2026年5月レッスンスケジュール Rintosull イオンタウン岐阜北方店(全スタジオ:女性専用)

※2026年05月01日02:03 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	－
	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 宮内	09:00–09:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 長嶋	定休日	09:00–09:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 向井	09:00–09:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 長嶋	09:00–09:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中野	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 根本	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 向井	09:00–09:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 根本	定休日	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 宮内	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 向井	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 長嶋	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 長嶋	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 根本	09:00–09:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 宮内	定休日	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 中野	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 宮内	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 根本	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 長嶋	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 向井	09:00–09:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 向井	定休日
	10:50–11:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 宮内	10:20–11:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 根本		10:20–11:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 向井	10:20–11:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 宮内	10:20–11:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 長嶋	10:50–11:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中野	10:50–11:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 長嶋	10:20–11:10 ◎ﾋﾞﾗLower+ 根本		10:50–11:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中野	10:50–11:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 宮内	10:50–11:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中野	10:50–11:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 長嶋	10:50–11:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 根本	10:20–11:10 ◎ﾋﾞﾗB+ 向井		10:50–11:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 中野	10:50–11:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中野	10:40–11:30 ◎ﾋﾞﾗB+ 宮内	10:50–11:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 根本	10:50–11:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 向井	10:20–11:10 ◎ﾋﾞﾗB+ 向井	
	12:10–13:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 中野	11:40–12:30 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中野		11:40–12:30 ◎ﾋﾞﾗLower+ 長嶋	11:40–12:30 ◎ﾋﾞﾗLower+ 根本	11:40–12:30 ◎ﾋﾞﾗLower+ 根本	12:10–13:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 向井	12:10–13:00 ◎ﾋﾞﾗLower+ 根本	11:40–12:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 向井		12:10–13:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 中野	12:10–13:00 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中野	12:10–13:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 向井	12:10–13:00 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中野	12:10–13:00 ◎ﾋﾞﾗB+ 宮内	11:40–12:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 根本		12:10–13:00 ◎ﾋﾞﾗLower+ 根本	12:10–13:00 ◎ﾋﾞﾗB+ 根本	11:50–12:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 長嶋	12:10–13:00 ◎ﾋﾞﾗLower+ 根本	12:10–13:00 ◎ﾋﾞﾗB+ 根本	11:40–12:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 中野	
	13:30–14:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中野	13:00–13:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 長嶋		13:00–13:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 長嶋	13:00–13:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 長嶋	13:00–13:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 根本	14:30–15:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 向井	14:30–15:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 中野	13:00–13:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中野		13:30–14:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 向井	14:30–15:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中野	13:30–14:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 中野	14:30–15:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 中野	13:00–13:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 宮内		13:30–14:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 根本			13:30–14:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 長嶋	13:30–14:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 根本	13:00–13:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中野	
	15:30–16:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 根本	15:30–16:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 向井		15:30–16:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 向井	15:30–16:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 根本	15:30–16:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 中野	16:30–17:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 長嶋	16:30–17:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 長嶋	15:30–16:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 長嶋		16:30–17:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中野	16:30–17:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 長嶋	16:30–17:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 長嶋	16:30–17:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 宮内	15:30–16:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 根本		16:30–17:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 根本	16:30–17:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 向井		16:30–17:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 中野	16:30–17:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 根本	15:25–16:15 ◎ﾋﾞﾗB+ 長嶋	
	16:30–17:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 向井	16:50–17:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 根本		16:50–17:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 宮内	16:50–17:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 根本	16:50–17:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 長嶋			16:50–17:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中野							16:50–17:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 向井							16:50–17:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中野	
	17:50–18:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 宮内	18:10–19:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 中野		18:10–19:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 宮内	18:10–19:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 宮内	18:10–19:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 長嶋	17:50–18:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 根本	17:50–18:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 根本	18:10–19:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 向井		17:50–18:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 長嶋	17:50–18:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 宮内	17:50–18:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 向井	17:50–18:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 向井	17:50–18:40 ◎ﾋﾞﾗB+ 宮内	18:10–19:00 ◎ﾋﾞﾗLower+ 長嶋		17:50–18:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 根本	17:50–18:40 ◎ﾋﾞﾗB+ 向井	18:20–19:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 中野	17:50–18:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中野	17:50–18:40 ◎ﾋﾞﾗB+ 長嶋	18:10–19:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 根本	
	19:10–20:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 向井	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中野		19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 向井	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 向井	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 宮内	19:10–20:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 中野	19:10–20:00 ◎ﾋﾞﾗLower+ 向井	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 長嶋		19:10–20:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 長嶋	19:10–20:00 ◎ﾋﾞﾗLower+ 根本	19:10–20:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 向井	19:10–20:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 長嶋	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 長嶋		19:10–20:00 ◎ﾋﾞﾗB+ 向井	19:05–19:55 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 中野	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 向井	19:10–20:00 ◎ﾋﾞﾗB+ 宮内	19:10–20:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 長嶋	19:20–20:10 ◎ﾋﾞﾗB+ 根本	
	20:30–21:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 向井			20:30–21:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 向井	20:30–21:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 向井	20:30–21:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中野	20:30–21:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中野	20:30–21:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 中野			20:30–21:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 根本	20:30–21:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 根本	20:30–21:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 宮内	20:30–21:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 中野	20:30–21:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中野		20:30–21:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 向井	20:30–21:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 中野	20:40–21:30 ◎ﾋﾞﾗB+ 向井	20:30–21:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 長嶋	20:25–21:15 ◎ﾋﾞﾗLower+ 長嶋		

