2026年4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04月30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(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)	12日(日)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)	19日(日)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)
	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
				08:30–09:00 ◎ビラRefBody 齊藤							08:30–09:20 ◎ビラB+ 韮澤							●08:30–09:20 ◎ビラB&A+ 冨永						
	09:30–10:20 ◎ビラLower+ 冨永	09:30–10:20 ◎ビラUpper+ 韮澤	09:30–10:20 ◎ビラB+ 齊藤	09:40–10:30 ◎ビラWaist+ 齊藤		09:30–10:20 ◎ビラH&L+ 長	09:30–10:20 ◎ビラUpper+ 長	09:30–10:20 ◎ビラLower+ 山崎	09:30–10:00 ◎ビラRefBody 山崎	09:30–10:20 ◎ビラWaist+ 山崎	09:50–10:40 ◎ビラLower+ 田原		09:30–10:20 ◎ビラUpper+ 韮澤	09:30–10:20 ◎ビラWaist+ 山崎	09:30–10:20 ◎ビラLower+ 長	09:30–10:20 ◎ビラB+ 山崎	●09:30–10:20 ◎ビラB&A+ 冨永	09:50–10:40 ◎ビラWaist+ 韮澤		09:30–10:20 ◎ビラWaist+ 長	09:30–10:00 ◎ビラRefCore 長	09:30–10:20 ◎ビラH&L+ 齊藤	09:30–10:20 ◎ビラUpper+ 冨永	09:30–10:20 ◎ビラB+ 山崎
	10:50–11:20 ◎ビラRefBody 齊藤	11:00–11:50 ◎ビラLower+ 冨永	10:50–11:40 ◎ビラH&L+ 齊藤	11:10–12:00 ◎ビラUpper+ 冨永		11:00–11:50 ◎ビラWaist+ 長	10:50–11:40 ◎ビラLower+ 長	10:50–11:40 ◎ビラB+ 山崎	10:30–11:20 ◎ビラUpper+ 冨永	●10:50–11:40 ◎ビラLower+ 山崎	11:10–12:00 ◎ビラUpper+ 田原		10:50–11:40 ◎ビラLower+ 冨永	11:00–11:50 ◎ビラB+ 韮澤	10:50–11:40 ◎ビラUpper+ 長	11:00–11:50 ◎ビラLower+ 田原	10:50–11:40 ◎ビラWaist+ 冨永	11:10–12:00 ◎ビラUpper+ 山崎		10:50–11:40 ◎ビラB+ 山崎	10:30–11:20 ◎ビラH&L+ 長	10:50–11:40 ◎ビラUpper+ 冨永	10:50–11:20 ◎ビラRefBody 齊藤	11:00–11:50 ◎ビラLower+ 田原
	11:50–12:40 ◎ビラB&A+ 齊藤	12:30–13:20 ◎ビラB&A+ 韮澤	12:10–13:00 ◎ビラUpper+ 山崎	12:30–13:20 ◎ビラLower+ 田原		12:30–13:20 ◎ビラLower+ 田原	12:10–13:00 ◎ビラWaist+ 冨永		11:50–12:40 ◎ビラLower+ 韮澤	12:10–13:00 ◎ビラUpper+ 田原	12:30–13:20 ◎ビラWaist+ 韮澤		12:10–13:00 ◎ビラB+ 韮澤	12:30–13:20 ◎ビラLower+ 韮澤	12:10–13:00 ◎ビラWaist+ 山崎	12:30–13:20 ◎ビラUpper+ 田原	12:10–13:00 ◎ビラLower+ 田原	12:30–13:20 ◎ビラLower+ 冨永		11:50–12:20 ◎ビラRefBody 山崎	12:10–13:00 ◎ビラLower+ 田原	11:50–12:40 ◎ビラWaist+ 韮澤	●12:30–13:20 ◎ビラUpper+ 田原
	13:10–14:00 ◎ビラUpper+ 冨永	14:00–14:50 ◎ビラWaist+ 長		13:50–14:20 ◎ビラRefCore 冨永		14:00–14:50 ◎ビラUpper+ 韮澤	13:30–14:20 ◎ビラH&L+ 長		13:10–14:00 ◎ビラWaist+ 韮澤	13:30–14:20 ◎ビラB+ 山崎	13:50–14:40 ◎ビラLower+ 長		13:30–14:20 ◎ビラRefCore 韮澤	13:30–14:20 ◎ビラB+ 山崎	14:00–14:50 ◎ビラH&L+ 山崎	13:30–14:20 ◎ビラUpper+ 韮澤	13:50–14:20 ◎ビラRefCore 冨永			12:50–13:40 ◎ビラB+ 韮澤		13:10–14:00 ◎ビラLower+ 韮澤	
				14:50–15:40 ◎ビラB&A+ 冨永					14:30–15:20 ◎ビラB+ 冨永		15:10–16:00 ◎ビラB&A+ 韮澤			14:50–15:40 ◎ビラUpper+ 韮澤				14:50–15:40 ◎ビラLower+ 韮澤						
				16:10–17:00 ◎ビラLower+ 長							16:30–17:20 ◎ビラB+ 韮澤		16:40–17:30 ◎ビラUpper+ 冨永					●16:10–17:00 ◎ビラWaist+ 山崎						
