2026年6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25日02:06 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(月)	2日(火)	3日(水)	4日(木)	5日(金)	6日(土)	7日(日)	8日(月)	9日(火)	10日(水)	11日(木)	12日(金)	13日(土)	14日(日)	15日(月)	16日(火)	17日(水)	18日(木)	19日(金)	20日(土)	21日(日)	22日(月)	23日(火)	24日(水)
	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
	09:30–10:20 ◎ピラB+ 小林莉緒	09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 小林怜穂暢	09:30–10:15 Boost Upper&Lower 小林怜穂暢	09:30–10:20 ◎ピラLower+ 大津	09:30–10:00 ◎ピラcore 小林莉緒	08:00–08:50 ◎ピラUpper+ 佐藤	定休日	09:30–10:20 ◎ピラLower+ 小林怜穂暢	09:30–10:15 Boost Upper&Lower 大津	09:30–10:20 ◎ピラH&L+ 小林莉緒	09:30–10:15 Boost Upper&Lower 佐藤	09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 佐藤	08:00–08:30 ◎ピラRefBody 小林莉緒	定休日	09:30–10:00 ◎ピラRefCore 小林莉緒	09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 小林怜穂暢	●09:30–10:20 ◎ピラLower+ 佐藤	09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 田代	09:30–10:15 ◎ピラUpper+ 大津	08:00–08:50 ◎ピラUpper+ 小林怜穂暢	定休日	09:30–10:20 ◎ピラLower+ 小林怜穂暢	09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 小林怜穂暢	09:30–10:15 Boost Upper&Lower 大津
						09:20–10:05 Boost Upper&Lower 佐藤							09:00–09:50 ◎ピラUpper+ 田代							09:20–10:05 Boost Upper&Lower 小林怜穂暢				
	10:50–11:20 ◎ピラRefCore 小林莉緒	10:50–11:35 Boost Upper&Lower 小林怜穂暢	10:45–11:35 ◎ピラLower+ 小林怜穂暢	10:50–11:35 Boost Upper&Lower 大津	10:30–11:20 ◎ピラB&A+ 小林莉緒	10:35–11:05 ◎ピラcore 小林莉緒		10:50–11:35 Boost Upper&Lower 小林怜穂暢	10:45–11:35 ◎ピラLower+ 大津	10:50–11:20 ◎ピラRefCore 小林莉緒	10:45–11:35 ◎ピラUpper+ 佐藤	10:50–11:35 Boost Upper&Lower 佐藤	10:20–11:10 ◎ピラLower+ 田代		10:30–11:20 ◎ピラB+ 小林莉緒	10:50–11:40 ◎ピラLower+ 小林怜穂暢	●10:50–11:40 ◎ピラUpper+ 佐藤	10:50–11:35 Boost Upper&Lower 田代	10:45–11:35 ◎ピラUpper+ 大津	10:35–11:05 ◎ピラcore 小林莉緒		10:50–11:40 ◎ピラUpper+ 小林怜穂暢	10:50–11:35 Boost Upper&Lower 小林怜穂暢	10:45–11:35 ◎ピラLower+ 小林怜穂暢
						11:35–12:25 ◎ピラB+ 小林莉緒							11:40–12:10 ◎ピラBackStyle 小林莉緒							11:35–12:25 ◎ピラB+ 小林莉緒				
	11:50–12:40 ◎ピラLower+ 大津	12:05–12:35 ◎ピラTotalBody 小林莉緒	12:05–12:55 ◎ピラUpper+ 大津	12:05–12:55 ◎ピラH&L+ 小林莉緒	12:05–12:55 Boost Upper&Lower 田代	11:50–12:35 Boost Upper&Lower 小林怜穂暢		12:05–12:55 ◎ピラUpper+ 大津	12:05–12:55 ◎ピラUpper+ 小林怜穂暢	11:50–12:35 Boost Upper&Lower 小林怜穂暢	12:05–12:55 ◎ピラB+ 小林莉緒	12:05–12:55 ◎ピラLower+ 大津		11:50–12:40 ◎ピラLower+ 佐藤	12:10–13:00 ◎ピラB&A+ 小林莉緒	12:10–12:55 Boost Upper&Lower	12:05–12:35 ◎ピラTotalBody 園田	12:05–12:55 ◎ピラLower+ 田代		12:10–12:55 Boost Upper&Lower 園田	12:05–12:55 ◎ピラLower+ 佐藤	12:05–12:55 ◎ピラUpper+ 小林怜穂暢
