2026年5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05月02日02:04 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	–
		09:00–09:50 ◎ピラB+ 渡邉		09:00–09:50 ◎ピラH&L+ 佐野	09:00–09:50 ◎ピラUpper+ 木村	09:00–09:50 ◎ピラLower+ 久野			09:00–09:50 ◎ピラUpper+ 渡邉							09:00–09:50 ◎ピラH&L+ 木村							09:00–09:50 ◎ピラUpper+ 福田	
	10:00–10:50 ◎ピラLower+ 渡邉						09:30–10:20 ◎ピラB+ 久野	09:30–10:20 ◎ピラWaist+ 渡邉			09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 木村	09:30–10:20 ◎ピラB+ 木村	09:30–10:20 ◎ピラLower+ 木村	09:30–10:20 ◎ピラWaist+ 福田	09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 渡邉			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&A+ 福田	09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 久野	09:30–10:20 ◎ピラB+ 久野	
		10:30–11:20 ◎ピラLower+ 渡邉		10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 木村	10:30–11:20 ◎ピラLower+ 木村	10:30–11:20 ◎ピラB+ 久野			10:30–11:20 ◎ピラH&L+ 木村							10:30–11:20 ◎ピラUpper+ 木村							10:30–11:20 ◎ピラH&L+ 福田	
	11:30–12:20 ◎ピラUpper+ 渡邉						11:00–11:50 ◎ピラLower+ 久野	11:00–11:50 ◎ピラUpper+ 渡邉			11:00–11:50 ◎ピラWaist+ 木村	11:00–11:50 ◎ピラUpper+ 木村	11:00–11:50 ◎ピラB+ 木村	11:00–11:50 ◎ピラLower+ 福田	11:00–11:50 ◎ピラB+ 渡邉			11:00–11:50 ◎ピラLower+ 佐野	11:00–11:50 ◎ピラB&A+ 佐野	11:00–11:50 ◎ピラLower+ 杉浦	11:00–11:50 ◎ピラB+ 久野	11:00–11:50 ◎ピラUpper+ 久野	
		12:00–12:50 ◎ピラUpper+ 伊井		12:00–12:50 ◎ピラB+ 久野	12:00–12:50 ◎ピラH&L+ 渡邉	12:00–12:50 ◎ピラUpper+ 福田			12:00–12:50 ◎ピラUpper+ 渡邉							12:00–12:50 ◎ピラB+ 杉浦							12:00–12:50 ◎ピラB&A+ 渡邉	
	13:00–13:50 ◎ピラH&L+ 佐野						12:30–13:20 ◎ピラWaist+ 佐野	12:30–13:20 ◎ピラLower+ 佐野			12:30–13:20 ◎ピラLower+ 久野	12:30–13:20 ◎ピラWaist+ 島田	12:30–13:20 ◎ピラWaist+ 佐野	12:30–13:20 ◎ピラUpper+ 佐野	12:30–13:20 ◎ピラLower+ 久野			12:30–13:20 ◎ピラB+ 久野	12:30–13:20 ◎ピラH&L+ 渡邉	12:30–13:20 ◎ピラUpper+ 杉浦	12:30–13:20 ◎ピラLower+ 渡邉	12:30–13:20 ◎ピラWaist+ 佐野	
		13:30–14:20 ◎ピラH&L+ 渡邉		13:30–14:20 ◎ピラLower+ 佐野	13:30–14:20 ◎ピラWaist+ 木村	13:30–14:20 ◎ピラH&L+ 佐野			13:30–14:20 ◎ピラB+ 佐野			14:00–14:50 ◎ピラH&L+ 久野		14:00–14:50 ◎ピラB+ 木村		13:30–14:20 ◎ピラLower+ 木村		14:00–14:50 ◎ピラB&A+ 木村	14:00–14:50 ◎ピラUpper+ 渡邉				13:30–14:20 ◎ピラWaist+ 佐野	
		15:00–15:50 ◎ピラUpper+ 伊井		15:00–15:50 ◎ピラWaist+ 木村	15:00–15:50 ◎ピラLower+ 渡邉	15:00–15:50 ◎ピラB+ 佐野			15:00–15:50 ◎ピラLower+ 木村							15:00–15:50 ◎ピラWaist+ 杉浦							15:00–15:50 ◎ピラLower+ 渡邉	
		16:30–17:20 ◎ピラWaist+ 福田		16:30–17:20 ◎ピラB+ 久野	16:30–17:20 ◎ピラUpper+ 福田	16:30–17:20 ◎ピラLower+ 久野			16:30–17:20 ◎ピラWaist+ 木村						16:20–17:10 ◎ピラLower+ 久野	16:30–17:20 ◎ピラUpper+ 佐野				16:20–17:10 ◎ピラWaist+ 佐野	16:20–17:10 ◎ピラH&L+ 渡邉		16:30–17:20 ◎ピラB+ 渡邉	
