2026年2月レッスンスケジュール Rintosull 成増店(全スタジオ:女性専用)

※2026年02月22日02:00 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(日)	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)	8日(日)	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)	15日(日)	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)	22日(日)	23日(月)	24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	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
	09:30-10:20 ◎ヒラUpper+ 金子			09:30-10:20 ◎ヒラUpper+ 佐藤			09:30-10:20 ◎ヒラLower+ 金子		09:30-10:20 ◎ヒラLower+ 古川		09:30-10:20 ◎ヒラLower+ 山口			09:30-10:20 ◎ヒラUpper+ 竹本			09:30-10:20 ◎ヒラLower+ 高橋		09:30-10:20 ◎ヒラLower+ 竹本		09:30-10:20 ◎ヒラLower+ 佐藤		09:30-10:20 ◎ヒラLower+ 高橋	
		10:00-10:50 ◎ヒラUpper+ 成田				10:00-10:50 ◎ヒラUpper+ 柏田				10:00-10:50 ◎ヒラUpper+ 金子			10:00-10:50 ◎ヒラLower+ 竹本					10:00-10:50 ◎ヒラUpper+ 佐藤					10:00-10:50 ◎ヒラUpper+ 竹本
			10:30-11:20 ◎ヒラLower+ 高橋		10:30-11:20 ◎ヒラLower+ 佐藤							10:30-11:20 ◎ヒラUpper+ 古川				10:30-11:20 ◎ヒラUpper+ 牧山				10:30-11:20 ◎ヒラUpper+ 古川				
	11:20-12:10 ◎ヒラLower+ 金子			11:20-12:10 ◎ヒラLower+ 佐藤			11:20-12:10 ◎ヒラUpper+ 藤原		11:20-12:10 ◎ヒラUpper+ 古川		11:20-12:10 ◎ヒラUpper+ 山口			11:20-12:10 ◎ヒラLower+ 竹本			11:20-12:10 ◎ヒラUpper+ 高橋		11:20-12:10 ◎ヒラUpper+ 竹本		11:20-12:10 ◎ヒラUpper+ 佐藤		11:20-12:10 ◎ヒラB+ 高橋	
		11:50-12:40 ◎ヒラLower+ 成田				11:50-12:40 ◎ヒラLower+ 金子				11:50-12:40 ◎ヒラLower+ 佐藤			11:50-12:40 ◎ヒラUpper+ 竹本					11:50-12:40 ◎ヒラLower+ 金子					11:50-12:40 ◎ヒラLower+ 竹本
			12:20-13:10 ◎ヒラUpper+ 高橋		12:20-13:10 ◎ヒラUpper+ 山口							12:20-13:10 ◎ヒラLower+ 古川				12:20-13:10 ◎ヒラLower+ 牧山				12:20-13:10 ◎ヒラLower+ 古川				
				13:10-14:00 ◎ヒラUpper+ 金子			13:10-14:00 ◎ヒラLower+ 藤原		13:10-14:00 ◎ヒラLower+ 金子		13:10-14:00 ◎ヒラLower+ 金子			13:10-14:00 ◎ヒラUpper+ 佐藤			13:10-14:00 ◎ヒラLower+ 馬場園		13:10-14:00 ◎ヒラLower+ 高橋		13:10-14:00 ◎ヒラLower+ 川野		13:10-14:00 ◎ヒラUpper+ 佐藤	
		13:40-14:30 ◎ヒラUpper+ 金子				13:40-14:30 ◎ヒラUpper+ 金子				13:40-14:30 ◎ヒラUpper+ 金子			13:40-14:30 ◎ヒラLower+ 金子					13:40-14:30 ◎ヒラUpper+ 佐藤					
			14:10-15:00 ◎ヒラLower+ 宗村		14:10-15:00 ◎ヒラLower+ 山口							14:10-15:00 ◎ヒラUpper+ 高橋				14:10-15:00 ◎ヒラUpper+ 高橋				14:10-15:00 ◎ヒラUpper+ 古川				
	15:00-15:50 ◎ヒラLower+ 佐藤						15:00-15:50 ◎ヒラUpper+ 金子				15:00-15:50 ◎ヒラUpper+ 古川			15:00-15:50 ◎ヒラUpper+ 竹本									15:00-15:50 ◎ヒラLower+ 古川	
				16:30-17:20 ◎ヒラUpper+ 金子													16:30-17:20 ◎ヒラLower+ 馬場園		16:30-17:20 ◎ヒラLower+ 金子		16:30-17:20 ◎ヒラLower+ 川野			
	16:50-17:40 ◎ヒラUpper+ 佐藤						16:40-17:30 ◎ヒラLower+ 金子				16:40-17:30 ◎ヒラLower+ 古川			16:40-17:30 ◎ヒラUpper+ 竹本									16:40-17:30 ◎ヒラUpper+ 佐藤	
		17:00-17:50 ◎ヒラUpper+ 金子				17:00-17:50 ◎ヒラUpper+ 高橋				17:00-17:50 ◎ヒラLower+ 佐藤			17:00-17:50 ◎ヒラUpper+ 金子					17:00-17:50 ◎ヒラLower+ 佐藤					
																				17:30-18:20 ◎ヒラLower+ 高橋				
			18:00-18:50 ◎ヒラLower+ 宗村		18:00-18:50 ◎ヒラLower+ 高橋							18:00-18:50 ◎ヒラLower+ 高橋				18:00-18:50 ◎ヒラLower+ 佐藤								
	18:30-19:20 ◎ヒラLower+ 佐藤			18:20-19:10 ◎ヒラLower+ 高橋			18:20-19:10 ◎ヒラUpper+ 高橋		18:20-19:10 ◎ヒラLower+ 佐藤		18:20-19:10 ◎ヒラUpper+ 高橋			18:20-19:10 ◎ヒラLower+ 佐藤			18:20-19:10 ◎ヒラUpper+ 佐藤		18:20-19:10 ◎ヒラUpper+ 高橋		18:20-19:10 ◎ヒラUpper+ 高橋		18:20-19:10 ◎ヒラLower+ 古川	
		18:50-19:40 ◎ヒラLower+ 佐藤				18:50-19:40 ◎ヒラLower+ 栗原				18:50-19:40 ◎ヒラUpper+ 成田			18:50-19:40 ◎ヒラLower+ 佐藤					18:50-19:40 ◎ヒラUpper+ 金子					18:30-19:20 ◎ヒラB+ 金子
			19:40-20:30 ◎ヒラUpper+ 宗村		19:40-20:30 ◎ヒラUpper+ 高橋							19:40-20:30 ◎ヒラUpper+ 佐藤				19:40-20:30 ◎ヒラUpper+ 高橋				19:20-20:10 ◎ヒラUpper+ 高橋				
				20:10-21:00 ◎ヒラUpper+ 高橋					20:10-21:00 ◎ヒラUpper+ 高橋								20:10-21:00 ◎ヒラUpper+ 佐藤		20:10-21:00 ◎ヒラUpper+ 高橋					
		20:40-21:30 ◎ヒラUpper+ 佐藤				20:40-21:30 ◎ヒラUpper+ 栗原				20:40-21:30 ◎ヒラLower+ 成田			20:40-21:30 ◎ヒラUpper+ 佐藤					20:40-21:30 ◎ヒラLower+ 金子					20:20-21:10 ◎ヒラLower+ 佐藤
			21:10-22:00 ◎ヒラLower+ 高橋		21:10-22:00 ◎ヒラLower+ 高橋							21:10-22:00 ◎ヒラLower+ 佐藤				21:10-22:00 ◎ヒラLower+ 佐藤				21:10-22:00 ◎ヒラLower+ 金子				

