2026年4月レッスンスケジュール Rintosull パークプレイス大分店(全スタジオ:女性専用)

※2026年04月07日02:03 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(水)	2日(木)	3日(金)	4日(土)	5日(日)	6日(月)	7日(火)	8日(水)	9日(木)	10日(金)	11日(土)	12日(日)	13日(月)	14日(火)	15日(水)	16日(木)	17日(金)	18日(土)	19日(日)	20日(月)	21日(火)	22日(水)	23日(木)	24日(金)
	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
	10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 平間	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 中上	10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 中上	10:30–11:20 ◎ピラH&L+ 中上	臨時休業	10:30–11:20 ◎ピラWaist+ 波多野	10:30–11:20 ◎ピラH&L+ 中上	10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 平間	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 丸尾	10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 丸尾	10:30–11:20 ◎ピラB+ 大塚	臨時休業	10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 大塚	10:30–11:20 ◎ピラH&L+ 中上	10:30–11:20 ◎ピラB&A+ 波多野	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 大塚	10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 中上	10:30–11:20 ◎ピラB+ 平間	臨時休業	10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 丸尾	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 丸尾	10:30–11:20 ◎ピラB&A+ 中上	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 丸尾	10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 平間
	11:50–12:40 ◎ピラH&L+ 中上	11:50–12:40 ◎ピラWaist+ 平間	11:50–12:40 ◎ピラLower+ 波多野	11:50–12:40 ◎ピラUpper+ 平間		11:50–12:20 ◎ピラRefBody 中上	11:50–12:40 ◎ピラUpper+ 丸尾	11:50–12:40 ◎ピラLower+ 中上	11:50–12:40 ◎ピラUpper+ 丸尾	11:50–12:40 ◎ピラLower+ 大塚	11:50–12:20 ◎ピラRefBody 波多野		11:50–12:40 ◎ピラH&L+ 波多野	11:50–12:40 ◎ピラWaist+ 大塚	11:50–12:40 ◎ピラLower+ 平間	11:50–12:40 ◎ピラB+ 波多野	11:50–12:40 ◎ピラLower+ 丸尾	11:50–12:40 ◎ピラB&A+ 波多野		11:50–12:40 ◎ピラLower+ 中上	11:50–12:40 ◎ピラB+ 波多野	11:50–12:40 ◎ピラLower+ 大塚	11:50–12:40 ◎ピラWaist+ 平間	11:50–12:20 ◎ピラRefCore 波多野
