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

※2026年04月25日02:01 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
				09:00–09:50 ◎ピラUpper+ 木村							09:00–09:50 ◎ピラLower+ 渡邉							09:00–09:50 ◎ピラB+ 福田						
	09:30–10:20 ◎ピラLower+ 佐野	09:30–10:20 ◎ピラB+ 木村	09:30–10:20 ◎ピラWaist+ 木村			09:30–10:20 ◎ピラB+ 木村	09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 福田	09:30–10:20 ◎ピラLower+ 木村	09:30–10:20 ◎ピラWaist+ 佐野				09:30–10:20 ◎ピラLower+ 佐野	09:30–10:20 ◎ピラB+ 渡邉	09:30–10:20 ◎ピラWaist+ 渡邉	09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 佐野	09:30–10:20 ◎ピラLower+ 渡邉			09:30–10:20 ◎ピラB+ 福田	09:30–10:20 ◎ピラLower+ 福田	09:30–10:20 ◎ピラB+ 福田	09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 木村	
				10:30–11:20 ◎ピラB+ 木村							10:30–11:20 ◎ピラB+ 渡邉							10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 木村						10:00–10:50 ◎ピラWaist+ 木村
	11:00–11:50 ◎ピラWaist+ 佐野	11:00–11:50 ◎ピラUpper+ 木村	11:00–11:50 ◎ピラLower+ 木村			11:00–11:50 ◎ピラLower+ 福田	11:00–11:50 ◎ピラB+ 福田	11:00–11:50 ◎ピラUpper+ 木村	11:00–11:50 ◎ピラLower+ 佐野	11:00–11:50 ◎ピラUpper+ 木村			11:00–11:50 ◎ピラWaist+ 佐野	11:00–11:50 ◎ピラUpper+ 渡邉	11:00–11:50 ◎ピラLower+ 渡邉	11:00–11:50 ◎ピラB+ 佐野	11:00–11:50 ◎ピラWaist+ 渡邉			11:00–11:50 ◎ピラUpper+ 福田	11:00–11:50 ◎ピラB+ 福田	11:00–11:50 ◎ピラUpper+ 福田	11:00–11:50 ◎ピラLower+ 木村	11:30–12:20 ◎ピラB+ 木村
				12:00–12:50 ◎ピラLower+ 佐野							12:00–12:50 ◎ピラUpper+ 木村							12:00–12:50 ◎ピラLower+ 佐野						
	12:30–13:20 ◎ピラB+ 福田	12:30–13:20 ◎ピラWaist+ 佐野	12:30–13:20 ◎ピラUpper+ 渡邉			12:30–13:20 ◎ピラUpper+ 木村	12:30–13:20 ◎ピラLower+ 佐野	12:30–13:20 ◎ピラWaist+ 渡邉	12:30–13:20 ◎ピラUpper+ 木村	12:30–13:20 ◎ピラLower+ 佐野			12:30–13:20 ◎ピラUpper+ 福田	12:30–13:20 ◎ピラLower+ 佐野	12:30–13:20 ◎ピラUpper+ 福田	12:30–13:20 ◎ピラLower+ 渡邉	12:30–13:20 ◎ピラB+ 佐野			12:30–13:20 ◎ピラLower+ 木村	12:30–13:20 ◎ピラUpper+ 木村	12:30–13:20 ◎ピラLower+ 佐野	12:30–13:20 ◎ピラB+ 渡邉	13:00–13:50 ◎ピラUpper+ 福田
				13:30–14:20 ◎ピラWaist+ 渡邉							13:30–14:20 ◎ピラLower+ 木村							13:30–14:20 ◎ピラB+ 佐野				14:00–14:50 ◎ピラUpper+ 渡邉		
				15:00–15:50 ◎ピラLower+ 佐野							15:00–15:50 ◎ピラWaist+ 福田							15:00–15:50 ◎ピラWaist+ 木村						
		16:20–17:10 ◎ピラWaist+ 佐野	16:20–17:10 ◎ピラB+ 木村	16:30–17:20 ◎ピラUpper+ 渡邉			16:20–17:10 ◎ピラB+ 佐野		16:20–17:10 ◎ピラLower+ 木村	16:20–17:10 ◎ピラWaist+ 佐野	16:30–17:20 ◎ピラB+ 佐野			16:20–17:10 ◎ピラUpper+ 佐野	16:20–17:10 ◎ピラB+ 渡邉	16:20–17:10 ◎ピラLower+ 佐野	16:20–17:10 ◎ピラWaist+ 佐野	16:30–17:20 ◎ピラLower+ 佐野						
	17:50–18:40 ◎ピラWaist+ 福田	17:50–18:40 ◎ピラUpper+ 佐野	17:50–18:40 ◎ピラLower+ 渡邉	18:00–18:50 ◎ピラB+ 渡邉		18:10–19:00 ◎ピラWaist+ 渡邉	17:50–18:40 ◎ピラUpper+ 佐野	17:40–18:30 ◎ピラB+ 木村	17:50–18:40 ◎ピラUpper+ 佐野	17:50–18:40 ◎ピラLower+ 佐野	18:00–18:50 ◎ピラUpper+ 佐野		17:50–18:40 ◎ピラLower+ 福田	17:50–18:40 ◎ピラB+ 佐野	17:50–18:40 ◎ピラUpper+ 木村	17:50–18:40 ◎ピラWaist+ 渡邉	17:50–18:40 ◎ピラUpper+ 佐野	18:00–18:50 ◎ピラUpper+ 木村		17:40–18:30 ◎ピラWaist+ 木村	17:50–18:40 ◎ピラUpper+ 木村	17:50–18:40 ◎ピラLower+ 佐野	17:50–18:40 ◎ピラB+ 佐野	17:50–18:40 ◎ピラUpper+ 佐野
						19:40–20:30 ◎ピラLower+ 佐野	19:20–20:10 ◎ピラWaist+ 渡邉	19:10–20:00 ◎ピラLower+ 渡邉												19:10–20:00 ◎ピラB+ 福田				
	19:20–20:10 ◎ピラUpper+ 渡邉	19:20–20:10 ◎ピラB+ 福田	19:20–20:10 ◎ピラUpper+ 福田						19:20–20:10 ◎ピラB+ 渡邉	19:20–20:10 ◎ピラUpper+ 福田			19:20–20:10 ◎ピラUpper+ 木村	19:20–20:10 ◎ピラLower+ 木村	19:20–20:10 ◎ピラUpper+ 木村	19:20–20:10 ◎ピラB+ 福田	19:20–20:10 ◎ピラLower+ 木村				19:20–20:10 ◎ピラWaist+ 渡邉	19:20–20:10 ◎ピラUpper+ 渡邉	19:20–20:10 ◎ピラLower+ 渡邉	19:20–20:10 ◎ピラB+ 福田
	20:50–21:40 ◎ピラB+ 渡邉	20:50–21:40 ◎ピラLower+ 福田	20:50–21:40 ◎ピラWaist+ 福田			21:10–22:00 ◎ピラUpper+ 佐野	20:50–21:40 ◎ピラLower+ 渡邉	20:40–21:30 ◎ピラUpper+ 渡邉	20:50–21:40 ◎ピラWaist+ 渡邉	20:50–21:40 ◎ピラB+ 福田			20:50–21:40 ◎ピラB+ 木村	20:50–21:40 ◎ピラWaist+ 木村	20:50–21:40 ◎ピラLower+ 木村	20:50–21:40 ◎ピラUpper+ 福田	20:50–21:40 ◎ピラB+ 木村			20:40–21:30 ◎ピラUpper+ 木村	20:50–21:40 ◎ピラLower+ 渡邉	20:50–21:40 ◎ピラB+ 渡邉	21:00–21:50 ◎ピラWaist+ 渡邉	20:50–21:40 ◎ピラLower+ 佐野