	17:50–18:40 ◎ピラB+ 佐野	18:00–18:50 ◎ピラLower+ 福田		18:00–18:50 ◎ピラUpper+ 久野	18:00–18:50 ◎ピラLower+ 福田	18:00–18:50 ◎ピラWaist+ 佐野	18:00–18:50 ◎ピラLower+ 渡邉	17:40–18:30 ◎ピラUpper+ 木村	18:00–18:50 ◎ピラB+ 佐野		17:40–18:30 ◎ピラH&L+ 福田	17:50–18:40 ◎ピラUpper+ 福田	18:00–18:50 ◎ピラLower+ 渡邉	17:40–18:30 ◎ピラLower+ 佐野	17:50–18:40 ◎ピラUpper+ 久野	18:00–18:50 ◎ピラB+ 佐野		17:40–18:30 ◎ピラLower+ 久野	17:40–18:30 ◎ピラWaist+ 渡邉	17:50–18:40 ◎ピラUpper+ 福田	17:40–18:30 ◎ピラB+ 渡邉	17:50–18:40 ◎ピラH&L+ 佐野	18:00–18:50 ◎ピラUpper+ 佐野	
	19:20–20:10 ◎ピラWaist+ 佐野						19:30–20:20 ◎ピラUpper+ 木村	19:10–20:00 ◎ピラH&L+ 木村			19:10–20:00 ◎ピラUpper+ 久野	19:20–20:10 ◎ピラLower+ 久野	19:30–20:20 ◎ピラB+ 久野	19:10–20:00 ◎ピラUpper+ 佐野	19:20–20:10 ◎ピラB+ 福田			19:10–20:00 ◎ピラB+ 木村	19:10–20:00 ◎ピラUpper+ 木村	19:20–20:10 ◎ピラLower+ 佐野	19:10–20:00 ◎ピラWaist+ 木村	19:20–20:10 ◎ピラB&A+ 木村		
	20:50–21:40 ◎ピラLower+ 福田						21:00–21:50 ◎ピラH&L+ 木村	20:40–21:30 ◎ピラB+ 佐野			20:40–21:30 ◎ピラLower+ 久野	20:50–21:40 ◎ピラB+ 久野	21:00–21:50 ◎ピラUpper+ 久野	20:40–21:30 ◎ピラH&L+ 木村	20:50–21:40 ◎ピラWaist+ 福田			20:40–21:30 ◎ピラUpper+ 木村	20:40–21:30 ◎ピラLower+ 木村	20:50–21:40 ◎ピラB+ 佐野	20:40–21:30 ◎ピラB&A+ 木村	20:50–21:40 ◎ピラLower+ 木村		

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	-
09:30-10:20 ◎ピラB+ 木村	09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 木村	09:30-10:20 ◎ピラLower+ 木村	09:30-10:20 ◎ピラWaist+ 渡邉	09:30-10:20 ◎ピラH&L+ 久野	09:00-09:50 ◎ピラB+ 久野	定休日
11:00-11:50 ◎ピラUpper+ 木村	11:00-11:50 ◎ピラH&L+ 木村	11:00-11:50 ◎ピラB+ 木村	11:00-11:50 ◎ピラLower+ 渡邉	11:00-11:50 ◎ピラWaist+ 久野	10:30-11:20 ◎ピラUpper+ 久野	
12:30-13:20 ◎ピラLower+ 渡邉	12:30-13:20 ◎ピラB+ 渡邉	12:30-13:20 ◎ピラUpper+ 木村	12:30-13:20 ◎ピラB&A+ 久野	12:30-13:20 ◎ピラLower+ 福田	12:00-12:50 ◎ピラWaist+ 福田	
			14:00-14:50 ◎ピラB+ 渡邉	14:00-14:50 ◎ピラUpper+ 久野	13:30-14:20 ◎ピラLower+ 久野	
		16:20-17:10 ◎ピラB&A+ 久野			15:00-15:50 ◎ピラUpper+ 久野	
17:40-18:30 ◎ピラH&L+ 佐野	18:10-19:00 ◎ピラB&A+ 久野	17:50-18:40 ◎ピラLower+ 佐野	17:40-18:30 ◎ピラH&L+ 久野	17:40-18:30 ◎ピラB+ 福田	16:30-17:20 ◎ピラH&L+ 福田	
19:10-20:00 ◎ピラUpper+ 渡邉	19:40-20:30 ◎ピラLower+ 佐野	19:20-20:10 ◎ピラWaist+ 佐野	19:10-20:00 ◎ピラUpper+ 岡島	19:20-20:10 ◎ピラLower+ 木村	18:00-18:50 ◎ピラLower+ 福田	
20:40-21:30 ◎ピラLower+ 佐野	21:10-22:00 ◎ピラWaist+ 佐野	20:50-21:40 ◎ピラUpper+ 久野	20:40-21:30 ◎ピラLower+ 岡島	20:50-21:40 ◎ピラB&A+ 木村		

【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	◎ピラH&L+	Hip&Legs+	50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+