	13:10–14:00 ◎ピラB+ 平間	13:10–14:00 ◎ピラUpper+ 大塚	13:10–13:40 ◎ピラRefBody 波多野	13:10–14:00 ◎ピラB&A+ 波多野		12:50–13:20 ◎ピラRefCore 大塚	13:10–14:00 ◎ピラB+ 大塚	13:10–14:00 ◎ピラWaist+ 大塚	13:10–13:40 ◎ピラRefBody 中上	13:10–14:00 ◎ピラUpper+ 丸尾	12:50–13:40 ◎ピラLower+ 平間		13:10–14:00 ◎ピラUpper+ 丸尾	13:10–14:00 ◎ピラLower+ 丸尾	13:10–13:40 ◎ピラRefBody 中上	13:10–14:00 ◎ピラLower+ 丸尾	13:10–14:00 ◎ピラUpper+ 丸尾	13:10–14:00 ◎ピラLower+ 大塚		13:10–14:00 ◎ピラWaist+ 大塚	13:10–14:00 ◎ピラLower+ 丸尾	13:10–14:00 ◎ピラWaist+ 波多野	13:10–14:00 ◎ピラLower+ 丸尾	12:50–13:40 ◎ピラUpper+ 中上
	14:30–15:20 ◎ピラB&A+ 波多野	14:30–15:00 ◎ピラRefCore 平間	14:10–15:00 ◎ピラUpper+ 中上	14:30–15:00 ◎ピラRefBody 中上		15:30–16:00 ◎ピラRefCore 波多野	14:30–15:20 ◎ピラH&L+ 中上	14:30–15:20 ◎ピラB+ 平間	16:00–16:50 ◎ピラUpper+ 平間	14:30–15:20 ◎ピラB+ 平間	14:10–15:00 ◎ピラUpper+ 大塚		14:30–15:20 ◎ピラLower+ 大塚	14:30–15:00 ◎ピラRefBody 中上	14:30–15:20 ◎ピラLower+ 平間	14:30–15:20 ◎ピラWaist+ 大塚	14:30–15:00 ◎ピラRefCore 大塚	14:30–15:20 ◎ピラUpper+ 平間		15:50–16:20 ◎ピラRefBody 中上	16:00–16:50 ◎ピラB&A+ 中上	16:00–16:50 ◎ピラB+ 大塚	16:00–16:50 ◎ピラLower+ 大塚	14:10–15:00 ◎ピラB+ 平間
	16:10–16:40 ◎ピラRefBody 波多野	15:50–16:40 ◎ピラB+ 平間	15:30–16:00 ◎ピラRefCore 波多野	16:10–17:00 ◎ピラH&L+ 中上		16:30–17:20 ◎ピラUpper+ 丸尾	17:50–18:20 ◎ピラRefBody 中上	17:10–18:00 ◎ピラLower+ 大塚	17:20–18:10 ◎ピラLower+ 丸尾	15:50–16:20 ◎ピラRefBody 中上	16:10–17:00 ◎ピラB&A+ 波多野		15:50–16:20 ◎ピラRefCore 波多野	15:50–16:40 ◎ピラB+ 平間	15:50–16:40 ◎ピラWaist+ 平間	15:50–16:40 ◎ピラLower+ 平間	15:50–16:40 ◎ピラUpper+ 大塚	16:10–17:00 ◎ピラB&A+ 中上		15:50–16:20 ◎ピラRefBody 中上				15:30–16:20 ◎ピラB&A+ 波多野
	17:10–18:00 ◎ピラLower+ 中上	17:10–18:00 ◎ピラUpper+ 丸尾	17:10–18:00 ◎ピラH&L+ 中上	17:30–18:20 ◎ピラUpper+ 波多野		17:00–17:50 ◎ピラLower+ 大塚	18:50–19:40 ◎ピラLower+ 丸尾	17:10–18:00 ◎ピラLower+ 大塚	18:40–19:30 ◎ピラLower+ 丸尾	17:10–18:00 ◎ピラLower+ 大塚	17:30–18:20 ◎ピラWaist+ 平間		17:10–18:00 ◎ピラLower+ 丸尾	17:10–18:00 ◎ピラUpper+ 丸尾	17:10–18:00 ◎ピラH&L+ 中上	17:10–18:00 ◎ピラUpper+ 丸尾	17:10–18:00 ◎ピラLower+ 丸尾	17:30–18:00 ◎ピラRefCore 大塚		17:00–17:50 ◎ピラLower+ 丸尾	17:20–17:50 ◎ピラRefBody 波多野	17:20–18:10 ◎ピラH&L+ 波多野	17:20–17:50 ◎ピラRefCore 大塚	17:00–17:50 ◎ピラLower+ 中上
