2026年4月レッスンスケジュール Rintosull 稲毛店(全スタジオ:女性専用)

※2026年04月08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
				08:00–08:50 ◎ピラLower+ 伊藤							08:00–08:30 ◎ピラRefCore 永井							08:00–08:50 ◎ピラLower+ 品田						
	09:30–10:20 ◎ピラLower+ 林	09:30–10:20 ◎ピラH&L+ 林	09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 伊藤	09:20–10:10 ◎ピラUpper+ 伊藤		09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 品田	10:00–10:50 ◎ピラB&A+ 林	09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 伊藤	09:30–10:00 ◎ピラRefCore 永井	09:30–10:20 ◎ピラB+ 永井	09:00–09:50 ◎ピラB+ 永井		●09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 品田	09:30–10:00 ◎ピラRefCore 林	09:30–10:20 ◎ピラB+ 永井	09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 永井	●09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 品田	●09:20–10:10 ◎ピラUpper+ 品田		09:30–10:00 ◎ピラTotalBody 林	09:30–10:20 ◎ピラWaist+ 永井	09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 林	09:30–10:20 ◎ピラLower+ 伊藤	●09:30–10:20 ◎ピラLower+ 品田
	10:50–11:40 ◎ピラB&A+ 林	10:50–11:40 ◎ピラUpper+ 伊藤	●10:50–11:40 ◎ピラLower+ 伊藤	10:40–11:10 ◎ピラRefCore 林		●10:50–11:40 ◎ピラLower+ 品田	11:20–11:50 ◎ピラTotalBody 林	10:50–11:40 ◎ピラLower+ 伊藤	10:30–11:20 ◎ピラB+ 永井	10:50–11:40 ◎ピラWaist+ 永井	10:20–11:10 ◎ピラLower+ 伊藤		●10:50–11:40 ◎ピラLower+ 品田	10:30–11:00 ◎ピラRefBody 林	10:50–11:40 ◎ピラWaist+ 永井	10:50–11:20 ◎ピラcore 林	10:50–11:40 ◎ピラLower+ 品田	10:40–11:30 ◎ピラH&L+ 品田		10:30–11:20 ◎ピラH&L+ 林	10:50–11:40 ◎ピラB+ 永井	10:50–11:20 ◎ピラTotalBody 林	10:50–11:40 ◎ピラH&L+ 林	10:50–11:40 ◎ピラUpper+ 品田
	12:10–12:40 ◎ピラRefCore 林	12:10–13:00 ◎ピラLower+ 伊藤	12:10–12:40 ◎ピラRefCore 林	11:40–12:10 ◎ピラTotalBody 林		●12:10–13:00 ◎ピラUpper+ 品田	12:20–13:10 ◎ピラB+ 林	12:10–12:40 ◎ピラTotalBody 林	11:50–12:40 ◎ピラLower+ 伊藤	●12:10–13:00 ◎ピラUpper+ 品田	11:40–12:30 ◎ピラUpper+ 伊藤		12:10–13:00 ◎ピラB+ 林	11:30–12:20 ◎ピラLower+ 林	12:10–13:00 ◎ピラH&L+ 林	11:50–12:40 ◎ピラB+ 林	●12:10–13:00 ◎ピラUpper+ 品田	12:00–12:50 ◎ピラWaist+ 林		11:50–12:40 ◎ピラLower+ 永井	12:10–12:40 ◎ピラTotalBody 林	11:50–12:20 ◎ピラRefBody 林	12:10–13:00 ◎ピラUpper+ 伊藤	12:10–13:00 ◎ピラLower+ 伊藤
