2026年2月レッスンスケジュール Rintosull 新潟万代シテイBP2店(全スタジオ:女性専用)

※2026年02月28日02:01 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 ◎ピラLower+ 勝井	09:30-10:20 ◎ピラB+ 齊藤	09:30-10:20 ◎ピラWaist+ 齊藤	09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 山崎	09:30-10:20 ◎ピラLower+ 山崎	08:30-09:20 ◎ピラUpper+ 齊藤	定休日	09:30-10:20 ◎ピラLower+ 山崎	09:30-10:20 ◎ピラWaist+ 韮澤	08:30-09:20 ◎ピラUpper+ 勝井	09:30-10:20 ◎ピラWaist+ 齊藤	09:30-10:20 ◎ピラB+ 山崎	08:30-09:20 ◎ピラLower+ 勝井	定休日	●09:30-10:20 ◎ピラWaist+ 長	09:30-10:20 ◎ピラLower+ 山崎	09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 山崎	●09:30-10:20 ◎ピラLower+ 韮澤	09:30-10:20 ◎ピラWaist+ 長	08:30-09:20 ◎ピラUpper+ 長	定休日	08:30-09:20 ◎ピラWaist+ 韮澤	09:30-10:20 ◎ピラB&A+ 長
		10:50-11:40 ◎ピラUpper+ 勝井	10:50-11:40 ◎ピラLower+ 勝井	10:50-11:40 ◎ピラUpper+ 勝井	10:50-11:40 ◎ピラLower+ 山崎	10:50-11:40 ◎ピラB+ 山崎	09:50-10:40 ◎ピラWaist+ 長		10:50-11:40 ◎ピラUpper+ 山崎	10:50-11:40 ◎ピラB+ 韮澤	09:50-10:40 ◎ピラLower+ 勝井	10:50-11:40 ◎ピラLower+ 長	10:50-11:40 ◎ピラWaist+ 山崎	09:50-10:40 ◎ピラWaist+ 韮澤		10:50-11:40 ◎ピラLower+ 韮澤	10:50-11:40 ◎ピラUpper+ 山崎	10:50-11:40 ◎ピラWaist+ 山崎	10:50-11:40 ◎ピラB+ 韮澤	10:50-11:40 ◎ピラB&A+ 長	09:50-10:40 ◎ピラLower+ 長		09:50-10:40 ◎ピラUpper+ 韮澤	10:50-11:40 ◎ピラLower+ 長
		12:10-13:00 ◎ピラB+ 齊藤	12:10-13:00 ◎ピラUpper+ 勝井	12:10-13:00 ◎ピラLower+ 長	12:10-13:00 ◎ピラB+ 勝井	12:10-13:00 ◎ピラUpper+ 勝井	11:10-12:00 ◎ピラB+ 勝井		12:10-13:00 ◎ピラB+ 齊藤	12:10-13:00 ◎ピラUpper+ 勝井	11:10-12:00 ◎ピラB+ 韮澤	12:10-13:00 ◎ピラB+ 山崎	12:10-13:00 ◎ピラLower+ 勝井	11:10-12:00 ◎ピラB+ 山崎		●12:10-13:00 ◎ピラB+ 韮澤	●12:10-13:00 ◎ピラWaist+ 長	12:10-13:00 ◎ピラLower+ 勝井	12:10-13:00 ◎ピラB&A+ 山崎	12:10-13:00 ◎ピラUpper+ 勝井	11:10-12:00 ◎ピラB&A+ 山崎		11:10-12:00 ◎ピラB+ 勝井	
		13:30-14:20 ◎ピラUpper+ 勝井	13:30-14:20 ◎ピラLower+ 齊藤	13:30-14:20 ◎ピラB+ 齊藤	13:30-14:20 ◎ピラUpper+ 勝井	13:30-14:20 ◎ピラWaist+ 長	12:30-13:20 ◎ピラLower+ 長		13:30-14:20 ◎ピラWaist+ 齊藤		12:30-13:20 ◎ピラWaist+ 勝井	13:30-14:20 ◎ピラUpper+ 長	13:30-14:20 ◎ピラUpper+ 勝井	12:30-13:20 ◎ピラUpper+ 山崎		13:30-14:20 ◎ピラH&L+ 長	13:30-14:20 ◎ピラB&A+ 齊藤	13:30-14:20 ◎ピラB+ 勝井	13:30-14:20 ◎ピラLower+ 韮澤	●13:30-14:20 ◎ピラLower+ 長	12:30-13:20 ◎ピラB+ 勝井		12:30-13:20 ◎ピラLower+ 勝井	
		17:00-17:50 ◎ピラB+ 山崎	17:00-17:50 ◎ピラLower+ 山崎	17:00-17:50 ◎ピラWaist+ 韮澤	17:00-17:50 ◎ピラLower+ 韮澤	17:00-17:50 ◎ピラB+ 韮澤	13:50-14:40 ◎ピラUpper+ 山崎		17:00-17:50 ◎ピラUpper+ 長		●13:50-14:40 ◎ピラLower+ 韮澤	17:00-17:50 ◎ピラB+ 山崎	17:00-17:50 ◎ピラWaist+ 長	13:50-14:40 ◎ピラLower+ 勝井		17:00-17:50 ◎ピラB&A+ 長	17:00-17:50 ◎ピラH&L+ 齊藤	17:00-17:50 ◎ピラLower+ 勝井	17:00-17:50 ◎ピラWaist+ 勝井	17:00-17:50 ◎ピラB+ 勝井	13:50-14:40 ◎ピラWaist+ 韮澤		13:50-14:40 ◎ピラWaist+ 勝井	
		18:20-19:10 ◎ピラUpper+ 山崎	●18:20-19:10 ◎ピラB+ 韮澤	18:20-19:10 ◎ピラLower+ 韮澤	18:20-19:10 ◎ピラUpper+ 長	18:20-19:10 ◎ピラLower+ 長	15:10-16:00 ◎ピラLower+ 山崎		18:20-19:10 ◎ピラB+ 勝井	18:30-19:20 ◎ピラWaist+ 齊藤	15:10-16:00 ◎ピラUpper+ 長	18:20-19:10 ◎ピラLower+ 山崎	18:20-19:10 ◎ピラUpper+ 長	15:10-16:00 ◎ピラB+ 韮澤		18:20-19:10 ◎ピラWaist+ 長	●18:20-19:10 ◎ピラUpper+ 韮澤	18:20-19:10 ◎ピラB&A+ 山崎	18:20-19:10 ◎ピラUpper+ 勝井	18:20-19:10 ◎ピラH&L+ 山崎	15:10-16:00 ◎ピラH&L+ 齊藤		15:10-16:00 ◎ピラH&L+ 山崎	18:20-19:10 ◎ピラB&A+ 山崎
		19:40-20:30 ◎ピラLower+ 韮澤	●19:40-20:30 ◎ピラWaist+ 韮澤	19:40-20:30 ◎ピラUpper+ 長	19:40-20:30 ◎ピラWaist+ 長	19:40-20:30 ◎ピラUpper+ 韮澤	16:30-17:20 ◎ピラB+ 勝井		19:40-20:30 ◎ピラLower+ 勝井	19:50-20:40 ◎ピラUpper+ 山崎	16:30-17:20 ◎ピラLower+ 長	19:40-20:30 ◎ピラUpper+ 長	●19:40-20:30 ◎ピラLower+ 勝井	16:30-17:20 ◎ピラUpper+ 韮澤		19:40-20:30 ◎ピラUpper+ 韮澤	19:40-20:30 ◎ピラB+ 齊藤	19:40-20:30 ◎ピラH&L+ 長	19:40-20:30 ◎ピラLower+ 山崎	●19:40-20:30 ◎ピラWaist+ 韮澤	16:30-17:20 ◎ピラB+ 齊藤		16:30-17:20 ◎ピラB&A+ 山崎	19:40-20:30 ◎ピラWaist+ 韮澤
		21:00-21:50 ◎ピラUpper+ 韮澤	21:00-21:50 ◎ピラUpper+ 山崎	21:00-21:50 ◎ピラLower+ 長	21:00-21:50 ◎ピラB+ 韮澤	21:00-21:50 ◎ピラWaist+ 韮澤	17:50-18:40 ◎ピラUpper+ 勝井		21:00-21:50 ◎ピラWaist+ 勝井	21:10-22:00 ◎ピラB+ 山崎	17:50-18:40 ◎ピラUpper+ 韮澤	21:00-21:50 ◎ピラWaist+ 長	21:00-21:50 ◎ピラB+ 勝井	17:50-18:40 ◎ピラLower+ 山崎		21:00-21:50 ◎ピラLower+ 韮澤	21:00-21:50 ◎ピラWaist+ 韮澤	21:00-21:50 ◎ピラUpper+ 勝井	21:00-21:50 ◎ピラB&A+ 山崎	21:00-21:50 ◎ピラUpper+ 韮澤	17:50-18:40 ◎ピラLower+ 韮澤		17:50-18:40 ◎ピラLower+ 山崎	21:00-21:50 ◎ピラUpper+ 韮澤

