2026年5月レッスンスケジュール Rintosull イオンモール東員店(全スタジオ:女性専用)

※2026年04月26日02:07 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	-
	10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 金	10:30–11:20 ◎ピラWaist+ 高山		10:30–11:20 ◎ピラLower+ 山本	10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 小池	10:30–11:00 ◎ピラRefBody 馬場園	10:30–11:20 ◎ピラWaist+ 高山	10:30–11:20 ◎ピラB+ 馬場園	10:30–11:00 ◎ピラRefCore 金		10:30–11:20 ◎ピラB+ 小池	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 馬場園	10:30–11:20 ◎ピラWaist+ 小池	10:30–11:20 ◎ピラB+ 高山	10:30–11:00 ◎ピラRefCore 小池	10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 金		10:30–11:20 ◎ピラB&A+ 山本	10:30–11:20 ◎ピラB+ 金	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 小池	10:30–11:20 ◎ピラB&A+ 馬場園	10:30–11:20 ◎ピラH&L+ 山本	10:30–11:00 ◎ピラTotalBody 馬場園	
	11:50–12:40 ◎ピラLower+ 山本	11:50–12:40 ◎ピラB+ 高山		11:50–12:40 ◎ピラUpper+ 高山	11:50–12:20 ◎ピラRefCore 小池	11:30–12:20 ◎ピラB&A+ 山本	11:50–12:40 ◎ピラB+ 高山	11:50–12:40 ◎ピラUpper+ 小池	11:30–12:20 ◎ピラLower+ 金		11:50–12:40 ◎ピラUpper+ 小池	11:50–12:40 ◎ピラB+ 高山	11:50–12:40 ◎ピラLower+ 山本	11:50–12:40 ◎ピラUpper+ 金	11:30–12:20 ◎ピラB+ 小池	11:50–12:40 ◎ピラLower+ 高山		11:50–12:40 ◎ピラLower+ 山本	11:50–12:40 ◎ピラUpper+ 馬場園	11:50–12:20 ◎ピラRefCore 小池	11:50–12:40 ◎ピラH&L+ 馬場園	11:50–12:40 ◎ピラUpper+ 山本	11:30–12:20 ◎ピラLower+ 高山	
	13:10–14:00 ◎ピラB&A+ 山本	13:10–13:40 ◎ピラRefCore 小池		13:10–13:40 ◎ピラRefCore 金	12:50–13:40 ◎ピラWaist+ 高山	12:50–13:40 ◎ピラLower+ 金	13:10–14:00 ◎ピラLower+ 金	13:10–13:40 ◎ピラRefCore 小池	12:50–13:40 ◎ピラB+ 高山		13:10–14:00 ◎ピラWaist+ 高山	13:10–14:00 ◎ピラUpper+ 高山	13:10–14:00 ◎ピラB&A+ 山本		12:50–13:40 ◎ピラUpper+ 山本	13:10–13:40 ◎ピラTotalBody 馬場園		13:10–13:40 ◎ピラRefBody 高山	13:10–13:40 ◎ピラRefCore 金		13:10–14:00 ◎ピラUpper+ 金	13:10–14:00 ◎ピラWaist+ 高山	12:50–13:40 ◎ピラUpper+ 高山	
		14:10–15:00 ◎ピラUpper+ 小池		14:10–15:00 ◎ピラH&L+ 山本	14:10–15:00 ◎ピラB&A+ 金	14:10–15:00 ◎ピラUpper+ 金		14:10–15:00 ◎ピラH&L+ 山本	14:10–15:00 ◎ピラLower+ 高山		14:30–15:20 ◎ピラB+ 高山	14:30–15:20 ◎ピラLower+ 金			14:10–15:00 ◎ピラH&L+ 山本	14:10–15:00 ◎ピラB&A+ 高山		14:10–15:00 ◎ピラWaist+ 高山		14:10–14:40 ◎ピラRefBody 高山	14:30–15:20 ◎ピラLower+ 高山		14:10–15:00 ◎ピラB+ 金	
	16:00–16:30 ◎ピラRefCore 金	15:30–16:20 ◎ピラLower+ 馬場園		15:30–16:20 ◎ピラB+ 高山	15:30–16:20 ◎ピラLower+ 金	15:30–16:20 ◎ピラB+ 馬場園	16:20–16:50 ◎ピラRefCore 金		15:30–16:20 ◎ピラUpper+ 小池		15:50–16:20 ◎ピラRefBody 高山		16:20–16:50 ◎ピラRefBody 馬場園		●15:30–16:20 ◎ピラB+ 金	15:30–16:20 ◎ピラLower+ 高山			15:40–16:30 ◎ピラLower+ 山本			16:00–16:50 ◎ピラLower+ 山本	15:30–16:20 ◎ピラWaist+ 高山	
	17:00–17:50 ◎ピラUpper+ 金	16:50–17:20 ◎ピラRefBody 馬場園		16:50–17:40 ◎ピラB&A+ 山本	16:50–17:40 ◎ピラUpper+ 小池	16:50–17:40 ◎ピラLower+ 山本	17:20–18:10 ◎ピラWaist+ 小池	17:00–17:50 ◎ピラUpper+ 小池	16:50–17:20 ◎ピラRefBody 高山		17:00–17:30 ◎ピラRefCore 高山	17:20–18:10 ◎ピラUpper+ 馬場園			16:50–17:20 ◎ピラRefCore 小池			17:00–17:50 ◎ピラB&A+ 山本	16:40–17:30 ◎ピラUpper+ 高山	17:20–17:50 ◎ピラRefBody 高山		16:50–17:40 ◎ピラH&L+ 馬場園	
		17:50–18:40 ◎ピラH&L+ 山本		18:10–19:00 ◎ピラLower+ 金	18:10–18:40 ◎ピラRefBody 高山	18:10–18:40 ◎ピラRefCore 金	18:40–19:10 ◎ピラRefBody 高山	18:20–19:10 ◎ピラLower+ 山本	18:10–19:00 ◎ピラUpper+ 小池		18:00–18:50 ◎ピラH&L+ 馬場園		18:40–19:30 ◎ピラLower+ 小池		18:40–19:30 ◎ピラWaist+ 高山	17:50–18:40 ◎ピラLower+ 小池		17:20–18:10 ◎ピラB+ 小池		18:00–18:50 ◎ピラH&L+ 山本	18:20–19:10 ◎ピラUpper+ 小池	17:20–18:10 ◎ピラB+ 高山	18:10–18:40 ◎ピラRefCore 金	
	18:20–19:10 ◎ピラLower+ 山本	19:10–20:00 ◎ピラUpper+ 山本		19:30–20:00 ◎ピラRefBody 金	19:10–20:00 ◎ピラB+ 高山	19:10–20:00 ◎ピラUpper+ 馬場園	19:40–20:30 ◎ピラLower+ 小池	18:20–19:10 ◎ピラLower+ 山本	19:30–20:00 ◎ピラRefCore 金		18:20–19:10 ◎ピラLower+ 小池	19:20–20:10 ◎ピラUpper+ 金	20:00–20:30 ◎ピラRefCore 小池	19:40–20:30 ◎ピラWaist+ 小池	18:40–19:30 ◎ピラWaist+ 高山	19:10–20:00 ◎ピラUpper+ 馬場園		18:40–19:30 ◎ピラLower+ 金	18:20–19:10 ◎ピラWaist+ 金	19:20–20:10 ◎ピラUpper+ 山本	18:20–19:10 ◎ピラWaist+ 小池	18:40–19:10 ◎ピラRefCore 小池	19:10–20:00 ◎ピラUpper+ 金	
	19:40–20:30 ◎ピラWaist+ 馬場園						19:40–20:30 ◎ピラLower+ 小池	19:40–20:30 ◎ピラB&A+ 山本			19:40–20:30 ◎ピラB&A+ 山本			19:40–20:30 ◎ピラWaist+ 小池	20:00–20:30 ◎ピラRefBody 高山			20:00–20:30 ◎ピラRefCore 金	19:40–20:30 ◎ピラLower+ 馬場園			19:40–20:30 ◎ピラB+ 小池	19:40–20:30 ◎ピラWaist+ 小池		
	21:00–21:30 ◎ピラRefBody 馬場園						21:00–21:50 ◎ピラUpper+ 金	21:00–21:50 ◎ピラLower+ 高山			21:00–21:50 ◎ピラH&L+ 山本	20:40–21:30 ◎ピラWaist+ 金	21:00–21:50 ◎ピラB&A+ 山本	21:00–21:50 ◎ピラLower+ 小池	21:00–21:50 ◎ピラUpper+ 山本			21:00–21:50 ◎ピラUpper+ 小池	21:00–21:50 ◎ピラB+ 馬場園	20:40–21:30 ◎ピラWaist+ 小池	21:00–21:50 ◎ピラUpper+ 高山	21:00–21:30 ◎ピラRefBody 高山		