	13:10–14:00 ◎ピラUpper+ 品田		13:10–14:00 ◎ピラLower+ 伊藤	12:40–13:30 ◎ピラB+ 永井		13:30–14:20 ◎ピラLower+ 伊藤	13:40–14:30 ◎ピラUpper+ 品田	13:10–14:00 ◎ピラH&L+ 林	13:20–14:10 ◎ピラWaist+ 永井	13:30–14:20 ◎ピラLower+ 品田	13:00–13:30 ◎ピラRefBody 林		13:30–14:00 ◎ピラTotalBody 林	●12:50–13:40 ◎ピラUpper+ 品田	13:30–14:20 ◎ピラUpper+ 林	13:10–13:40 ◎ピラTotalBody 林	13:30–14:20 ◎ピラUpper+ 伊藤	13:20–13:50 ◎ピラTotalBody 林		13:10–14:00 ◎ピラUpper+ 永井	13:10–14:00 ◎ピラH&L+ 林	12:50–13:40 ◎ピラB+ 永井	13:30–14:20 ◎ピラLower+ 伊藤	
				14:00–14:50 ◎ピラUpper+ 品田				14:00–14:30 ◎ピラTotalBody 林										14:20–14:50 ◎ピラRefBody 林						
				15:20–15:50 ◎ピラRefCore 永井							15:00–15:50 ◎ピラB+ 永井							15:20–16:10 ◎ピラUpper+ 永井						
											16:20–16:50 ◎ピラRefCore 林													
	17:20–18:10 ◎ピラUpper+ 品田		17:20–17:50 ◎ピラRefBody 林	17:40–18:30 ◎ピラB+ 林		17:20–17:50 ◎ピラRefCore 永井	17:20–18:10 ◎ピラUpper+ 品田	17:20–17:50 ◎ピラTotalBody 林	17:40–18:30 ◎ピラUpper+ 伊藤	17:20–17:50 ◎ピラTotalBody 林	17:20–18:10 ◎ピラLower+ 林		17:40–18:10 ◎ピラcore 竹田	●17:30–18:20 ◎ピラLower+ 品田	17:00–17:50 ◎ピラLower+ 伊藤	17:20–18:10 ◎ピラB+ 永井	17:20–18:10 ◎ピラUpper+ 伊藤	18:00–18:30 ◎ピラRefCore 永井		●17:00–17:50 ◎ピラLower+ 品田	17:00–17:50 ◎ピラLower+ 伊藤	17:20–18:10 ◎ピラB&A+ 品田	17:20–17:50 ◎ピラTotalBody 林	
	18:40–19:30 ◎ピラLower+ 品田	18:40–19:30 ◎ピラWaist+ 永井	18:20–19:10 ◎ピラLower+ 品田			18:20–19:10 ◎ピラB+ 永井	18:40–19:30 ◎ピラLower+ 品田	●18:20–19:10 ◎ピラUpper+ 品田	19:00–19:50 ◎ピラH&L+ 林	18:20–19:10 ◎ピラH&L+ 林			18:40–19:10 ◎ピラTotalBody 竹田	●18:50–19:40 ◎ピラUpper+ 品田	18:20–19:10 ◎ピラUpper+ 伊藤	18:40–19:30 ◎ピラWaist+ 永井	18:40–19:30 ◎ピラLower+ 伊藤			●18:20–19:10 ◎ピラUpper+ 品田	18:20–19:10 ◎ピラUpper+ 伊藤	18:40–19:30 ◎ピラWaist+ 永井	18:20–19:10 ◎ピラB&A+ 林	18:40–19:30 ◎ピラB+ 永井
	20:00–20:50 ◎ピラB+ 永井	20:00–20:30 ◎ピラRefCore 永井	19:40–20:30 ◎ピラUpper+ 品田			19:40–20:30 ◎ピラUpper+ 伊藤	20:00–20:50 ◎ピラWaist+ 永井	●19:40–20:30 ◎ピラLower+ 品田	20:20–20:50 ◎ピラRefBody 林	19:40–20:30 ◎ピラLower+ 伊藤			19:40–20:30 ◎ピラB+ 永井	20:10–20:40 ◎ピラTotalBody 竹田	●19:40–20:30 ◎ピラLower+ 品田	20:00–20:50 ◎ピラLower+ 品田	20:00–20:30 ◎ピラRefCore 永井			19:40–20:30 ◎ピラLower+ 伊藤	●19:40–20:30 ◎ピラLower+ 品田	20:00–20:50 ◎ピラB+ 永井	19:40–20:30 ◎ピラWaist+ 永井	20:00–20:30 ◎ピラcore 林
