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

※2026年04月26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(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 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 亀之園							08:00–08:50 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 若松							08:00–08:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 徐						
	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 若松	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 徐	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 星野	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 亀之園		09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 徐	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 若松	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 徐	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 亀之園	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 亀之園	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 若松		09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 若松	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 早田	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 西脇	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 亀之園	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 若松	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 徐		09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 亀之園	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 早田	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 早田	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 若松	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 早田
	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 早田	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 星野	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 亀之園	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 徐		11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 早田	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 徐	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 徐	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 亀之園	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 亀之園	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 早田		11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 若松	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 若松	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 早田	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 早田	11:00–11:30 ◎ﾋﾞﾗRefCore 若松	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 早田		11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 早田	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 亀之園	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 亀之園	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 星野	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 早田
	12:30–13:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 早田		12:30–13:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 亀之園			12:30–13:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 早田		12:30–13:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 亀之園	12:30–13:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 早田		12:30–13:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 徐		12:30–13:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 徐	12:30–13:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 若松		12:30–13:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 早田	12:10–13:00 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 亀之園	12:30–13:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 若松		12:30–13:00 ◎ﾋﾞﾗRefBody 亀之園	12:30–13:20 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 早田	12:30–13:20 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 亀之園	12:30–13:00 ◎ﾋﾞﾗRefCore 若松	12:30–13:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 徐
		14:00–14:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 星野	14:00–14:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 徐	定休日		14:00–14:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 若松				14:00–14:50 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 亀之園	定休日							14:00–14:50 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 若松	定休日	13:40–14:30 ◎ﾋﾞﾗB+ 若松				
				15:30–16:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 若松						15:30–16:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 徐	15:30–16:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 早田		15:30–16:20 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 亀之園				15:30–16:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 亀之園	15:30–16:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 早田			15:30–16:00 ◎ﾋﾞﾗRefBody 早田	15:00–15:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 徐		
				17:00–17:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 若松							17:00–17:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 早田					16:30–17:20 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 亀之園		17:00–17:50 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 早田						16:30–17:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 徐
	18:00–18:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 若松	18:00–18:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 亀之園	18:00–18:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 早田			18:00–18:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 星野	18:00–18:50 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 早田	18:00–18:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 若松	18:00–18:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 若松				18:00–18:50 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 星野	18:00–18:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 徐		18:00–18:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 徐	18:00–18:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 亀之園			18:00–18:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 若松	18:00–18:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 若松	18:00–18:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 徐	18:00–18:50 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 星野	18:00–18:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 星野
	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 若松	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 若松	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 早田			19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 亀之園	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 早田	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 徐	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 星野	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 早田			19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 亀之園	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 徐	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 若松	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 徐	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 早田			19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 徐	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 徐	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 徐	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 亀之園	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 星野
	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 徐	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 若松	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 若松			21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 亀之園	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 星野	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 若松	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 若松	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 亀之園			21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 亀之園	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 星野	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 徐	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 星野	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 早田			21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 若松	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 徐	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 亀之園	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 亀之園	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 徐

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H&L+ 早田				08:00–08:50 ◎ピラLower+ 若松	
09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 若松		09:30–10:20 ◎ピラB+ 徐	09:30–10:20 ◎ピラB&A+ 若松	09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 徐	09:30–10:20 ◎ピラB+ 若松
11:00–11:50 ◎ピラLower+ 早田		11:00–11:30 ◎ピラRefCore 徐	11:00–11:50 ◎ピラLower+ 徐	11:00–11:50 ◎ピラWaist+ 徐	11:00–11:50 ◎ピラH&L+ 星野
12:50–13:20 ◎ピラRefBody 亀之園		12:10–13:00 ◎ピラUpper+ 早田		12:30–13:00 ◎ピラRefBody 早田	12:30–13:20 ◎ピラUpper+ 若松
14:00–14:50 ◎ピラUpper+ 西脇				14:00–14:50 ◎ピラB+ 若松	14:00–14:50 ◎ピラLower+ 星野
15:30–16:20 ◎ピラB+ 若松		15:30–16:20 ◎ピラWaist+ 早田		15:30–16:20 ◎ピラH&L+ 若松	15:30–16:00 ◎ピラRefCore 徐
17:00–17:50 ◎ピラWaist+ 亀之園				17:00–17:50 ◎ピラB&A+ 早田	
		18:00–18:50 ◎ピラH&L+ 亀之園	18:20–18:50 ◎ピラRefBody 亀之園		18:00–18:50 ◎ピラH&L+ 早田
		19:30–20:20 ◎ピラB&A+ 亀之園	19:30–20:20 ◎ピラWaist+ 亀之園		19:30–20:20 ◎ピラB+ 徐
		21:00–21:50 ◎ピラLower+ 早田	21:00–21:50 ◎ピラUpper+ 早田		21:00–21:50 ◎ピラWaist+ 徐

【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

◎ … 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+