2026年4月レッスンスケジュール Rintosull イオンタウン千種店(全スタジオ:女性専用)

※2026年04月11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	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ
	10:30–11:20 ◎ビラLower+ 熊谷	10:30–11:00 ◎ビラTotalBody 加藤	10:30–11:20 ◎ビラH&L+ 熊谷	10:30–11:00 ◎ビラRefCore 内山		10:30–11:20 ◎ビラB+ 加藤	10:30–11:00 ◎ビラRefBody 加藤	10:30–11:20 ◎ビラUpper+ 徳井	10:30–11:20 ◎ビラB&A+ 久野	10:30–11:20 ◎ビラWaist+ 内山	10:30–11:20 ◎ビラLower+ 熊谷		10:30–11:20 ◎ビラUpper+ 坂田	10:30–11:00 ◎ビラTotalBody 内山	10:30–11:20 ◎ビラB+ 内山	10:30–11:20 ◎ビラB&A+ 加藤	10:30–11:20 ◎ビラWaist+ 坂田	10:30–11:20 ◎ビラUpper+ 坂田		10:30–11:00 ◎ビラRefBody 加藤	10:30–11:20 ◎ビラLower+ 久野	10:30–11:20 ◎ビラUpper+ 坂田	10:30–11:00 ◎ビラRefCore 坂田	10:30–11:20 ◎ビラLower+ 熊谷
	12:00–12:50 ◎ビラB&A+ 久野	11:40–12:30 ◎ビラWaist+ 加藤	12:00–12:50 ◎ビラUpper+ 熊谷	11:40–12:30 ◎ビラH&L+ 久野		12:00–12:30 ◎ビラRefCore 坂田	11:40–12:30 ◎ビラWaist+ 加藤	12:00–12:50 ◎ビラH&L+ 徳井	12:00–12:50 ◎ビラLower+ 坂田	12:00–12:30 ◎ビラTotalBody 内山	12:00–12:50 ◎ビラUpper+ 中西		12:00–12:50 ◎ビラLower+ 久野	11:40–12:30 ◎ビラUpper+ 内山	12:00–12:30 ◎ビラTotalBody 内山	12:00–12:30 ◎ビラRefCore 熊谷	12:00–12:50 ◎ビラUpper+ 坂田	12:00–12:50 ◎ビラB+ 坂田		11:40–12:30 ◎ビラH&L+ 加藤	12:00–12:30 ◎ビラRefBody 久野	12:00–12:50 ◎ビラH&L+ 久野	12:00–12:50 ◎ビラB&A+ 久野	12:00–12:50 ◎ビラWaist+ 熊谷
	13:20–14:10 ◎ビラUpper+ 熊谷	13:10–14:00 ◎ビラB+ 坂田	13:30–14:00 ◎ビラTotalBody 加藤	13:10–14:00 ◎ビラLower+ 亀山		13:10–14:00 ◎ビラH&L+ 久野	13:10–14:00 ◎ビラUpper+ 熊谷		13:30–14:00 ◎ビラRefBody 久野		13:30–14:00 ◎ビラRefBody 久野		13:30–14:20 ◎ビラB&A+ 熊谷	13:10–14:00 ◎ビラB+ 坂田	13:10–14:00 ◎ビラLower+ 亀山	13:10–14:00 ◎ビラUpper+ 熊谷	13:30–14:00 ◎ビラTotalBody 内山	13:30–14:20 ◎ビラB&A+ 加藤		13:10–14:00 ◎ビラUpper+ 久野	13:10–14:00 ◎ビラWaist+ 熊谷		13:30–14:00 ◎ビラRefCore 坂田	13:30–14:20 ◎ビラLower+ 坂田
		14:40–15:10 ◎ビラRefCore 坂田		14:40–15:30 ◎ビラUpper+ 亀山			14:40–15:10 ◎ビラRefCore 内山		14:40–15:30 ◎ビラH&L+ 久野		14:40–15:30 ◎ビラLower+ 中西			14:40–15:30 ◎ビラLower+ 坂田		14:40–15:30 ◎ビラB+ 加藤	14:40–15:30 ◎ビラB&A+ 熊谷	15:00–15:30 ◎ビラRefCore 坂田		14:40–15:30 ◎ビラB+ 加藤				
	16:20–17:10 ◎ビラH&L+ 加藤	16:20–17:10 ◎ビラB&A+ 久野	16:20–17:10 ◎ビラLower+ 坂田				15:50–16:40 ◎ビラH&L+ 熊谷														16:10–16:40 ◎ビラRefBody 久野			
				17:10–17:40 ◎ビラRefCore 熊谷					17:20–18:10 ◎ビラUpper+ 熊谷				17:20–18:10 ◎ビラWaist+ 坂田	17:20–18:10 ◎ビラLower+ 熊谷	17:20–18:10 ◎ビラH&L+ 久野	17:20–18:10 ◎ビラH&L+ 久野	17:00–17:50 ◎ビラLower+ 内山	17:20–18:10 ◎ビラB&A+ 熊谷			17:20–18:10 ◎ビラUpper+ 内山		17:00–17:50 ◎ビラB+ 坂田	
	17:40–18:10 ◎ビラTotalBody 加藤	17:40–18:10 ◎ビラRefCore 内山	17:40–18:30 ◎ビラB&A+ 加藤			17:30–18:20 ◎ビラWaist+ 坂田	17:40–18:30 ◎ビラLower+ 坂田			18:00–18:50 ◎ビラLower+ 久野	17:40–18:10 ◎ビラRefCore 内山									17:40–18:30 ◎ビラLower+ 久野				17:40–18:10 ◎ビラTotalBody 加藤
	18:40–19:30 ◎ビラWaist+ 内山	18:40–19:30 ◎ビラUpper+ 坂田	19:00–19:30 ◎ビラRefBody 加藤	18:30–19:20 ◎ビラUpper+ 亀山		18:50–19:20 ◎ビラRefBody 久野	19:00–19:50 ◎ビラB+ 内山	18:40–19:30 ◎ビラUpper+ 久野	18:50–19:20 ◎ビラRefCore 熊谷	19:20–19:50 ◎ビラRefBody 久野	18:40–19:30 ◎ビラUpper+ 久野		18:50–19:40 ◎ビラUpper+ 久野	18:40–19:30 ◎ビラB&A+ 久野	18:40–19:30 ◎ビラLower+ 久野	18:40–19:30 ◎ビラB+ 内山	18:30–19:20 ◎ビラWaist+ 内山	18:50–19:40 ◎ビラH&L+ 加藤		19:00–19:50 ◎ビラB&A+ 熊谷	18:50–19:20 ◎ビラTotalBody 加藤	18:30–19:20 ◎ビラB+ 内山	18:30–19:20 ◎ビラWaist+ 内山	18:50–19:40 ◎ビラWaist+ 加藤
	20:00–20:50 ◎ビラUpper+ 内山	20:00–20:50 ◎ビラB+ 内山	20:00–20:50 ◎ビラWaist+ 坂田	20:00–20:50 ◎ビラB&A+ 熊谷		20:00–20:50 ◎ビラUpper+ 久野	20:20–20:50 ◎ビラRefCore 内山	20:00–20:50 ◎ビラLower+ 久野	20:00–20:50 ◎ビラB+ 坂田	20:20–20:50 ◎ビラRefCore 坂田	20:00–20:50 ◎ビラWaist+ 内山		20:20–20:50 ◎ビラRefCore 熊谷	20:00–20:50 ◎ビラH&L+ 熊谷	20:00–20:50 ◎ビラUpper+ 亀山	20:00–20:50 ◎ビラB&A+ 久野	20:00–20:50 ◎ビラH&L+ 熊谷	20:20–20:50 ◎ビラRefBody 加藤		20:20–20:50 ◎ビラTotalBody 内山	20:00–20:50 ◎ビラWaist+ 加藤	20:00–20:50 ◎ビラB&A+ 加藤	20:00–20:50 ◎ビラLower+ 内山	20:20–20:50 ◎ビラRefCore 坂田