	21:20–21:50 ◎ピラRefCore 永井	21:00–21:50 ◎ピラUpper+ 永井	21:00–21:50 ◎ピラB+ 林			21:00–21:50 ◎ピラLower+ 伊藤	21:20–21:50 ◎ピラRefCore 永井	21:00–21:50 ◎ピラUpper+ 品田	21:20–21:50 ◎ピラTotalBody 林	21:00–21:50 ◎ピラUpper+ 伊藤			21:00–21:50 ◎ピラWaist+ 永井	21:10–21:40 ◎ピラcore 竹田	●21:00–21:50 ◎ピラUpper+ 品田	21:20–21:50 ◎ピラRefCore 永井	21:00–21:50 ◎ピラB+ 林			21:00–21:50 ◎ピラUpper+ 伊藤	●21:00–21:50 ◎ピラUpper+ 品田	21:20–21:50 ◎ピラRefCore 永井	21:00–21:50 ◎ピラB+ 永井	21:00–21:30 ◎ピラTotalBody 林

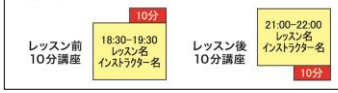
25日(土)	26日(日)	27日(月)	28日(火)	29日(水)	30日(木)
Aスタジオ	-	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ
●08:00-08:50 ◎ピラUpper+ 品田	定休日			08:00-08:30 ◎ピラRefBody 林	
●09:20-10:10 ◎ピラLower+ 品田		09:30-10:20 ◎ピラB+ 永井	09:30-10:00 ◎ピラTotalBody 林	09:00-09:50 ◎ピラWaist+ 林	●09:30-10:20 ◎ピラLower+ 品田
10:40-11:30 ◎ピラUpper+ 伊藤		10:50-11:20 ◎ピラRefCore 永井	10:30-11:20 ◎ピラH&L+ 林	10:20-11:10 ◎ピラB+ 林	10:50-11:40 ◎ピラUpper+ 品田
12:00-12:50 ◎ピラLower+ 伊藤		11:50-12:40 ◎ピラUpper+ 永井	11:50-12:40 ◎ピラB+ 林	11:40-12:30 ◎ピラUpper+ 品田	12:10-13:00 ◎ピラLower+ 品田
●13:20-14:10 ◎ピラUpper+ 品田		●13:10-14:00 ◎ピラLower+ 品田	13:10-14:00 ◎ピラLower+ 林	●13:00-13:50 ◎ピラLower+ 品田	13:30-14:00 ◎ピラTotalBody 林
●14:40-15:30 ◎ピラLower+ 品田				14:20-14:50 ◎ピラRefCore 永井	
16:00-16:50 ◎ピラUpper+ 伊藤				15:20-16:10 ◎ピラB+ 永井	
17:20-18:10 ◎ピラLower+ 伊藤		●17:00-17:50 ◎ピラUpper+ 品田	17:20-18:10 ◎ピラUpper+ 伊藤	16:40-17:30 ◎ピラUpper+ 伊藤	17:20-18:10 ◎ピラWaist+ 永井
		18:20-19:10 ◎ピラLower+ 伊藤	18:40-19:30 ◎ピラWaist+ 永井	18:00-18:50 ◎ピラLower+ 伊藤	18:40-19:30 ◎ピラLower+ 伊藤
		19:40-20:30 ◎ピラUpper+ 伊藤	20:00-20:30 ◎ピラRefCore 永井		20:00-20:50 ◎ピラB+ 永井
		●21:00-21:50 ◎ピラLower+ 品田	21:00-21:50 ◎ピラLower+ 伊藤		21:20-21:50 ◎ピラRefCore 永井

【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
3.5	◎ピラcore	Shape up Core	30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）



【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+