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
			08:30-09:20 ◎ピラB+ 韮澤
09:30-10:20 ◎ピラH&L+ 山﨑	09:30-10:20 ◎ピラB+ 齊藤	09:30-10:20 ◎ピラLower+ 韮澤	09:50-10:40 ◎ピラLower+ 韮澤
10:50-11:40 ◎ピラB&A+ 山﨑	10:50-11:40 ◎ピラLower+ 齊藤	10:50-11:40 ◎ピラUpper+ 韮澤	11:10-12:00 ◎ピラB&A+ 長
12:10-13:00 ◎ピラWaist+ 長	12:10-13:00 ◎ピラUpper+ 山﨑	12:10-13:00 ◎ピラB+ 山﨑	●12:30-13:20 ◎ピラLower+ 勝井
13:30-14:20 ◎ピラUpper+ 長	13:30-14:20 ◎ピラH&L+ 山﨑	13:30-14:20 ◎ピラWaist+ 韮澤	13:50-14:40 ◎ピラWaist+ 韮澤
			●15:10-16:00 ◎ピラLower+ 韮澤
17:00-17:50 ◎ピラUpper+ 韮澤	17:00-17:50 ◎ピラLower+ 長	17:00-17:50 ◎ピラWaist+ 山﨑	16:30-17:20 ◎ピラUpper+ 長
18:20-19:10 ◎ピラH&L+ 長	18:20-19:10 ◎ピラB+ 齊藤	18:20-19:10 ◎ピラLower+ 齊藤	17:50-18:40 ◎ピラWaist+ 長
19:40-20:30 ◎ピラUpper+ 長	●19:40-20:30 ◎ピラH&L+ 齊藤	19:40-20:30 ◎ピラB+ 山﨑	
21:00-21:50 ◎ピラLower+ 韮澤	21:00-21:50 ◎ピラWaist+ 長	21:00-21:50 ◎ピラUpper+ 齊藤	

【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
3	◎ピラH&L+	Hip&Legs+	50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+