2026年9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08月25日02:09 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(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	6日(日)	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	13日(日)	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)	20日(日)	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24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	－	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 ◎ビラcore 佐野	09:30-10:20 ◎ビラB+ 山口	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 河原	09:30-10:00 ◎ビラStretchC 長田	08:30-09:20 ◎ビラH&L+ 河原	定休日	09:30-10:20 ◎ビラWaist+ 山口	09:30-10:20 ◎ビラB+ 山口	09:30-10:20 ◎ビラWaist+ 黒河	09:30-10:20 ◎ビラH&L+ 山本	09:30-10:20 ◎ビラH&L+ 河原	08:30-09:20 ◎ビラUpper+ 黒河	定休日	09:30-10:00 ◎ビラcore 長田	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 後藤	09:30-10:20 ◎ビラB&A+ 河原	臨時休業	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 曽根	08:30-09:20 ◎ビラLower+ 黒河	定休日	08:30-09:00 SP 後藤	08:30-09:20 ◎ビラH&L+ 河原	定休日	09:30-10:00 SP 黒河
	10:30-11:20 ◎ビラLower+ 長田	10:50-11:20 ◎ビラStretchC 長田	10:50-11:40 ◎ビラB&A+ 河原	10:30-11:20 ◎ビラB&A+ 長田	09:50-10:40 ◎ビラB&A+ 河原		10:50-11:40 ◎ビラLower+ 山口	10:50-11:40 ◎ビラUpper+ 黒河	10:50-11:40 ◎ビラLower+ 山口	10:50-11:20 ◎ビラRefCore 山本	10:50-11:20 ◎ビラBackStyle 後藤	09:50-10:20 ◎ビラcore 黒河		10:30-11:20 ◎ビラLower+ 山口	10:50-11:20 ◎ビラBackStyle 後藤	10:50-11:40 ◎ビラB+ 山本		10:50-11:20 ◎ビラChestSR 曽根	09:50-10:20 SP 佐野		09:30-10:20 ◎ビラLower+ 佐野	09:50-10:40 ◎ビラUpper+ 河原		10:30-11:20 ◎ビラUpper+ 黒河
	11:50-12:40 ◎ビラB&A+ 曽根	11:50-12:40 ◎ビラUpper+ 山本	12:10-12:40 ◎ビラRefCore 黒河	11:50-12:40 ◎ビラH&L+ 河原	12:10-13:00 ◎ビラUpper+ 長田		12:10-13:00 ◎ビラUpper+ 河原	12:10-12:40 ◎ビラRefBody 黒河	12:10-12:40 ◎ビラcore 後藤	11:50-12:40 ◎ビラUpper+ 山口	11:50-12:40 ◎ビラLower+ 山本	12:10-13:00 ◎ビラB&A+ 河原		11:50-12:40 ◎ビラWaist+ 黒河	11:50-12:40 ◎ビラH&L+ 山本	12:10-13:00 ◎ビラLower+ 後藤		11:50-12:20 SP 佐野	12:10-13:00 ◎ビラH&L+ 佐野		12:10-13:00 ◎ビラH&L+ 河原	12:10-13:00 ◎ビラLower+ 青山		11:50-12:40 ◎ビラH&L+ 山本
	13:10-13:40 ◎ビラRefCore 長田	13:10-14:00 ◎ビラLower+ 山口	13:10-14:00 ◎ビラB+ 山口	13:10-14:00 ◎ビラUpper+ 河原	13:30-14:20 ◎ビラLower+ 山本		13:30-14:00 ◎ビラRefCore 山本		13:10-14:00 ◎ビラUpper+ 黒河	13:10-14:00 ◎ビラLower+ 山口	13:10-13:40 ◎ビラStretchC 山本	13:30-14:20 ◎ビラLower+ 河原		13:10-14:00 ◎ビラB&A+ 長田	13:10-14:00 ◎ビラUpper+ 黒河	13:30-14:00 SP 河原		12:50-13:40 ◎ビラLower+ 佐野	13:30-14:20 ◎ビラWaist+ 黒河		13:30-14:00 ◎ビラRefBody 河原	13:30-14:20 ◎ビラWaist+ 山本		13:10-13:40 ◎ビラControlF 曽根
					14:50-15:20 ◎ビラcore 山本							14:50-15:40 ◎ビラUpper+ 後藤							14:50-15:20 ◎ビラChestSR 曽根		14:30-15:00 SP 後藤	14:50-15:40 ◎ビラB+ 青山		
					15:50-16:40 ◎ビラB+ 長田																15:30-16:20 ◎ビラUpper+ 佐野			
		16:30-17:00 ◎ビラRefCore 山口							16:30-17:00 ◎ビラRefCore 山口			16:10-16:40 ◎ビラBackStyle 後藤				16:10-16:40 ◎ビラRefBody 河原			15:50-16:40 ◎ビラB+ 曽根				16:10-16:40 SP 山本		
	16:50-17:40 ◎ビラUpper+ 河原				17:10-18:00 ◎ビラWaist+ 長田		17:10-18:00 ◎ビラUpper+ 山本			17:10-18:00 ◎ビラWaist+ 黒河	17:10-18:00 ◎ビラB&A+ 河原	17:10-18:00 ◎ビラH&L+ 黒河		17:10-18:00 ◎ビラH&L+ 河原	17:10-17:40 ◎ビラcore 黒河	17:10-18:00 ◎ビラH&L+ 山本			17:05-17:35 SP 黒河		16:50-17:40 ◎ビラWaist+ 黒河	17:10-18:00 ◎ビラB&A+ 河原		
		17:30-18:00 ◎ビラTotalBody 後藤	17:30-18:20 ◎ビラWaist+ 黒河	17:30-18:00 ◎ビラBackStyle 後藤					17:30-18:00 ◎ビラStretchC 長田									17:30-18:20 ◎ビラB+ 山本						17:30-18:00 SP 山本
	18:10-19:00 ◎ビラH&L+ 河原							18:10-19:00 ◎ビラB&A+ 長田							18:10-19:00 ◎ビラB+ 長田									
		18:30-19:20 ◎ビラLower+ 山本		18:30-19:20 ◎ビラLower+ 山口			18:30-19:20 ◎ビラLower+ 山本		18:30-19:20 ◎ビラB&A+ 長田	18:30-19:20 ◎ビラB+ 黒河	18:30-19:20 ◎ビラLower+ 河原			18:30-19:20 ◎ビラUpper+ 河原		18:30-19:20 ◎ビラUpper+ 後藤		18:50-19:20 SP 山本						18:30-19:20 ◎ビラLower+ 山本
			18:50-19:40 ◎ビラUpper+ 山口																					
	19:30-20:20 ◎ビラB+ 黒河							19:30-20:20 ◎ビラLower+ 河原							19:30-20:20 ◎ビラLower+ 山口									
		19:50-20:40 ◎ビラB&A+ 長田		19:50-20:40 ◎ビラB+ 山口			19:50-20:20 ◎ビラRefBody 河原		●19:50-20:40 ◎ビラB+ 黒河	19:50-20:20 ◎ビラRefCore 山口	19:50-20:40 ◎ビラWaist+ 山口			19:50-20:40 ◎ビラLower+ 山口		19:50-20:20 SP 山本		19:50-20:40 ◎ビラH&L+ 河原						19:50-20:20 ◎ビラChestSR 曽根
			20:10-20:40 ◎ビラRefBody 山本																					
	20:50-21:40 ◎ビラWaist+ 黒河	21:10-21:40 ◎ビラChestSR 後藤	21:10-21:40 ◎ビラcore 黒河	21:10-21:40 ◎ビラRefBody 黒河			20:50-21:40 ◎ビラB&A+ 河原	20:50-21:40 ◎ビラWaist+ 山本	21:10-21:40 ◎ビラRefBody 後藤	20:50-21:40 ◎ビラUpper+ 山口	21:10-21:40 ◎ビラRefCore 山口			21:10-21:40 ◎ビラRefCore 長田	20:50-21:40 ◎ビラB&A+ 黒河	20:55-21:45 ◎ビラWaist+ 黒河		21:10-21:40 ◎ビラRefBody 河原						20:50-21:40 ◎ビラB&A+ 黒河

