18:20-19:10 ◎ビラUpper+ 丸山			18:40-19:10 ◎ビラHipLine 丸山			18:30-19:20 ◎ビラUpper+ 丸山	18:20-19:10 ◎ビラB&A+ 野崎		18:40-19:10 ◎ビラStretchC 金田				18:20-19:10 ◎ビラB&A+ 北村	18:40-19:10 ◎ビラPerBackBody 丸山		18:20-19:10 ◎ビラB+ 林田		18:40-19:30 ◎ビラUpper+ 金田			18:20-19:10 ◎ビラLower+ 野崎
					18:50-19:40 ◎ビラLower+ 林田																			
		19:20-20:10 ◎ビラUpper+ 金田		19:10-20:00 ◎ビラUpper+ 野崎					19:40-20:10 ◎ビラControlF 丸山				19:20-20:10 ◎ビラB+ 林田					19:20-20:10 ◎ビラB+ 金田						
			19:40-20:30 ◎ビラLower+ 林田			19:40-20:30 ◎ビラUpper+ 林田				19:40-20:30 ◎ビラLower+ 金田		19:40-20:30 ◎ビラUpper+ 丸山				19:40-20:30 ◎ビラLower+ 金田	19:40-20:30 ◎ビラUpper+ 林田		19:40-20:10 ◎ビラRefCore 林田		20:00-20:30 ◎ビラcore 金田			19:40-20:30 ◎ビラUpper+ 金田
				20:30-21:00 ◎ビラRefCore 林田	20:10-21:00 ◎ビラUpper+ 金田																			
		20:40-21:30 ◎ビラLower+ 丸山							20:40-21:30 ◎ビラLower+ 金田	10分 21:00-21:50 ◎ビラWaist+ 金田		10分 21:00-21:30 ◎ビラcore 金田	20:40-21:30 ◎ビラUpper+ 林田			●21:00-21:50 ◎ビラB+ 金田	21:00-21:30 ◎ビラRefCore 林田	20:40-21:30 ◎ビラUpper+ 金田	20:40-21:30 ◎ビラB&A+ 金田					
			21:00-21:50 ◎ビラWaist+ 丸山			21:00-21:50 ◎ビラLower+ 野崎														21:00-21:50 ◎ビラLower+ 野崎				21:00-21:30 ◎ビラRefBody 野崎

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&A+ 丸山
09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 丸山	09:30-10:00 ◎ピラRefCore 金田	09:30-10:20 ◎ピラLower+ 林田	
10:50-11:40 ◎ピラH&L+ 丸山	10:30-11:20 ◎ピラB+ 金田	10:50-11:20 ◎ピラStretchC 丸山	10:30-11:20 ◎ピラB+ 丸山
12:10-13:00 ◎ピラB&A+ 金田	11:50-12:40 ◎ピラWaist+ 丸山	11:50-12:40 ◎ピラB&A+ 丸山	12:00-12:50 ◎ピラLower+ 林田
	13:10-14:00 ◎ピラB+ 丸山		13:30-14:00 ◎ピラRefCore 林田
			14:40-15:30 ◎ピラUpper+ 野崎
			16:10-17:00 ◎ピラH&L+ 野崎
17:00-17:50 ◎ピラUpper+ 丸山		17:00-17:30 ◎ピラRefCore 林田	
			17:40-18:10 ◎ピラPerBackBody 丸山
18:20-18:50 ◎ピラHipLine 丸山	18:20-19:10 ◎ピラB&A+ 金田	18:00-18:50 ◎ピラWaist+ 林田	
19:20-20:10 ◎ピラB&A+ 野崎	19:40-20:30 ◎ピラLower+ 林田	19:20-20:10 ◎ピラUpper+ 野崎	
20:40-21:30 ◎ピラLower+ 野崎	21:00-21:30 ◎ピラRefCore 林田	20:40-21:30 ◎ピラH&L+ 野崎	

【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StretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ピラRefBody	Refresh Body	30分
3	◎ピラH&L+	Hip&Legs+	50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
3.5	◎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	◎ピラControlF	Control Flow	30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+