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	Aスタジオ
10:30-11:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 熊谷		10:30-11:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 坂田	10:30-11:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 熊谷	10:30-11:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 内山	10:30-11:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 内山
12:00-12:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 内山		12:00-12:30 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 内山	12:00-12:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 坂田	12:00-12:30 ◎ﾋﾞﾗRefBody 加藤	12:00-12:30 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 内山
13:30-14:00 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 内山		13:10-14:00 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 加藤	13:10-13:40 ◎ﾋﾞﾗRefCore 熊谷	13:10-13:40 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 加藤	13:10-14:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 坂田
14:40-15:10 ◎ﾋﾞﾗRefCore 熊谷					
17:20-18:10 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 熊谷			17:00-17:50 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 久野	17:00-17:50 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 熊谷	17:20-17:50 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 加藤
18:50-19:20 ◎ﾋﾞﾗRefBody 加藤		18:50-19:20 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 加藤	18:30-19:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 坂田	18:30-19:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 久野	18:30-19:20 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 熊谷
20:00-20:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 加藤		20:00-20:50 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 久野	20:00-20:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 久野	20:00-20:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 坂田	20:00-20:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 坂田

【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RefBody	Refresh Body	30分
3	◎ﾋﾞﾗH&L+	Hip&Legs+	50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）

【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+