2026年6月レッスンスケジュール Rintosull 京都駅前店(全スタジオ:女性専用)

※2026年05月28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(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	–
	09:30–10:00 ◎ピラChestSR 山本	09:30–10:20 ◎ピラLower+ 佐野	09:30–10:20 ◎ピラWaist+ 山口	09:30–10:00 ◎ピラcore 後藤	09:30–10:00 ◎ピラTotalBody 山本	08:30–09:20 ◎ピラH&L+ 長田	定休日	09:30–10:20 ◎ピラB+ 山口	09:30–10:20 ◎ピラB&A+ 黒河	09:30–10:00 ◎ピラChestSR 山本	09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 長田	09:30–10:20 ◎ピラWaist+ 佐野	08:30–09:20 ◎ピラB&A+ 黒河	定休日	09:30–10:00 ◎ピラStretchC 後藤	09:30–10:20 ◎ピラLower+ 佐野	09:30–10:20 ◎ピラB&A+ 黒河	09:30–10:20 ◎ピラH&L+ 長田	09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 山口	08:30–09:00 ◎ピラChestSR 山本	定休日	09:30–10:20 ◎ピラB&A+ 黒河	09:30–10:20 ◎ピラB+ 黒河	臨時休業
						09:50–10:40 ◎ピラUpper+ 佐野							09:50–10:40 ◎ピラB+ 佐野							09:30–10:20 ◎ピラLower+ 山本				
	10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 山本	10:50–11:20 ◎ピラTotalBody 山本	10:50–11:40 ◎ピラB+ 山口	10:30–11:20 ◎ピラH&L+ 黒河	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 山本	11:10–11:40 ◎ピラTotalBody 後藤		10:50–11:40 ◎ピラB&A+ 佐野	10:50–11:40 ◎ピラLower+ 佐野	10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 山本	10:50–11:40 ◎ピラH&L+ 長田	10:50–11:40 ◎ピラUpper+ 佐野	11:10–12:00 ◎ピラLower+ 佐野		10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 山口	10:50–11:20 ◎ピラcore 山本	10:50–11:40 ◎ピラB+ 山口	10:50–11:40 ◎ピラUpper+ 黒河	10:50–11:40 ◎ピラB+ 山口	10:50–11:40 ◎ピラUpper+ 山口		10:50–11:40 ◎ピラLower+ 佐野	10:50–11:40 ◎ピラB&A+ 黒河	
	11:50–12:40 ◎ピラH&L+ 長田	11:50–12:40 ◎ピラWaist+ 長田	12:10–13:00 ◎ピラLower+ 佐野	11:50–12:40 ◎ピラB+ 山口	11:50–12:40 ◎ピラWaist+ 山口	12:10–13:00 ◎ピラWaist+ 後藤		12:10–13:00 ◎ピラLower+ 長田	12:10–13:00 ◎ピラUpper+ 山口	11:50–12:40 ◎ピラB+ 黒河	12:10–13:00 ◎ピラB+ 佐野	12:10–13:00 ◎ピラLower+ 長田	12:30–13:00 ◎ピラRefCore 長田		11:50–12:40 ◎ピラH&L+ 山本	11:50–12:40 ◎ピラB+ 黒河	12:10–13:00 ◎ピラLower+ 佐野	12:10–12:55 Power Basic 後藤	12:10–12:40 ◎ピラChestSR 山本	12:10–13:00 ◎ピラWaist+ 長田		12:10–12:40 ◎ピラcore 後藤	12:10–12:40 ◎ピラRefBody 佐野	
	13:10–14:00 ◎ピラB+ 山口	13:10–13:40 ◎ピラRefBody 佐野	13:30–14:20 ◎ピラB&A+ 佐野	13:10–14:00 ◎ピラUpper+ 山口	13:10–14:00 ◎ピラB+ 山口	13:30–14:20 ◎ピラB+ 黒河		13:30–14:00 ◎ピラRefCore 佐野	13:30–14:20 ◎ピラB+ 山口	13:10–14:00 ◎ピラLower+ 黒河	13:30–14:00 ◎ピラcore 長田		13:30–14:20 ◎ピラH&L+ 黒河		13:10–13:40 ◎ピラChestSR 山本	13:10–13:40 ◎ピラRefCore 佐野	13:30–14:00 ◎ピラRefBody 佐野	13:30–14:00 ◎ピラStretchC 後藤	13:10–14:00 ◎ピラH&L+ 山本	13:30–14:15 Boost Upper&Lower 長田		13:10–14:00 ◎ピラB+ 佐野	13:10–14:00 ◎ピラUpper+ 長田	
						14:50–15:40 ◎ピラLower+ 佐野							14:50–15:40 ◎ピラUpper+ 山口							14:50–15:40 ◎ピラUpper+ 山本				
						16:10–16:40 ◎ピラChestSR 山本							16:10–16:55 Power Waist Shape 山口							16:10–16:40 ◎ピラRefCore 長田				
	17:10–18:00 ◎ピラLower+ 黒河	17:10–17:40 ◎ピラChestSR 山本	17:30–18:20 ◎ピラUpper+ 佐野	17:10–17:40 ◎ピラcore 長田	17:10–18:00 ◎ピラB+ 山本	17:10–18:00 ◎ピラB&A+ 黒河		17:10–17:40 ◎ピラcore 長田	17:10–17:40 ◎ピラRefBody 佐野	17:10–18:00 ◎ピラUpper+ 山口		17:10–17:40 ◎ピラStretchC 後藤	17:30–18:00 ◎ピラcore 山本		17:10–18:00 ◎ピラB+ 山口	17:10–18:00 ◎ピラUpper+ 山本	17:10–18:00 ◎ピラUpper+ 山本	17:10–17:40 ◎ピラcore 後藤	17:10–18:00 ◎ピラB+ 長田	17:10–18:00 ◎ピラB+ 山口		17:10–18:00 ◎ピラH&L+ 山本	17:10–18:00 ◎ピラLower+ 黒河	