	18:30–19:20 ◎ピラUpper+ 丸尾	18:30–19:20 ◎ピラLower+ 丸尾	18:30–19:20 ◎ピラB+ 大塚	18:50–19:40 ◎ピラLower+ 平間		18:20–19:10 ◎ピラB+ 平間		18:30–19:20 ◎ピラB+ 平間		18:30–19:20 ◎ピラB+ 平間	18:50–19:20 ◎ピラRefCore 大塚		18:30–19:20 ◎ピラB+ 波多野	18:30–19:20 ◎ピラLower+ 平間	18:30–19:20 ◎ピラUpper+ 中上	18:30–19:20 ◎ピラLower+ 丸尾	18:30–19:20 ◎ピラWaist+ 大塚	18:30–19:20 ◎ピラLower+ 大塚		18:20–19:10 ◎ピラB&A+ 中上	18:20–19:10 ◎ピラB+ 大塚	18:40–19:30 ◎ピラUpper+ 大塚	18:20–19:10 ◎ピラB+ 平間	18:20–19:10 ◎ピラB+ 波多野
	19:50–20:40 ◎ピラLower+ 丸尾	19:50–20:40 ◎ピラUpper+ 大塚	19:50–20:40 ◎ピラB&A+ 波多野	20:10–20:40 ◎ピラRefCore 平間		19:40–20:30 ◎ピラUpper+ 丸尾	20:10–20:40 ◎ピラRefCore 大塚	19:50–20:40 ◎ピラUpper+ 大塚	20:00–20:30 ◎ピラRefCore 平間	19:50–20:40 ◎ピラUpper+ 中上	19:50–20:40 ◎ピラLower+ 平間		19:50–20:40 ◎ピラB&A+ 波多野	19:50–20:40 ◎ピラUpper+ 丸尾	19:50–20:40 ◎ピラB+ 平間	19:50–20:40 ◎ピラWaist+ 平間	19:50–20:40 ◎ピラLower+ 中上	19:50–20:40 ◎ピラUpper+ 中上		19:40–20:30 ◎ピラH&L+ 中上	19:40–20:30 ◎ピラUpper+ 中上	20:00–20:30 ◎ピラRefBody 中上	19:40–20:30 ◎ピラUpper+ 大塚	19:40–20:30 ◎ピラH&L+ 中上

25日(土)	26日(日)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)
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Lower+ 大塚	臨時休業	10:30–11:20 ◎ピラB&A+ 中上	10:30–11:20 ◎ピラH&L+ 中上	10:30–11:20 ◎ピラB&A+ 波多野	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 中上
11:50–12:40 ◎ピラUpper+ 平間		11:50–12:20 ◎ピラRefBody 波多野	11:50–12:40 ◎ピラUpper+ 波多野	11:50–12:40 ◎ピラLower+ 丸尾	11:50–12:40 ◎ピラUpper+ 大塚
13:10–14:00 ◎ピラLower+ 丸尾		12:50–13:20 ◎ピラRefCore 平間	13:10–14:00 ◎ピラLower+ 丸尾	13:10–14:00 ◎ピラUpper+ 中上	13:10–13:40 ◎ピラRefCore 波多野
14:30–15:20 ◎ピラUpper+ 丸尾			14:30–15:20 ◎ピラWaist+ 平間	14:30–15:20 ◎ピラLower+ 丸尾	14:20–15:10 ◎ピラUpper+ 平間
16:00–16:50 ◎ピラWaist+ 平間			16:00–16:50 ◎ピラH&L+ 中上	16:00–16:50 ◎ピラWaist+ 大塚	15:40–16:30 ◎ピラH&L+ 中上
17:20–18:10 ◎ピラB&A+ 波多野		17:00–17:30 ◎ピラTotalBody 波多野	17:20–17:50 ◎ピラRefCore 波多野	17:20–18:10 ◎ピラLower+ 丸尾	17:00–17:50 ◎ピラUpper+ 大塚
18:40–19:30 ◎ピラLower+ 丸尾		18:00–18:30 ◎ピラRefBody 波多野	18:20–19:10 ◎ピラUpper+ 丸尾	18:40–19:30 ◎ピラB+ 平間	18:20–19:10 ◎ピラWaist+ 平間
20:00–20:30 ◎ピラRefCore 波多野		18:50–19:40 ◎ピラLower+ 丸尾	19:40–20:30 ◎ピラLower+ 丸尾	20:00–20:30 ◎ピラRefCore 大塚	19:40–20:30 ◎ピラLower+ 大塚
		20:00–20:30 ◎ピラRefCore 大塚			

【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+