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

※2026年02月26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 ◎ビラLower+ 生駒	●09:30-10:20 ◎ビラLower+ 生駒	10:00-10:50 ◎ビラLower+ 吉牟禮	10:00-10:50 ◎ビラH&L+ 生駒	09:30-10:20 ◎ビラB+ 遠藤	09:30-10:00 ◎ビラRefBody 遠藤	定休日	10:30-11:00 ◎ビラRefBody 酡島	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 酡島	08:30-09:20 ◎ビラLower+ 酡島	09:30-10:20 ◎ビラB+ 遠藤	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 酡島	08:30-09:00 ◎ビラRefBody 酡島	定休日	09:30-10:00 ◎ビラStretchC 吉牟禮	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 富岡	10:30-11:20 ◎ビラUpper+ 吉牟禮	09:30-10:20 ◎ビラB+ 遠藤	09:30-10:00 ◎ビラStretchC 吉牟禮	08:30-09:00 ◎ビラRefCore 吉牟禮	定休日	08:30-09:20 ◎ビラB+ 遠藤	09:30-10:00 ◎ビラRefCore 生駒
						11:00-11:50 ◎ビラUpper+ 酡島	10:40-11:30 ◎ビラLower+ 遠藤		11:40-12:30 ◎ビラLower+ 生駒	11:00-11:50 ◎ビラH&L+ 酡島	10:30-11:00 ◎ビラStretchC 吉牟禮	11:00-11:50 ◎ビラUpper+ 遠藤	11:00-11:50 ◎ビラLower+ 生駒	10:00-10:50 ◎ビラUpper+ 酡島		10:40-11:10 ◎ビラRefBody 酡島	11:30-12:20 ◎ビラUpper+ 富岡	12:00-12:30 ◎ビラStretchC 吉牟禮	11:30-12:20 ◎ビラLower+ 遠藤	10:40-11:30 ◎ビラH&L+ 生駒	10:20-11:10 ◎ビラB&A+ 生駒		10:10-11:00 ◎ビラUpper+ 遠藤	10:50-11:40 ◎ビラB+ 生駒
		11:30-12:20 ◎ビラUpper+ 生駒		11:30-12:20 ◎ビラUpper+ 酡島	11:30-12:20 ◎ビラUpper+ 生駒					12:30-13:20 ◎ビラB&A+ 生駒	11:40-12:10 ◎ビラRefBody 酡島	12:30-13:20 ◎ビラWaist+ 生駒	12:30-13:20 ◎ビラB&A+ 遠藤	11:30-12:20 ◎ビラLower+ 吉牟禮			13:00-13:30 ◎ビラRefBody 酡島	13:10-14:00 ◎ビラLower+ 吉牟禮	13:10-14:00 ◎ビラWaist+ 生駒		11:50-12:40 ◎ビラLower+ 山口		12:00-12:50 ◎ビラLower+ 酡島	12:30-13:20 ◎ビラLower+ 酡島
		13:10-14:00 ◎ビラH&L+ 遠藤	12:20-13:10 ◎ビラUpper+ 酡島	13:30-14:00 ◎ビラRefBody 酡島	13:30-14:20 ◎ビラLower+ 遠藤		12:30-13:20 ◎ビラUpper+ 生駒		13:30-14:20 ◎ビラWaist+ 生駒			14:00-14:30 ◎ビラRefBody 生駒				14:50-15:20 ◎ビラRefBody 生駒					13:20-14:10 ◎ビラUpper+ 山口			
			13:50-14:40 ◎ビラLower+ 酡島				14:00-14:50 ◎ビラWaist+ 生駒				14:30-15:20 ◎ビラWaist+ 酡島			14:30-15:20 ◎ビラUpper+ 酡島										
							15:30-16:20 ◎ビラLower+ 遠藤				16:00-16:30 ◎ビラRefCore 吉牟禮	16:00-16:50 ◎ビラLower+ 生駒	16:00-16:30 ◎ビラRefCore 生駒	16:00-16:50 ◎ビラLower+ 吉牟禮		16:00-16:50 ◎ビラUpper+ 酡島							15:40-16:30 ◎ビラH&L+ 酡島	
				16:30-17:20 ◎ビラH&L+ 遠藤																				16:30-17:20 ◎ビラUpper+ 生駒
					17:00-17:50 ◎ビラUpper+ 遠藤		17:00-17:30 ◎ビラRefBody 生駒			17:30-18:00 ◎ビラRefBody 生駒			17:30-18:20 ◎ビラLower+ 石田	17:30-18:00 ◎ビラStretchC 吉牟禮		17:30-18:20 ◎ビラB&A+ 酡島		●17:40-18:30 ◎ビラLower+ 石田	17:20-18:10 ◎ビラUpper+ 遠藤		17:10-18:00 ◎ビラH&L+ 生駒		17:10-18:00 ◎ビラB&A+ 酡島	
									18:00-18:50 ◎ビラUpper+ 酡島		17:40-18:30 ◎ビラLower+ 遠藤						18:00-18:30 ◎ビラRefCore 遠藤								
				18:30-19:20 ◎ビラUpper+ 遠藤	18:40-19:30 ◎ビラLower+ 生駒	18:20-19:10 ◎ビラLower+ 生駒													18:50-19:20 ◎ビラRefBody 生駒					18:20-19:10 ◎ビラH&L+ 酡島
										19:00-19:50 ◎ビラLower+ 生駒			19:10-20:00 ◎ビラWaist+ 生駒				19:10-20:00 ◎ビラLower+ 遠藤	19:20-20:10 ◎ビラB&A+ 吉牟禮		19:10-20:00 ◎ビラH&L+ 遠藤				
		19:30-20:20 ◎ビラLower+ 酡島	19:30-20:20 ◎ビラUpper+ 吉牟禮						19:30-20:20 ◎ビラLower+ 吉牟禮			19:50-20:40 ◎ビラUpper+ 吉牟禮				19:40-20:30 ◎ビラB+ 遠藤								
						19:50-20:40 ◎ビラUpper+ 生駒													20:10-21:00 ◎ビラB+ 生駒					20:20-20:50 ◎ビラRefBody 酡島
					20:30-21:00 ◎ビラRefBody 遠藤												20:30-21:20 ◎ビラB&A+ 酡島							
		21:00-21:50 ◎ビラB&A+ 吉牟禮	21:00-21:50 ◎ビラLower+ 吉牟禮	21:00-21:50 ◎ビラLower+ 酡島					21:00-21:50 ◎ビラB&A+ 吉牟禮	21:00-21:50 ◎ビラWaist+ 遠藤		21:20-21:50 ◎ビラStretchC 吉牟禮	21:10-22:00 ◎ビラUpper+ 石田			21:20-21:50 ◎ビラRefCore 遠藤		21:00-21:50 ◎ビラLower+ 吉牟禮			20:50-21:40 ◎ビラUpper+ 酡島				
						21:20-21:50 ◎ビラStretchC 吉牟禮																		

