2026年5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05月10日02:02 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(金)	2日(土)	3日(日)	4日(月)	5日(火)	6日(水)	7日(木)	8日(金)	9日(土)	10日(日)	11日(月)	12日(火)	13日(水)	14日(木)	15日(金)	16日(土)	17日(日)	18日(月)	19日(火)	20日(水)	21日(木)	22日(金)	23日(土)	24日(日)
	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 ◎ピラWaist+ 加藤	10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 久野		10:30–11:20 ◎ピラB+ 加藤	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 中西	10:30–11:00 ◎ピラRefCore 内山	10:30–11:20 ◎ピラH&L+ 内山	●10:30–11:20 ◎ピラLower+ 内山	10:30–11:00 ◎ピラRefBody 内山		10:30–11:00 ◎ピラTotalBody 加藤	10:30–11:00 ◎ピラRefBody 内山	10:30–11:20 ◎ピラH&L+ 内山	10:30–11:20 ◎ピラB&A+ 坂田	10:30–11:20 ◎ピラB+ 久野	10:30–11:20 ◎ピラB+ 久野		10:30–11:20 ◎ピラB+ 坂田	10:30–11:20 ◎ピラH&L+ 久野	10:30–11:00 ◎ピラTotalBody 加藤	10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 中西	10:30–11:20 ◎ピラB+ 久野	10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 中西	
	11:50–12:20 ◎ピラTotalBody 加藤	12:00–12:50 ◎ピラLower+ 久野		12:00–12:30 ◎ピラcore 加藤	12:00–12:50 ◎ピラUpper+ 中西	12:00–12:50 ◎ピラLower+ 中西	11:50–12:20 ◎ピラTotalBody 内山	11:50–12:40 ◎ピラB&A+ 内山	11:50–12:40 ◎ピラB+ 久野		11:30–12:20 ◎ピラB&A+ 坂田	11:50–12:40 ◎ピラH&L+ 内山	12:00–12:50 ◎ピラUpper+ 内山	11:50–12:20 ◎ピラRefCore 坂田	12:00–12:50 ◎ピラLower+ 坂田	12:00–12:30 ◎ピラRefBody 久野		12:00–12:30 ◎ピラRefCore 坂田	12:00–12:50 ◎ピラWaist+ 坂田	11:40–12:30 ◎ピラLower+ 中西	11:50–12:40 ◎ピラB+ 坂田	11:50–12:40 ◎ピラWaist+ 坂田	11:50–12:40 ◎ピラLower+ 鹿島	
	12:50–13:40 ◎ピラUpper+ 久野	13:30–14:20 ◎ピラB&A+ 坂田		13:10–13:40 ◎ピラRefBody 久野	13:30–14:00 ◎ピラcore 加藤		12:50–13:40 ◎ピラUpper+ 中西	13:10–13:40 ◎ピラcore 加藤	13:20–14:10 ◎ピラB&A+ 久野		12:50–13:40 ◎ピラLower+ 中西	13:10–14:00 ◎ピラWaist+ 坂田	●13:30–14:20 ◎ピラLower+ 中西	12:50–13:40 ◎ピラLower+ 中西	13:30–14:20 ◎ピラWaist+ 坂田	13:10–14:00 ◎ピラLower+ 中西		13:10–13:40 ◎ピラH&L+ 内山		13:10–13:40 ◎ピラRefBody 久野	13:10–14:00 ◎ピラLower+ 中西	●13:10–14:00 ◎ピラB+ 加藤	13:10–14:00 ◎ピラB+ 加藤	
	14:10–15:00 ◎ピラLower+ 中西	14:50–15:40 ◎ピラUpper+ 内山		14:20–15:10 ◎ピラB&A+ 坂田	14:40–15:30 ◎ピラB+ 久野		14:10–15:00 ◎ピラLower+ 中西		14:50–15:40 ◎ピラWaist+ 坂田		14:10–15:00 ◎ピラWaist+ 坂田	14:40–15:10 ◎ピラRefCore 内山	14:40–15:10 ◎ピラTotalBody 内山	14:10–15:00 ◎ピラLower+ 中西	14:50–15:20 ◎ピラRefBody 内山	●14:40–15:30 ◎ピラB+ 池上		14:10–15:00 ◎ピラH&L+ 内山		14:10–15:00 ◎ピラLower+ 久野	14:30–15:20 ◎ピラUpper+ 中西	14:30–15:00 ◎ピラRefBody 久野	14:30–15:00 ◎ピラcore 加藤	
	15:30–16:00 ◎ピラRefBody 久野	16:10–16:40 ◎ピラTotalBody 内山		15:40–16:30 ◎ピラB+ 坂田	16:00–16:50 ◎ピラH&L+ 久野		15:30–16:00 ◎ピラRefCore 内山		16:20–16:50 ◎ピラTotalBody 内山		15:30–16:20 ◎ピラB+ 中垣内	15:40–16:30 ◎ピラUpper+ 内山	15:40–16:30 ◎ピラUpper+ 中西		15:50–16:40 ◎ピラH&L+ 久野	16:10–17:00 ◎ピラUpper+ 中西		●16:00–16:50 ◎ピラLower+ 中西		15:30–16:20 ◎ピラWaist+ 加藤	16:00–16:30 ◎ピラRefBody 内山	15:30–16:20 ◎ピラH&L+ 久野	15:30–16:20 ◎ピラLower+ 大槻	
	17:20–18:10 ◎ピラB+ 久野	17:10–18:00 ◎ピラUpper+ 久野			17:20–18:10 ◎ピラLower+ 中西		16:30–17:20 ◎ピラLower+ 中西	17:40–18:10 ◎ピラcore 加藤			16:50–17:40 ◎ピラWaist+ 中垣内	17:00–17:30 ◎ピラRefCore 坂田						17:20–18:10 ◎ピラUpper+ 坂田	●17:40–18:30 ◎ピラUpper+ 前田	17:20–18:10 ◎ピラLower+ 中西	17:20–18:10 ◎ピラWaist+ 坂田	17:50–18:20 ◎ピラRefBody 久野	16:50–17:20 ◎ピラRefCore 坂田	
	18:40–19:30 ◎ピラLower+ 中西	18:50–19:40 ◎ピラB+ 坂田		18:40–19:30 ◎ピラH&L+ 久野	19:00–19:50 ◎ピラB+ 坂田	18:40–19:30 ◎ピラLower+ 久野	18:40–19:30 ◎ピラB&A+ 久野	18:40–19:30 ◎ピラH&L+ 内山	19:00–19:50 ◎ピラLower+ 久野		18:40–19:30 ◎ピラUpper+ 中西	18:50–19:20 ◎ピラRefCore 坂田	18:00–18:30 ◎ピラRefBody 内山 19:00–19:30 ◎ピラcore 加藤	18:00–18:50 ◎ピラLower+ 中西 19:20–19:50 ◎ピラRefCore 加藤	18:00–18:30 ◎ピラRefCore 坂田 19:00–19:30 ◎ピラTotalBody 内山	18:40–19:30 ◎ピラUpper+ 中西		18:50–19:20 ◎ピラTotalBody 内山	●19:00–19:50 ◎ピラLower+ 前田	18:40–19:30 ◎ピラUpper+ 中西	18:40–19:30 ◎ピラUpper+ 内山	18:50–19:40 ◎ピラUpper+ 坂田	18:50–19:40 ◎ピラLower+ 坂田	