	18:30–19:20 ◎ピラUpper+ 黒河	18:10–19:00 ◎ピラB&A+ 山本	18:50–19:20 ◎ピラcore 長田	18:10–19:00 ◎ピラB+ 黒河	18:30–19:20 ◎ピラUpper+ 山口			18:10–18:40 ◎ピラChestSR 山本	18:10–19:00 ◎ピラWaist+ 山口	18:30–19:00 ◎ピラRefCore 山口	18:20–19:10 ◎ピラLower+ 黒河	18:10–19:00 ◎ピラH&L+ 長田			18:30–19:20 ◎ピラLower+ 山口	18:30–19:20 ◎ピラH&L+ 長田	18:30–19:00 ◎ピラTotalBody 山本	18:10–19:00 ◎ピラLower+ 黒河	18:30–19:20 ◎ピラB&A+ 黒河			18:30–19:00 ◎ピラChestSR 山本	18:30–19:20 ◎ピラB+ 長田	
	19:50–20:20 ◎ピラRefCore 山口	19:30–20:20 ◎ピラB+ 黒河	19:50–20:40 ◎ピラLower+ 山本	19:30–20:20 ◎ピラB&A+ 佐野	19:50–20:20 ◎ピラRefBody 黒河			19:10–20:00 ◎ピラUpper+ 佐野	19:30–20:20 ◎ピラLower+ 長田	19:30–20:20 ◎ピラH&L+ 黒河	19:40–20:30 ◎ピラWaist+ 山口	19:30–20:20 ◎ピラUpper+ 山本			19:50–20:20 ◎ピラcore 長田	19:50–20:20 ◎ピラChestSR 山本	19:30–20:20 ◎ピラB+ 佐野	19:30–20:20 ◎ピラB&A+ 佐野	19:50–20:40 ◎ピラLower+ 佐野			19:30–20:20 ◎ピラUpper+ 山口	19:50–20:40 ◎ピラH&L+ 佐野	
	20:50–21:40 ◎ピラWaist+ 山口	20:50–21:40 ◎ピラUpper+ 黒河	21:10–21:40 ◎ピラTotalBody 山本	20:50–21:40 ◎ピラLower+ 長田	20:50–21:40 ◎ピラH&L+ 黒河			20:30–21:20 ◎ピラH&L+ 長田	20:50–21:35 Power Basic 長田	20:50–21:40 ◎ピラLower+ 黒河	21:00–21:30 ◎ピラTotalBody 山本	20:50–21:40 ◎ピラB+ 後藤			20:50–21:40 ◎ピラUpper+ 後藤	20:50–21:40 ◎ピラB+ 山口	20:50–21:40 ◎ピラH&L+ 佐野	20:50–21:40 ◎ピラUpper+ 佐野	21:10–21:40 ◎ピラcore 長田			20:50–21:40 ◎ピラLower+ 山口	21:10–21:40 ◎ピラcore 長田	

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
		08:30-09:20 ◎ピラUpper+ 長田			
09:30-10:20 ◎ピラLower+ 山本	09:30-10:00 ◎ピラRefCore 山口	09:50-10:35 Boost Upper&Lower 長田		09:30-10:20 ◎ピラWaist+ 長田	09:30-10:20 ◎ピラB&A+ 黒河
10:50-11:20 ◎ピラRefBody 黒河	10:30-11:20 ◎ピラUpper+ 山口	11:10-11:40 ◎ピラRefCore 黒河		10:50-11:40 ◎ピラB+ 黒河	10:50-11:40 ◎ピラLower+ 佐野
11:50-12:40 ◎ピラWaist+ 山口	11:50-12:35 Boost Upper&Lower 山本	12:10-13:00 ◎ピラB+ 黒河		12:10-12:40 ◎ピラRefBody 黒河	12:10-12:40 ◎ピラChestSR 山本
	13:10-13:40 ◎ピラChestSR 山本	13:30-14:20 ◎ピラH&L+ 佐野		13:10-14:00 ◎ピラUpper+ 佐野	13:10-14:00 ◎ピラB+ 黒河
		14:50-15:40 ◎ピラB&A+ 佐野	定休日		
		16:10-17:00 ◎ピラLower+ 長田			
	17:10-18:00 ◎ピラWaist+ 佐野	17:30-18:00 ◎ピラChestSR 山本		17:10-17:40 ◎ピラRefCore 長田	17:10-18:00 ◎ピラWaist+ 山口
18:20-18:50 ◎ピラcore 長田	18:30-19:20 ◎ピラLower+ 佐野			18:10-19:00 ◎ピラH&L+ 長田	18:30-19:20 ◎ピラLower+ 山口
19:20-20:05 Power Basic 長田	19:50-20:40 ◎ピラB+ 黒河			19:30-20:20 ◎ピラLower+ 山口	19:50-20:20 ◎ピラcore 長田
20:40-21:30 ◎ピラUpper+ 黒河	21:10-21:40 ◎ピラRefBody 黒河			20:50-21:40 ◎ピラB+ 山口	20:50-21:40 ◎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StretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ピラRefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ピラChestSR	Chest Spine Release	30分
3	◎ピラH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ピラRefCore	Refresh Core	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	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
4	Power Waist Shape	Power Waist Shape	45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+