2026年5月レッスンスケジュール Rintosull とうきょうスカイツリー駅前店(全スタジオ:女性専用)

※2026年05月03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(金)	2日(土)	3日(日)	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)	10日(日)	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)	17日(日)	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)	24日(日)
	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Lower+ 佐藤		08:00–08:50 ◎ビラUpper+ 佐藤	08:00–08:30 ◎ビラTotalBody 小林	08:00–08:50 ◎ビラH&L+ 在津			08:00–08:30 ◎ビラRefBody 柏田							08:00–08:50 ◎ビラB+ 在津						08:00–08:50 ◎ビラUpper+ 佐藤	
	09:30–10:00 ◎ビラRefCore 在津	09:20–10:10 ◎ビラB+ 柏田		09:20–10:10 ◎ビラLower+ 佐藤	09:00–09:50 ◎ビラUpper+ 佐藤	09:20–09:50 ◎ビラcore 在津	09:30–10:20 ◎ビラLower+ 小林	09:30–10:20 ◎ビラWaist+ 小林	09:00–09:50 ◎ビラLower+ 柏田		09:30–10:20 ◎ビラB&A+ 柏田	09:30–10:20 ◎ビラB+ 在津	09:30–10:00 ◎ビラcore 在津	09:30–10:20 ◎ビラLower+ 柏田	09:30–10:20 ◎ビラUpper+ 在津	09:20–09:50 ◎ビラRefCore 在津		09:30–10:00 ◎ビラTotalBody 柏田	09:30–10:20 ◎ビラLower+ 佐藤	09:30–10:20 ◎ビラB&A+ 小林	09:30–10:00 ◎ビラBackStyle 在津	09:30–10:20 ◎ビラB+ 小林	09:20–10:10 ◎ビラLower+ 佐藤	
	10:30–11:20 ◎ビラB+ 在津	10:40–11:10 ◎ビラRefBody 柏田		10:40–11:10 ◎ビラTotalBody 柏田	10:20–11:10 ◎ビラLower+ 佐藤	10:20–11:10 ◎ビラUpper+ 佐藤	10:50–11:40 ◎ビラUpper+ 小林	10:50–11:20 ◎ビラcore 小林	10:20–10:50 ◎ビラTotalBody 在津		10:50–11:20 ◎ビラRefCore 柏田	10:50–11:40 ◎ビラLower+ 在津	10:30–11:20 ◎ビラUpper+ 在津	10:50–11:40 ◎ビラB+ 柏田	10:50–11:40 ◎ビラH&L+ 在津	10:20–11:10 ◎ビラUpper+ 佐藤		10:30–11:20 ◎ビラH&L+ 柏田	10:50–11:40 ◎ビラUpper+ 佐藤	10:50–11:20 ◎ビラHipLine 小林	10:30–11:20 ◎ビラWaist+ 在津	10:50–11:40 ◎ビラUpper+ 大津	10:40–11:10 ◎ビラHipLine 小林	
	11:50–12:40 ◎ビラUpper+ 小林	11:40–12:30 ◎ビラLower+ 佐藤		11:40–12:30 ◎ビラH&L+ 小林	11:40–12:10 ◎ビラRefBody 柏田	11:40–12:30 ◎ビラB+ 在津	12:10–12:40 ◎ビラTotalBody 柏田	11:50–12:40 ◎ビラUpper+ 佐藤	11:20–12:10 ◎ビラWaist+ 在津		11:50–12:40 ◎ビラUpper+ 在津	12:10–13:00 ◎ビラWaist+ 在津	11:50–12:40 ◎ビラLower+ 小林	12:10–12:40 ◎ビラcore 小林	12:10–13:00 ◎ビラB&A+ 柏田	11:40–12:10 ◎ビラTotalBody 小林		11:50–12:40 ◎ビラUpper+ 佐藤	12:10–12:40 ◎ビラcore 在津	11:50–12:40 ◎ビラLower+ 佐藤	11:50–12:40 ◎ビラUpper+ 佐藤	12:10–13:00 ◎ビラLower+ 大津	11:40–12:30 ◎ビラLower+ 大津	