	20:00–20:50 ◎ピラUpper+ 中西	20:00–20:50 ◎ピラB&A+ 内山		20:00–20:50 ◎ピラUpper+ 久野	20:20–20:50 ◎ピラRefCore 坂田	20:00–20:50 ◎ピラB&A+ 久野	20:00–20:50 ◎ピラUpper+ 久野	20:00–20:50 ◎ピラUpper+ 中西	20:20–20:50 ◎ピラRefCore 坂田		20:00–20:50 ◎ピラLower+ 中西	20:00–20:50 ◎ピラLower+ 坂田	20:00–20:50 ◎ピラB+ 加藤	20:20–20:50 ◎ピラTotalBody 加藤	20:00–20:50 ◎ピラUpper+ 内山	20:00–20:50 ◎ピラLower+ 中西		20:00–20:50 ◎ピラH&L+ 内山	20:20–20:50 ◎ピラRefCore 坂田	20:00–20:50 ◎ピラB+ 久野	20:00–20:50 ◎ピラWaist+ 内山	20:00–20:50 ◎ピラB&A+ 坂田	20:00–20:50 ◎ピラUpper+ 坂田	

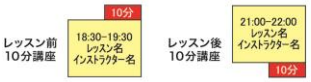
25日(月)	26日(火)	27日(水)	28日(木)	29日(金)	30日(土)	31日(日)
Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ
10:30–11:20 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 坂田	10:30–11:20 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 内山	10:30–11:00 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 加藤	10:30–11:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 久野	10:30–11:00 ◎ﾋﾞﾗRefCore 加藤	10:30–11:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 中西	
12:00–12:30 ◎ﾋﾞﾗRefCore 坂田	12:00–12:30 ◎ﾋﾞﾗRefBody 内山	11:40–12:30 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 坂田	11:50–12:20 ◎ﾋﾞﾗRefBody 久野	11:40–12:30 ◎ﾋﾞﾗB+ 久野	12:00–12:50 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 内山	
13:10–14:00 ◎ﾋﾞﾗB+ 久野	12:50–13:40 ◎ﾋﾞﾗB+ 久野	13:00–13:30 ◎ﾋﾞﾗcore 加藤	12:50–13:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中西	13:10–14:00 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 坂田	13:30–14:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中西	
14:30–15:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 加藤	14:00–14:30 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 内山 14:50–15:20 ◎ﾋﾞﾗRefCore 坂田		14:10–14:40 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 内山 15:10–16:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 中西	14:40–15:10 ◎ﾋﾞﾗcore 加藤 ●15:40–16:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 大槻	15:00–15:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 中西	
15:50–16:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 坂田			16:40–17:10 ◎ﾋﾞﾗRefBody 久野			
17:10–17:40 ◎ﾋﾞﾗRefBody 久野				17:20–18:10 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 坂田	17:20–18:10 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 内山	
	17:40–18:30 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 内山	17:40–18:10 ◎ﾋﾞﾗRefCore 加藤	17:40–18:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 中西			
19:00–19:50 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 久野	19:00–19:30 ◎ﾋﾞﾗRefBody 久野	18:40–19:30 ◎ﾋﾞﾗLower+ 亀山	19:00–19:30 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 内山	18:40–19:30 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 久野	18:40–19:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 内山	
20:20–20:50 ◎ﾋﾞﾗTotalBody 加藤	20:00–20:50 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 久野	20:00–20:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 亀山	20:00–20:50 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 内山	20:00–20:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 久野	20:00–20:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 加藤	

【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
3.5	◎ﾋﾞﾗ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+