2026年6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05月30日02:05 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	－
			10:30–11:00 ◎ビラRefBody 高山	10:30–11:20 ◎ビラWaist+ 高山	10:30–11:20 ◎ビラLower+ 中野	10:30–11:20 ◎ビラB+ 小池		10:30–11:20 ◎ビラH&L+ 高山	10:30–11:20 ◎ビラUpper+ 高山	10:30–11:20 ◎ビラB+ 小池	10:30–11:00 ◎ビラRefCore 中野	10:30–11:20 ◎ビラUpper+ 小池	10:30–11:00 ◎ビラStretchC 馬場園		10:30–11:20 ◎ビラWaist+ 中野	10:30–11:00 ◎ビラTotalBody 馬場園	10:30–11:20 ◎ビラH&L+ 山本	10:30–11:20 ◎ビラUpper+ 山本	10:30–11:00 ◎ビラRefBody 高山	10:30–11:20 ◎ビラB+ 高山		10:30–11:20 ◎ビラLower+ 山本	10:30–11:20 ◎ビラB&A+ 山本	
	10:30–11:20 ◎ビラUpper+ 山本	10:30–11:20 ◎ビラB+ 馬場園																						
			11:30–12:20 ◎ビラWaist+ 高山								11:30–12:20 ◎ビラLower+ 中野	11:50–12:20 ◎ビラRefCore 中野	11:30–12:20 ◎ビラUpper+ 山本			11:30–12:20 ◎ビラLower+ 小池			11:30–12:20 ◎ビラB+ 高山				
	11:50–12:40 ◎ビラLower+ 山本	11:50–12:40 ◎ビラB&A+ 高山		11:50–12:20 ◎ビラStretchC 馬場園	11:50–12:40 ◎ビラUpper+ 中野	11:50–12:40 ◎ビラLower+ 小池		11:50–12:20 ◎ビラRefCore 高山	11:50–12:40 ◎ビラLower+ 高山	11:50–12:40 ◎ビラUpper+ 小池		11:50–12:20 ◎ビラRefCore 中野			11:50–12:40 ◎ビラB+ 中野		11:50–12:40 ◎ビラB&A+ 山本	11:50–12:40 ◎ビラLower+ 山本		11:50–12:20 ◎ビラRefCore 高山		11:50–12:40 ◎ビラB&A+ 山本	11:50–12:40 ◎ビラLower+ 山本	
			12:50–13:40 ◎ビラB+ 小池	12:50–13:40 ◎ビラUpper+ 山本				12:50–13:40 ◎ビラB+ 馬場園			12:50–13:40 ◎ビラUpper+ 山本	12:50–13:40 ◎ビラB+ 中野	12:50–13:40 ◎ビラLower+ 小池			12:50–13:40 ◎ビラUpper+ 小池			12:50–13:40 ◎ビラUpper+ 山本		12:50–13:40 ◎ビラH&L+ 馬場園			
	13:10–14:00 ◎ビラWaist+ 馬場園	13:10–14:00 ◎ビラLower+ 中野			13:10–14:00 ◎ビラH&L+ 山本	13:10–14:00 ◎ビラUpper+ 山本			13:10–14:00 ◎ビラWaist+ 小池						13:10–14:00 ◎ビラLower+ 山本		13:10–14:00 ◎ビラLower+ 小池	13:10–13:40 ◎ビラBackStyle 馬場園				13:10–14:00 ◎ビラB+ 高山	13:10–13:40 ◎ビラRefCore 中野	
			14:10–14:40 ◎ビラRefCore 中野					14:10–15:00 ◎ビラLower+ 山本			14:10–15:00 ◎ビラH&L+ 山本		14:10–15:00 ◎ビラB+ 小池			14:10–15:00 ◎ビラWaist+ 中野		14:10–15:00 ◎ビラWaist+ 中野	14:10–15:00 ◎ビラLower+ 小池	14:10–15:00 ◎ビラUpper+ 中野			14:10–15:00 ◎ビラUpper+ 高山	
	14:30–15:20 ◎ビラB&A+ 山本	14:30–15:20 ◎ビラUpper+ 中野			14:30–15:20 ◎ビラB&A+ 山本	14:30–15:20 ◎ビラH&L+ 山本			14:30–15:00 ◎ビラRefBody 高山						14:30–15:20 ◎ビラUpper+ 山本							14:30–15:00 ◎ビラRefBody 高山		
			15:10–16:00 ◎ビラLower+ 高山			15:50–16:20 ◎ビラTotalBody 馬場園			15:30–16:20 ◎ビラH&L+ 山本		15:30–16:00 ◎ビラTotalBody 馬場園	15:50–16:40 ◎ビラLower+ 中野	15:30–16:20 ◎ビラB&A+ 山本		15:50–16:20 ◎ビラRefCore 中野			15:30–16:00 ◎ビラRefBody 山本		15:30–16:20 ◎ビラLower+ 中野				
				16:20–17:10 ◎ビラB&A+ 山本													16:20–16:50 ◎ビラRefCore 高山				16:50–17:40 ◎ビラB&A+ 高山			
	17:00–17:30 ◎ビラRefCore 馬場園	17:20–17:50 ◎ビラBackStyle 馬場園				16:50–17:20 ◎ビラBackStyle 馬場園		17:00–17:30 ◎ビラStretchC 馬場園				17:10–17:40 ◎ビラRefBody 高山	16:50–17:40 ◎ビラLower+ 山本			17:00–17:50 ◎ビラH&L+ 高山	17:20–18:10 ◎ビラUpper+ 小池		17:20–18:10 ◎ビラWaist+ 中野			17:20–17:50 ◎ビラRefCore 小池	17:00–17:50 ◎ビラH&L+ 山本	
				17:40–18:10 ◎ビラRefCore 高山	17:20–18:10 ◎ビラWaist+ 中野																			
	18:00–18:50 ◎ビラUpper+ 馬場園					17:50–18:40 ◎ビラLower+ 小池		18:00–18:50 ◎ビラUpper+ 中野					18:10–18:40 ◎ビラBackStyle 馬場園									18:10–18:40 ◎ビラStretchC 馬場園		
		18:20–19:10 ◎ビラH&L+ 高山	18:20–19:10 ◎ビラB+ 中野						18:40–19:10 ◎ビラRefCore 小池		18:20–19:10 ◎ビラB&A+ 山本	18:10–19:00 ◎ビラUpper+ 小池				18:20–19:10 ◎ビラUpper+ 中野	18:40–19:10 ◎ビラRefBody 高山	18:20–19:10 ◎ビラLower+ 中野				18:20–19:10 ◎ビラUpper+ 中村	18:20–19:10 ◎ビラWaist+ 小池	