	17:30–18:00 ◎ビラRefCore 山崎		17:00–17:50 ◎ビラWaist+ 韮澤	17:30–18:20 ◎ビラUpper+ 田原			17:20–17:50 ◎ビラRefBody 長	17:20–17:50 ◎ビラRefCore 長		17:00–17:30 ◎ビラRefCore 齊藤	17:50–18:20 ◎ビラRefBody 長			17:00–17:50 ◎ビラH&L+ 山崎			17:00–17:50 ◎ビラUpper+ 田原	17:30–18:20 ◎ビラB&A+ 韮澤		17:00–17:50 ◎ビラH&L+ 齊藤	16:50–17:40 ◎ビラB+ 山崎	17:20–18:10 ◎ビラUpper+ 齊藤	17:20–17:50 ◎ビラRefCore 冨永
	18:30–19:20 ◎ビラUpper+ 田原	18:20–19:10 ◎ビラWaist+ 長	18:20–19:10 ◎ビラH&L+ 長			18:00–18:50 ◎ビラLower+ 冨永	18:20–19:10 ◎ビラUpper+ 冨永	18:20–19:10 ◎ビラWaist+ 韮澤	18:40–19:30 ◎ビラB&A+ 韮澤	18:00–18:50 ◎ビラLower+ 齊藤			18:00–18:50 ◎ビラWaist+ 長	18:20–19:10 ◎ビラUpper+ 田原	18:20–19:10 ◎ビラLower+ 冨永	●18:00–18:50 ◎ビラLower+ 田原	18:20–19:10 ◎ビラB+ 山崎		18:20–19:10 ◎ビラUpper+ 冨永	18:20–19:10 ◎ビラWaist+ 韮澤	18:10–19:00 ◎ビラLower+ 長	18:40–19:30 ◎ビラLower+ 長	18:20–19:10 ◎ビラUpper+ 田原
	19:50–20:40 ◎ビラLower+ 田原	19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 田原	19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 冨永			19:20–20:10 ◎ビラUpper+ 山崎	19:40–20:30 ◎ビラB+ 韮澤	19:40–20:30 ◎ビラLower+ 田原	20:00–20:30 ◎ビラRefCore 冨永	19:20–20:10 ◎ビラWaist+ 長			19:20–20:10 ◎ビラLower+ 田原	19:40–20:30 ◎ビラLower+ 田原	19:40–20:30 ◎ビラB+ 冨永	19:20–20:10 ◎ビラWaist+ 長	19:40–20:30 ◎ビラLower+ 山崎		19:40–20:30 ◎ビラLower+ 田原	19:50–20:20 ◎ビラRefCore 山崎	19:30–20:20 ◎ビラB&A+ 山崎	20:00–20:30 ◎ビラRefBody 齊藤	19:40–20:30 ◎ビラLower+ 冨永
	21:10–22:00 ◎ビラB+ 山崎	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 田原	21:00–21:30 ◎ビラRefCore 冨永			20:40–21:30 ◎ビラH&L+ 山崎	21:00–21:50 ◎ビラWaist+ 韮澤	21:00–21:50 ◎ビラB&A+ 韮澤	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 冨永	20:40–21:30 ◎ビラB+ 長			20:40–21:30 ◎ビラUpper+ 田原	21:00–21:50 ◎ビラWaist+ 冨永	21:00–21:50 ◎ビラB&A+ 韮澤	20:40–21:30 ◎ビラB+ 長	21:00–21:30 ◎ビラRefCore 長		21:00–21:50 ◎ビラWaist+ 韮澤	21:00–21:50 ◎ビラUpper+ 田原	20:50–21:40 ◎ビラH&L+ 山崎	21:00–21:50 ◎ビラB+ 長	21:00–21:30 ◎ビラRefCore 冨永

25日(土)	26日(日)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30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
08:30-09:20 ◎ピラH&L+ 山崎	定休日	09:30-10:00 ◎ピラRefCore 山崎	09:30-10:20 ◎ピラWaist+ 長	08:30-09:20 ◎ピラH&L+ 齊藤	09:30-10:20 ◎ピラB&A+ 長
09:50-10:40 ◎ピラB&A+ 董澤		●10:30-11:20 ◎ピラLower+ 田原	10:50-11:40 ◎ピラUpper+ 長	09:50-10:40 ◎ピラB+ 齊藤	10:50-11:40 ◎ピラB+ 冨永
●11:10-12:00 ◎ピラUpper+ 長		11:50-12:40 ◎ピラB+ 山崎	12:10-13:00 ◎ピラLower+ 齊藤	11:10-12:00 ◎ピラLower+ 山崎	12:10-13:00 ◎ピラWaist+ 山崎
12:30-13:20 ◎ピラLower+ 董澤		●13:10-14:00 ◎ピラLower+ 田原		12:30-13:20 ◎ピラB&A+ 長	
13:50-14:40 ◎ピラWaist+ 冨永				13:50-14:20 ◎ピラRefCore 齊藤	
15:10-16:00 ◎ピラUpper+ 田原				14:50-15:40 ◎ピラUpper+ 田原	
16:30-17:20 ◎ピラH&L+ 長		17:00-17:50 ◎ピラB+ 冨永	16:50-17:40 ◎ピラH&L+ 齊藤	16:10-17:00 ◎ピラH&L+ 長	
17:50-18:40 ◎ピラB+ 冨永		18:20-19:10 ◎ピラWaist+ 山崎	18:10-19:00 ◎ピラUpper+ 長	17:30-18:20 ◎ピラLower+ 田原	18:00-18:50 ◎ピラB+ 齊藤
		19:40-20:30 ◎ピラUpper+ 田原	19:30-20:20 ◎ピラLower+ 田原		19:20-20:10 ◎ピラUpper+ 田原
		21:00-21:30 ◎ピラRefCore 冨永	20:50-21:40 ◎ピラWaist+ 冨永		20:40-21:30 ◎ピラLower+ 田原

【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+