25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)
Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ
10:00-10:50 ◎ピラUpper+ 高橋	09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 佐藤	10:30-11:20 ◎ピラLower+ 金子	09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 高橋
11:50-12:40 ◎ピラB+ 柳田	11:20-12:10 ◎ピラLower+ 佐藤	12:20-13:10 ◎ピラUpper+ 難波	11:20-12:10 ◎ピラLower+ 高橋
13:40-14:30 ◎ピラLower+ 高橋	13:10-14:00 ◎ピラUpper+ 佐藤	14:10-15:00 ◎ピラB+ 難波	13:10-14:00 ◎ピラUpper+ 佐藤
17:00-17:50 ◎ピラUpper+ 高橋			15:00-15:50 ◎ピラLower+ 佐藤
			16:40-17:30 ◎ピラUpper+ 金子
18:50-19:40 ◎ピラLower+ 金子	18:20-19:10 ◎ピラUpper+ 高橋	18:00-18:50 ◎ピラUpper+ 金子	18:20-19:10 ◎ピラLower+ 金子
20:40-21:30 ◎ピラUpper+ 金子	20:10-21:00 ◎ピラB+ 高橋	19:40-20:30 ◎ピラLower+ 佐藤	
		21:10-22:00 ◎ピラUpper+ 佐藤	

【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

◎ … 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+