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
09:00–09:50 ◎ピラLower+ 木村		09:30–10:20 ◎ピラLower+ 木村	09:30–10:20 ◎ピラWaist+ 木村	09:00–09:50 ◎ピラUpper+ 佐野	09:30–10:20 ◎ピラB+ 佐野
10:30–11:20 ◎ピラWaist+ 木村		10:50–11:40 ◎ピラB+ 渡邉	11:00–11:50 ◎ピラUpper+ 福田	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 佐野	11:00–11:50 ◎ピラUpper+ 佐野
12:00–12:50 ◎ピラB+ 渡邉		12:20–13:10 ◎ピラUpper+ 渡邉	12:30–13:20 ◎ピラLower+ 渡邉	12:00–12:50 ◎ピラB+ 渡邉	12:30–13:20 ◎ピラLower+ 渡邉
13:30–14:20 ◎ピラUpper+ 渡邉				13:30–14:20 ◎ピラWaist+ 佐野	
15:00–15:50 ◎ピラLower+ 佐野				15:00–15:50 ◎ピラUpper+ 渡邉	
16:30–17:20 ◎ピラUpper+ 渡邉		16:20–17:10 ◎ピラWaist+ 福田		16:30–17:20 ◎ピラB+ 木村	16:30–17:20 ◎ピラWaist+ 木村
18:00–18:50 ◎ピラB+ 佐野		17:50–18:40 ◎ピラLower+ 福田	17:40–18:30 ◎ピラB+ 渡邉	18:00–18:50 ◎ピラLower+ 木村	18:00–18:50 ◎ピラUpper+ 福田
		19:20–20:10 ◎ピラUpper+ 佐野	19:10–20:00 ◎ピラLower+ 福田		19:30–20:20 ◎ピラB+ 木村
		20:50–21:40 ◎ピラB+ 佐野	20:40–21:30 ◎ピラWaist+ 福田		21:00–21:50 ◎ピラLower+ 木村

定休日

【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
3.5	◎ピラWaist+	Waist Shape＋	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

レッスン後10分講座

【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+