						12:55–13:45 ◎ピラLower+ 小林怜穂暢							12:40–13:30 ◎ピラH&L+ 小林莉緒							12:55–13:45 ◎ピラLower+ 大津				
	13:10–14:00 ◎ピラUpper+ 大津	13:05–13:55 ◎ピラWaist+ 小林莉緒	13:25–14:10 Boost Upper&Lower 大津	13:25–13:55 ◎ピラBackStyle 小林莉緒	13:05–13:55 ◎ピラUpper+ 田代			13:25–14:10 Boost Upper&Lower 小林怜穂暢		13:05–13:55 ◎ピラLower+ 小林怜穂暢	13:25–13:55 ◎ピラcore 小林莉緒	13:25–14:10 Boost Upper&Lower 大津			13:10–13:55 Boost Upper&Lower 佐藤	13:30–14:00 ◎ピラRefBody 小林莉緒	●13:25–14:15 ◎ピラUpper+	13:05–13:55 ◎ピラH&L+ 園田	13:20–14:05 Boost Upper&Lower 田代			13:25–14:15 ◎ピラUpper+ 大津	13:25–13:55 ◎ピラcore 園田	13:25–14:15 ◎ピラWaist+ 園田
						14:05–14:55 ◎ピラUpper+ 小林怜穂暢							14:00–14:45 Boost Upper&Lower 佐藤							14:15–15:00 Boost Upper&Lower 大津				
						15:25–15:55 ◎ピラHipLine 小林莉緒							15:15–15:45 ◎ピラTotalBody 小林莉緒							15:30–16:20 ◎ピラH&L+ 園田				
						16:25–17:10 Boost Upper&Lower 大津							16:15–17:00 Boost Upper&Lower 大津							16:50–17:20 ◎ピラBackStyle 園田				
	17:00–17:50 ◎ピラUpper+ 大津	17:20–18:10 ◎ピラLower+ 佐藤	17:10–17:55 Boost Upper&Lower 小林怜穂暢	17:05–17:55 ◎ピラLower+ 大津	17:10–17:55 Boost Upper&Lower 大津	17:40–18:30 ◎ピラLower+ 大津		17:10–17:55 Boost Upper&Lower 小林怜穂暢	17:10–18:00 ◎ピラUpper+	17:25–18:10 Boost Upper&Lower 小林怜穂暢	17:10–18:00 ◎ピラLower+ 小林怜穂暢	17:30–18:20 ◎ピラUpper+ 大津		17:10–18:00 ◎ピラLower+ 小林怜穂暢	17:10–18:00 ◎ピラUpper+ 小林怜穂暢	17:25–18:10 Boost Upper&Lower 小林怜穂暢	17:25–17:55 ◎ピラBackStyle 園田	17:25–18:10 Boost Upper&Lower 佐藤	17:55–18:45 ◎ピラWaist+ 園田		17:25–18:15 ◎ピラB&A+ 園田	17:40–18:10 ◎ピラControlF 小林莉緒	17:25–18:15 ◎ピラWaist+ 園田
	18:20–19:10 ◎ピラLower+ 大津	18:40–19:30 ◎ピラUpper+ 佐藤	18:25–19:15 ◎ピラLower+ 小林怜穂暢	18:25–19:10 Boost Upper&Lower 大津	18:25–19:15 ◎ピラUpper+ 大津			18:40–19:30 ◎ピラUpper+ 小林怜穂暢	18:25–19:15 ◎ピラLower+ 小林怜穂暢	18:30–19:15 Boost Upper&Lower	18:40–19:30 ◎ピラUpper+ 小林怜穂暢	18:30–19:15 Boost Upper&Lower 小林怜穂暢		18:30–19:15 Boost Upper&Lower 小林怜穂暢	18:25–19:15 ◎ピラLower+ 小林怜穂暢	18:40–19:30 ◎ピラUpper+ 小林怜穂暢	18:25–19:15 ◎ピラH&L+ 園田	18:40–19:30 ◎ピラUpper+ 佐藤			18:45–19:15 ◎ピラTotalBody 園田	18:40–19:30 ◎ピラUpper+ 大津	18:45–19:15 ◎ピラRefBody 園田