25日(金)	26日(土)	27日(日)	28日(月)	29日(火)	30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
	08:30-09:00 SP 曽根	定休日			
09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 河原	09:30-10:20 ◎ピラLower+ 河原		09:30-10:20 ◎ピラB+ 曽根	09:30-10:00 ◎ピラcore 佐野	09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 山本
10:50-11:20 SP 河原	10:50-11:20 ◎ピラControlF 佐野		10:50-11:20 SP 山本	10:30-11:20 ◎ピラLower+ 佐野	10:50-11:20 ◎ピラcore 佐野
11:50-12:40 ◎ピラB&A+ 佐野	11:50-12:20 ◎ピラChestSR 曽根		11:50-12:40 ◎ピラLower+ 河原	11:50-12:20 SP 山本	11:50-12:40 ◎ピラLower+ 曽根
	12:50-13:40 ◎ピラB+ 黒河		13:10-13:40 ◎ピラcore 黒河		13:10-13:40 SP 山本
	14:10-14:40 SP 黒河				
	15:10-15:40 ◎ピラControlF 曽根				
	16:10-17:00 ◎ピラUpper+ 曽根				
	17:30-18:00 ◎ピラRefBody 河原		17:30-18:20 ◎ピラH&L+ 河原	17:30-18:00 ◎ピラcore 黒河	17:50-18:20 ◎ピラChestSR 曽根
18:30-19:20 ◎ピラWaist+ 後藤			18:50-19:40 ◎ピラUpper+ 河原	18:30-19:00 ◎ピラRefBody 黒河	18:50-19:40 ◎ピラB+ 山本
19:50-20:40 ◎ピラLower+ 後藤			20:10-20:40 ◎ピラControlF 曽根	19:30-20:20 ◎ピラB&A+ 河原	20:10-20:40 ◎ピラControlF 曽根
21:10-21:40 SP 山本			21:10-21:40 SP 曽根	20:50-21:20 SP 河原	21:10-21:40 SP 佐野