	13:10–13:40 ◎ビラTotalBody 小林	13:00–13:50 ◎ビラB&A+ 柏田		13:00–13:50 ◎ビラB+ 柏田	12:40–13:30 ◎ビラLower+ 佐藤	13:00–13:50 ◎ビラB&A+ 柏田	13:10–14:00 ◎ビラWaist+ 柏田	13:10–14:00 ◎ビラLower+ 佐藤	12:30–13:20 ◎ビラUpper+ 佐藤		12:40–13:30 ◎ビラLower+ 在津	13:30–14:00 ◎ビラRefBody 柏田	13:10–14:00 ◎ビラB&A+ 小林	13:10–14:00 ◎ビラH&L+ 小林	13:30–14:00 ◎ビラTotalBody 柏田	12:40–13:30 ◎ビラB&A+ 在津		13:10–14:00 ◎ビラLower+ 佐藤	13:10–14:00 ◎ビラB+ 在津		●13:10–14:00 ◎ビラLower+ 佐藤	13:30–14:00 ◎ビラTotalBody 柏田	13:00–13:30 ◎ビラBackStyle 在津	
		14:20–14:50 ◎ビラcore 小林		14:20–14:50 ◎ビラRefCore 柏田	14:00–14:50 ◎ビラH&L+ 小林	14:20–14:50 ◎ビラTotalBody 柏田			13:50–14:40 ◎ビラLower+ 佐藤							14:00–14:30 ◎ビラcore 小林							14:00–14:50 ◎ビラB+ 在津	
		15:20–16:10 ◎ビラH&L+ 小林		15:20–16:10 ◎ビラLower+ 佐藤	15:20–15:50 ◎ビラcore 小林	15:20–16:10 ◎ビラLower+ 佐藤			15:10–15:40 ◎ビラRefCore 柏田							15:00–15:50 ◎ビラH&L+ 小林							15:20–15:50 ◎ビラcore 小林	
		16:40–17:10 ◎ビラRefCore 柏田		16:40–17:30 ◎ビラWaist+ 小林	16:20–17:10 ◎ビラUpper+ 柏田	16:40–17:10 ◎ビラRefBody 柏田			16:10–17:00 ◎ビラB+ 在津						17:00–17:50 ◎ビラWaist+ 柏田	16:20–17:10 ◎ビラLower+ 佐藤							16:20–17:10 ◎ビラUpper+ 大津	
	17:20–17:50 ◎ビラTotalBody 小林	17:40–18:30 ◎ビラUpper+ 柏田		18:00–18:30 ◎ビラRefBody 小林	17:40–18:30 ◎ビラB+ 柏田	17:40–18:30 ◎ビラUpper+ 佐藤	17:20–18:10 ◎ビラB&A+ 在津	17:40–18:30 ◎ビラLower+ 小林	17:30–18:00 ◎ビラcore 在津		17:40–18:10 ◎ビラRefCore 在津		17:20–18:10 ◎ビラB&A+ 在津	17:20–18:10 ◎ビラLower+ 佐藤		17:40–18:30 ◎ビラUpper+ 佐藤		17:40–18:30 ◎ビラLower+ 小林	17:20–18:10 ◎ビラUpper+ 大津		17:20–18:10 ◎ビラLower+ 佐藤	17:40–18:10 ◎ビラHipLine 柏田	17:40–18:10 ◎ビラTotalBody 在津	
	●18:40–19:30 ◎ビラLower+ 小林			18:40–19:30 ◎ビラLower+ 在津				19:00–19:30 ◎ビラRefCore 小林			18:40–19:30 ◎ビラLower+ 佐藤	18:40–19:30 ◎ビラB&A+ 柏田	18:40–19:10 ◎ビラcore 在津	18:40–19:30 ◎ビラUpper+ 佐藤	18:20–19:10 ◎ビラB+ 柏田		19:00–19:30 ◎ビラTotalBody 小林	18:40–19:30 ◎ビラLower+ 大津	18:40–19:10 ◎ビラBackStyle 在津	18:40–19:30 ◎ビラUpper+ 佐藤	18:40–19:30 ◎ビラWaist+ 柏田		
	20:00–20:30 ◎ビラRefBody 在津						20:00–20:30 ◎ビラTotalBody 柏田	20:00–20:50 ◎ビラUpper+ 在津			20:00–20:50 ◎ビラWaist+ 小林	20:00–20:30 ◎ビラTotalBody 柏田	19:40–20:30 ◎ビラLower+ 佐藤	20:00–20:30 ◎ビラRefCore 小林	19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 佐藤			20:00–20:50 ◎ビラWaist+ 柏田	20:00–20:30 ◎ビラRefBody 柏田	●19:40–20:30 ◎ビラLower+ 大津	20:00–20:50 ◎ビラB+ 柏田	20:00–20:30 ◎ビラTotalBody 在津	