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	-
10:30–11:20 ◎ピラWaist+ 高山	10:30–11:20 ◎ピラB+ 小池	10:30–11:00 ◎ピラTotalBody 馬場園	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 金	10:30–11:00 ◎ピラRefBody 高山	10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 金	定休日
11:50–12:40 ◎ピラUpper+ 金	11:50–12:40 ◎ピラWaist+ 高山	11:30–12:20 ◎ピラH&L+ 馬場園	11:50–12:40 ◎ピラB&A+ 高山	11:30–12:20 ◎ピラUpper+ 山本	11:50–12:40 ◎ピラLower+ 金	
13:10–13:40 ◎ピラRefCore 金		12:50–13:40 ◎ピラUpper+ 金	13:10–13:40 ◎ピラRefCore 金	12:50–13:40 ◎ピラB+ 高山	13:10–14:00 ◎ピラB&A+ 山本	
14:10–15:00 ◎ピラLower+ 小池			14:10–15:00 ◎ピラUpper+ 山本	14:10–14:40 ◎ピラRefCore 高山	14:30–15:20 ◎ピラLower+ 小池	
15:30–16:20 ◎ピラB+ 小池		16:00–16:50 ◎ピラB+ 小池		15:10–16:00 ◎ピラB&A+ 山本	15:50–16:20 ◎ピラTotalBody 馬場園	
		17:20–18:10 ◎ピラWaist+ 小池	17:00–17:50 ◎ピラWaist+ 高山		16:50–17:40 ◎ピラLower+ 小池	
18:40–19:10 ◎ピラRefCore 金	18:20–19:10 ◎ピラLower+ 山本	18:40–19:10 ◎ピラTotalBody 馬場園	18:20–19:10 ◎ピラB+ 小池	18:40–19:30 ◎ピラUpper+ 馬場園	18:10–19:00 ◎ピラB+ 小池	
19:40–20:30 ◎ピラH&L+ 山本	19:40–20:30 ◎ピラB&A+ 山本	19:40–20:30 ◎ピラLower+ 小池	19:40–20:30 ◎ピラUpper+ 小池	20:00–20:30 ◎ピラTotalBody 馬場園	19:30–20:20 ◎ピラB&A+ 馬場園	
21:00–21:50 ◎ピラUpper+ 山本	21:00–21:30 ◎ピラTotalBody 馬場園	21:00–21:30 ◎ピラRefCore 金	21:00–21:50 ◎ピラLower+ 山本	21:00–21:50 ◎ピラH&L+ 山本		

【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+