【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BackStyle	Beauty Back Style	30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
3.5	◎ピラcore	Shape up Core	30分
3.5	◎ピラControlF	Control Flow	30分

【SP:特別レッスン】

=トップインストラクター

レッスン日時		強度	レッスン名	担当インストラクター
16(水)	13:30-14:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	河原美海
16(水)	19:50-20:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山本夕依
18(金)	11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	佐野愛季
18(金)	18:50-19:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山本夕依
19(土)	09:50-10:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	佐野愛季
19(土)	17:05-17:35	3	Rintosull MIX Halloween 2026	黒河稀良莉
21(月)	08:30-09:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	後藤凪咲
21(月)	14:30-15:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	後藤凪咲
22(火)	11:10-11:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	青山かれん
22(火)	16:10-16:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山本夕依
24(木)	09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	黒河稀良莉
24(木)	17:30-18:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山本夕依
25(金)	10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	河原美海
25(金)	21:10-21:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山本夕依
26(土)	08:30-09:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	曽根美乃
26(土)	14:10-14:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	黒河稀良莉
28(月)	10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山本夕依
28(月)	21:10-21:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	曽根美乃
29(火)	11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山本夕依
29(火)	20:50-21:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	河原美海
30(水)	13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山本夕依
30(水)	21:10-21:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	佐野愛季

◎ … 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+