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 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 遠藤
09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 遠藤	09:30-10:00 ◎ﾋﾞﾗStretchC 吉牟禮	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 酡島	10:00-10:50 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 遠藤
11:00-11:30 ◎ﾋﾞﾗRefCore 遠藤	11:00-11:50 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 吉牟禮	11:00-11:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 酡島	11:30-12:00 ◎ﾋﾞﾗRefBody 酡島
12:10-12:40 ◎ﾋﾞﾗStretchC 吉牟禮	12:40-13:30 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 生駒	12:30-13:00 ◎ﾋﾞﾗRefBody 遠藤	
	14:10-15:00 ◎ﾋﾞﾗLower+ 遠藤		14:30-15:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 酡島
16:00-16:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 生駒			16:00-16:30 ◎ﾋﾞﾗRefBody 遠藤
		17:30-18:00 ◎ﾋﾞﾗRefBody 酡島	17:10-18:00 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 酡島
17:50-18:40 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 生駒	18:30-19:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 生駒		
19:30-20:00 ◎ﾋﾞﾗRefBody 酡島		19:10-20:00 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 生駒	
	20:00-20:30 ◎ﾋﾞﾗRefBody 遠藤		
21:10-22:00 ◎ﾋﾞﾗB+ 生駒	21:10-22:00 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 遠藤	21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 生駒	

【マシンピラティス】

強度	レッスン名		時間
2.5	◎ﾋﾞﾗLower+	Lower Body Make-up＋	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗUpper+	Upper Body Make-up＋	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗB+	Basic+	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗRefBody	Refresh Body	30分
3	◎ﾋﾞﾗH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞﾗRefCore	Refresh Core	30分
3.5	◎ﾋﾞﾗWaist+	Waist Shape＋	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗ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+