	19:20–20:10 ◎ビラLower+ 小池			18:40–19:30 ◎ビラUpper+ 小池	18:40–19:10 ◎ビラRefBody 高山			19:20–20:10 ◎ビラLower+ 中野		18:40–19:30 ◎ビラLower+ 山本		19:30–20:00 ◎ビラRefCore 小池	19:10–19:40 ◎ビラTotalBody 馬場園		18:40–19:30 ◎ビラB+ 高山			18:40–19:30 ◎ビラB+ 小池		19:10–19:40 ◎ビラBackStyle 馬場園				
		19:40–20:30 ◎ビラUpper+ 馬場園	19:40–20:30 ◎ビラWaist+ 小池		19:40–20:30 ◎ビラB+ 小池	19:10–20:00 ◎ビラUpper+ 馬場園			19:40–20:30 ◎ビラB+ 小池	20:00–20:50 ◎ビラWaist+ 中野	19:40–20:30 ◎ビラB+ 馬場園				20:00–20:30 ◎ビラRefBody 高山	19:40–20:30 ◎ビラLower+ 中野	19:40–20:10 ◎ビラRefCore 高山	19:40–20:10 ◎ビラTotalBody 馬場園	20:00–20:50 ◎ビラLower+ 小池			19:40–20:30 ◎ビラLower+ 山本	19:40–20:10 ◎ビラRefCore 中野	
	20:40–21:30 ◎ビラB+ 小池			20:00–20:50 ◎ビラLower+ 小池				20:40–21:30 ◎ビラB&A+ 山本				●20:30–21:20 ◎ビラB&A+ 高山				20:40–21:30 ◎ビラLower+ 小池	20:40–21:30 ◎ビラWaist+ 中野						
		21:00–21:50 ◎ビラLower+ 中野	21:00–21:50 ◎ビラUpper+ 小池	21:20–21:50 ◎ビラTotalBody 馬場園	21:00–21:50 ◎ビラH&L+ 高山				21:00–21:50 ◎ビラUpper+ 山本	21:20–21:50 ◎ビラStretchC 馬場園	21:00–21:50 ◎ビラLower+ 馬場園				21:00–21:50 ◎ビラUpper+ 山本	21:00–21:50 ◎ビラB&A+ 馬場園			21:20–21:50 ◎ビラRefCore 中野			21:00–21:30 ◎ビラRefBody 高山	20:40–21:30 ◎ビラUpper+ 中村	

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	Aスタジオ
10:30–11:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 中野	10:30–11:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 山本	10:30–11:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 中野	定休日	10:30–11:00 ◎ﾋﾞﾗRefCore 小池	10:30–11:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 高山
				11:30–12:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 小池	
11:50–12:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 中野	11:50–12:40 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 高山	11:50–12:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中村			11:50–12:20 ◎ﾋﾞﾗStretchC 馬場園
				12:50–13:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中村	12:50–13:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 山本
	13:10–14:00 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 高山	13:10–13:40 ◎ﾋﾞﾗRefBody 山本			
		14:10–15:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 中野			14:10–15:00 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 山本
		15:30–16:20 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 高山			15:30–16:00 ◎ﾋﾞﾗBackStyle 馬場園
	16:00–16:30 ◎ﾋﾞﾗStretchC 馬場園				
	17:00–17:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中村	16:50–17:20 ◎ﾋﾞﾗRefCore 高山			
		17:50–18:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 小池			
18:20–19:10 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 馬場園	18:20–19:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 小池			18:20–19:10 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 高山	18:20–19:10 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中野
		19:10–20:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 小池			
19:40–20:30 ◎ﾋﾞﾗLower+ 高山	19:40–20:10 ◎ﾋﾞﾗRefBody 山本			19:40–20:30 ◎ﾋﾞﾗLower+ 高山	19:40–20:10 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 馬場園
	20:40–21:30 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 小池				20:40–21:30 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 中野
21:00–21:30 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 馬場園				21:00–21:30 ◎ﾋﾞﾗStretchC 馬場園	

【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TotalBody	Total Body	30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BackStyle	Beauty Back Style	30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+