	19:40–20:30 ◎ピラUpper+ 田代	20:00–20:30 ◎ピラTotalBody 小林莉緒	19:45–20:35 ◎ピラUpper+ 佐藤	19:40–20:30 ◎ピラLower+ 小林怜穂暢	19:45–20:30 Boost Upper&Lower 小林怜穂暢			20:00–20:30 ◎ピラHipLine 小林莉緒	19:45–20:30 Boost Upper&Lower 田代	19:45–20:35 ◎ピラLower+ 大津	20:00–20:50 ◎ピラWaist+ 小林莉緒	19:45–20:35 ◎ピラUpper+ 佐藤		19:45–20:35 ◎ピラUpper+ 佐藤	19:45–20:30 Boost Upper&Lower 大津	20:00–20:50 ◎ピラWaist+ 小林莉緒	19:45–20:30 Boost Upper&Lower 小林怜穂暢	20:00–20:30 ◎ピラRefCore 園田		19:45–20:30 Boost Upper&Lower 大津	20:00–20:50 ◎ピラH&L+ 園田	19:45–20:30 Boost Upper&Lower 大津
	21:00–21:50 ◎ピラLower+ 田代	21:00–21:50 ◎ピラB&A+ 小林莉緒	21:05–21:50 Boost Upper&Lower 佐藤	21:00–21:50 ◎ピラUpper+ 小林怜穂暢	21:00–21:50 ◎ピラLower+ 小林怜穂暢			21:00–21:50 ◎ピラB+ 小林莉緒	21:00–21:50 ◎ピラUpper+ 田代	21:05–21:50 Boost Upper&Lower 大津	21:20–21:50 ◎ピラHipLine 小林莉緒	21:05–21:50 Boost Upper&Lower 佐藤		21:05–21:50 Boost Upper&Lower 佐藤	21:00–21:50 ◎ピラLower+ 大津	21:20–21:50 ◎ピラControlF 小林莉緒	21:00–21:50 ◎ピラUpper+ 小林怜穂暢	21:00–21:50 ◎ピラB+ 園田		21:00–21:50 ◎ピラLower+ 大津	21:20–21:50 ◎ピラTotalBody 園田	21:00–21:50 ◎ピラUpper+ 大津

25日(木)	26日(金)	27日(土)	28日(日)	29日(月)	30日(火)
－	Aスタジオ	Aスタジオ	－	Aスタジオ	Aスタジオ
臨時休業	09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 大津 10:50–11:35 Boost Upper&Lower 大津 12:05–12:35 ◎ピラRefCore 園田 13:05–13:55 ◎ピラH&L+ 園田 17:20–18:10 ◎ピラLower+ 大津 18:40–19:30 ◎ピラUpper+ 大津 20:00–20:50 ◎ピラWaist+ 小林莉緒 21:20–21:50 ◎ピラStretchC 小林莉緒	08:00–08:30 ◎ピラRefCore 園田 09:00–09:50 ◎ピラB+ 園田 10:20–11:10 ◎ピラUpper+ 佐藤 11:40–12:30 ◎ピラLower+ 佐藤 13:00–13:30 ◎ピラTotalBody 園田 14:00–14:45 Boost Upper&Lower 小林怜穂暢 15:15–15:45 ◎ピラBackStyle 園田 16:15–17:05 ◎ピラUpper+ 小林怜穂暢 17:35–18:25 ◎ピラLower+ 小林怜穂暢	定休日	09:30–10:00 ◎ピラRefBody 園田 10:30–11:20 ◎ピラH&L+ 園田 11:50–12:40 ◎ピラUpper+ 大津 18:45–19:30 Boost Upper&Lower 小林怜穂暢 20:00–20:30 ◎ピラTotalBody 小林莉緒 21:00–21:50 ◎ピラWaist+ 小林莉緒	09:30–10:20 ◎ピラLower+ 大津 10:50–11:40 ◎ピラUpper+ 大津 12:10–12:55 Boost Upper&Lower 小林怜穂暢 13:25–14:15 ◎ピラLower+ 小林怜穂暢 17:25–17:55 ◎ピラHipLine 小林莉緒 18:25–19:15 ◎ピラB&A+ 小林莉緒 19:45–20:30 Boost Upper&Lower 佐藤 21:00–21:50 ◎ピラUpper+ 佐藤

【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
2.5	◎ピラTotalBody	Total Body	30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BackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎ピラHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ピラRefCore	Refresh Core	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45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+