	21:00–21:50 ◎ビラWaist+ 在津						21:00–21:50 ◎ビラUpper+ 柏田	21:20–21:50 ◎ビラcore 在津			21:20–21:50 ◎ビラRefBody 小林	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 柏田	21:00–21:50 ◎ビラUpper+ 佐藤	21:00–21:50 ◎ビラB+ 小林	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 佐藤			21:20–21:50 ◎ビラHipLine 柏田	21:00–21:50 ◎ビラB&A+ 柏田	●21:00–21:50 ◎ビラUpper+ 大津	21:20–21:50 ◎ビラHipLine 柏田	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 在津	

25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)	31日(日)
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	-
09:30-10:20 ◎ピラLower+ 大津	09:30-10:00 ◎ピラRefCore 小林	09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 大津	09:30-10:20 ◎ピラWaist+ 在津	09:30-10:20 ◎ピラB+ 在津	08:00-08:50 ◎ピラH&L+ 小林 09:20-09:50 ◎ピラBackStyle 小林	定休日
10:50-11:40 ◎ピラUpper+ 大津	10:30-11:20 ◎ピラB+ 小林	10:50-11:40 ◎ピラLower+ 大津	10:50-11:20 ◎ピラRefBody 在津	10:50-11:40 ◎ピラLower+ 佐藤	10:20-11:10 ◎ピラWaist+ 柏田	
12:10-12:40 ◎ピラRefBody 小林	11:50-12:40 ◎ピラUpper+ 佐藤	12:10-12:40 ◎ピラBackStyle 在津	11:50-12:40 ◎ピラB+ 柏田	12:10-13:00 ◎ピラB&A+ 小林	11:40-12:10 ◎ピラHipLine 柏田 12:40-13:30 ◎ピラUpper+ 大津	
13:10-14:00 ◎ピラWaist+ 小林	13:10-14:00 ◎ピラLower+ 佐藤	13:10-14:00 ◎ピラH&L+ 在津	13:10-14:00 ◎ピラUpper+ 柏田	13:30-14:00 ◎ピラcore 小林	14:00-14:50 ◎ピラLower+ 佐藤	
17:40-18:10 ◎ピラTotalBody 在津	17:20-18:10 ◎ピラWaist+ 柏田	17:20-17:50 ◎ピラHipLine 柏田	17:00-17:50 ◎ピラUpper+ 大津	17:20-18:10 ◎ピラLower+ 佐藤	15:20-16:10 ◎ピラB&A+ 柏田 16:40-17:10 ◎ピラRefCore 柏田 17:40-18:30 ◎ピラUpper+ 佐藤	
18:40-19:30 ◎ピラLower+ 在津	18:40-19:10 ◎ピラRefBody 柏田	18:20-19:10 ◎ピラB+ 柏田	18:20-19:10 ◎ピラLower+ 大津	18:40-19:30 ◎ピラUpper+ 佐藤		
20:00-20:50 ◎ピラWaist+ 柏田	19:40-20:30 ◎ピラUpper+ 佐藤	19:40-20:30 ◎ピラLower+ 佐藤	19:40-20:30 ◎ピラUpper+ 佐藤	20:00-20:50 ◎ピラB+ 在津		
21:20-21:50 ◎ピラRefBody 柏田	21:00-21:50 ◎ピラLower+ 佐藤	21:00-21:50 ◎ピラUpper+ 佐藤	21:00-21:50 ◎ピラLower+ 佐藤	21:20-21:50 ◎ピラBackStyle 在津		

【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BackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎ピラHipLine	Make Hip Line	30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
3.5	◎ピラcore	Shape up Core	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+