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	-
					09:00–09:50 ◎ピラLower+ 中野	定休日
09:30–10:20 ◎ピラB+ 中野	09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 長嶋	09:30–10:20 ◎ピラLower+ 長嶋	09:30–10:20 ◎ピラB+ 向井	09:30–10:20 ◎ピラUpper+ 向井		
					10:20–11:10 ◎ピラB+ 長嶋	
10:50–11:40 ◎ピラUpper+ 根本	10:50–11:40 ◎ピラLower+ 宮内	10:50–11:40 ◎ピラB+ 長嶋	10:50–11:40 ◎ピラUpper+ 長嶋	10:50–11:40 ◎ピラLower+ 宮内		
					11:40–12:30 ◎ピラUpper+ 宮内	
12:10–13:00 ◎ピラLower+ 根本	12:10–13:00 ◎ピラB+ 中野	12:10–13:00 ◎ピラUpper+ 根本	12:10–13:00 ◎ピラLower+ 根本	12:10–13:00 ◎ピラB+ 長嶋		
					13:00–13:50 ◎ピラLower+ 向井	
	13:30–14:20 ◎ピラUpper+ 長嶋		13:30–14:20 ◎ピラB+ 向井			
14:30–15:20 ◎ピラB+ 向井		14:30–15:20 ◎ピラLower+ 根本		14:30–15:20 ◎ピラUpper+ 長嶋		
					15:30–16:20 ◎ピラB+ 中野	
16:30–17:20 ◎ピラUpper+ 宮内	16:30–17:20 ◎ピラLower+ 向井	16:30–17:20 ◎ピラB+ 長嶋	16:30–17:20 ◎ピラUpper+ 長嶋	16:30–17:20 ◎ピラLower+ 宮内		
					16:50–17:40 ◎ピラUpper+ 根本	
17:50–18:40 ◎ピラLower+ 向井	17:50–18:40 ◎ピラB+ 中野	17:50–18:40 ◎ピラUpper+ 中野	17:50–18:40 ◎ピラLower+ 根本	17:50–18:40 ◎ピラB+ 根本		
					18:10–19:00 ◎ピラLower+ 中野	
19:10–20:00 ◎ピラB+ 向井	19:10–20:00 ◎ピラUpper+ 宮内	19:10–20:00 ◎ピラLower+ 中野	19:10–20:00 ◎ピラB+ 中野	19:10–20:00 ◎ピラUpper+ 根本		
					19:30–20:20 ◎ピラB+ 向井	
20:30–21:20 ◎ピラUpper+ 根本	20:30–21:20 ◎ピラLower+ 向井	20:30–21:20 ◎ピラB+ 宮内	20:30–21:20 ◎ピラUpper+ 中野	20:30–21:20 ◎ピラLower+ 向井		

【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+