2026年9月レッスンスケジュール Rintosull BiVi新さっぽろ店(全スタジオ:女性専用)

※2026年08月23日02:10 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(火)	2日(水)	3日(木)	4日(金)	5日(土)	6日(日)	7日(月)	8日(火)	9日(水)	10日(木)	11日(金)	12日(土)	13日(日)	14日(月)	15日(火)	16日(水)	17日(木)	18日(金)	19日(土)	20日(日)	21日(月)	22日(火)	23日(水)	24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	－	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 ◎ビラUpper+ 小山							08:00-08:50 ◎ビラLower+ 高橋							08:00-08:50 ◎ビラLower+ 高橋		08:00-08:45 Boost Upper&Lower 小山	08:00-08:50 ◎ビラWaist+ 的野		
	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 高橋	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 高橋	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 的野	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 小山	09:20-10:10 ◎ビラLower+ 稲田		09:30-10:00 ◎ビラRefCore 的野	09:30-10:20 ◎ビラWaist+ 的野	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 瀬川	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 高橋	09:30-10:15 Boost Upper&Lower 小山	09:20-10:10 ◎ビラB+ 稲田			09:30-10:20 ◎ビラLower+ 的野	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 瀬川	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 小山	09:30-10:20 ◎ビラB+ 的野	09:20-10:10 ◎ビラUpper+ 高橋		09:20-10:10 ◎ビラLower+ 小山	09:20-10:10 ◎ビラUpper+ 高橋		09:30-10:20 ◎ビラLower+ 小山
	10:50-11:35 Boost Upper&Lower 高橋	10:50-11:40 ◎ビラUpper+ 小山	10:50-11:20 ◎ビラRefCore 佐々木	10:50-11:40 ◎ビラUpper+ 小山	10:40-11:30 ◎ビラWaist+ 瀬川		10:30-11:20 ◎ビラUpper+ 小山	10:50-11:40 ◎ビラLower+ 高橋	10:50-11:35 Boost Upper&Lower 瀬川	10:50-11:20 ◎ビラRefCore 稲田	10:50-11:40 ◎ビラLower+ 小山	10:40-11:25 Boost Upper&Lower 稲田			10:50-11:40 ◎ビラB+ 的野	10:50-11:40 ◎ビラH&L+ 稲田	10:50-11:40 ◎ビラUpper+ 高橋	10:50-11:40 ◎ビラLower+ 小山	10:40-11:30 ◎ビラH&L+ 稲田		10:40-11:10 ◎ビラRefCore 稲田	10:40-11:30 ◎ビラLower+ 高橋		10:50-11:40 ◎ビラB+ 的野
	12:10-13:00 ◎ビラWaist+ 稲田	12:10-12:55 Boost Upper&Lower 小山	11:50-12:40 ◎ビラLower+ 中村		12:00-12:50 ◎ビラLower+ 瀬川		11:50-12:40 ◎ビラLower+ 小山	12:10-12:55 Boost Upper&Lower 瀬川	12:10-13:00 ◎ビラLower+ 佐々木	11:50-12:40 ◎ビラUpper+ 高橋	12:10-13:00 ◎ビラB+ 佐々木	12:00-12:50 ◎ビラUpper+ 瀬川			12:10-13:00 ◎ビラUpper+ 佐々木	12:10-13:00 ◎ビラWaist+ 稲田	12:10-12:55 Ex45ビラRefCore 佐々木	12:10-12:40 ◎ビラRefCore 的野	12:00-12:50 ◎ビラB+ 的野		11:40-12:30 ◎ビラUpper+ 小山	12:00-12:50 ◎ビラUpper+ 小山		12:10-13:00 ◎ビラUpper+ 高橋
	13:30-14:20 ◎ビラLower+ 瀬川	13:30-14:20 ◎ビラH&L+ 瀬川	13:10-13:55 Power Basic 的野		13:20-14:10 ◎ビラB+ 的野		13:10-14:00 ◎ビラB+ 的野	13:30-14:20 ◎ビラB+ 瀬川	13:30-14:00 ◎ビラRefCore 稲田	13:10-14:00 ◎ビラH&L+ 稲田	13:30-14:20 ◎ビラUpper+ 小山	13:20-13:50 ◎ビラRefCore 的野			13:30-14:15 Ex45ビラRefCore 佐々木	13:30-14:20 ◎ビラLower+ 高橋		13:10-14:00 ◎ビラUpper+ 小山	13:20-14:05 Boost Upper&Lower 的野		13:00-13:50 ◎ビラB+ 稲田	13:20-14:10 ◎ビラB+ 的野		
			14:30-15:20 ◎ビラUpper+ 中村		14:40-15:30 ◎ビラUpper+ 瀬川		14:30-15:20 ◎ビラWaist+ 瀬川		14:30-15:20 ◎ビラB+ 稲田	14:30-15:20 ◎ビラWaist+ 的野	14:50-15:40 ◎ビラWaist+ 的野	14:20-15:10 ◎ビラB+ 的野							14:40-15:30 ◎ビラLower+ 小山		14:20-15:10 ◎ビラH&L+ 瀬川	14:40-15:10 ◎ビラRefCore 瀬川		
					16:00-16:50 ◎ビラWaist+ 的野			15:20-16:10 ◎ビラLower+ 高橋				15:40-16:30 ◎ビラLower+ 瀬川							16:00-16:45 Power Basic 的野		15:40-16:25 Ex45ビラRefCore 佐々木	15:40-16:30 ◎ビラUpper+ 高橋		
	16:40-17:30 ◎ビラB+ 瀬川	17:00-17:30 ◎ビラRefCore 瀬川	16:40-17:30 ◎ビラLower+ 的野		17:20-18:05 Boost Upper&Lower 瀬川		17:00-17:45 Boost Upper&Lower 瀬川	16:40-17:30 ◎ビラB+ 的野	16:40-17:30 ◎ビラUpper+ 佐々木	17:00-17:30 ◎ビラRefCore 的野	16:40-17:25 Boost Upper&Lower 的野	17:00-17:50 ◎ビラUpper+ 瀬川			16:40-17:30 ◎ビラUpper+ 稲田	17:00-17:50 ◎ビラH&L+ 稲田	16:45-17:30 Boost Upper&Lower 小山	17:00-17:50 ◎ビラLower+ 的野	17:20-18:10 ◎ビラUpper+ 小山		17:00-17:50 ◎ビラUpper+ 瀬川	17:00-17:50 ◎ビラLower+ 小山		
	18:00-18:50 ◎ビラLower+ 高橋	18:00-18:50 ◎ビラUpper+ 瀬川	18:00-18:50 ◎ビラWaist+ 中村	18:00-18:50 ◎ビラB+ 瀬川			18:20-19:10 ◎ビラUpper+ 高橋	18:00-18:45 Boost Upper&Lower 的野	18:00-18:50 ◎ビラLower+ 稲田	18:00-18:50 ◎ビラB+ 的野	18:00-18:50 ◎ビラUpper+ 的野				18:00-18:50 ◎ビラB+ 稲田	18:20-18:50 ◎ビラRefCore 稲田	18:00-18:50 ◎ビラLower+ 小山	18:20-19:10 ◎ビラUpper+ 瀬川						
	19:20-20:10 ◎ビラWaist+ 瀬川	19:20-20:10 ◎ビラLower+ 佐々木	19:20-20:10 ◎ビラB+ 佐々木	19:20-20:10 ◎ビラUpper+ 高橋			19:40-20:30 ◎ビラLower+ 高橋	19:20-20:10 ◎ビラB+ 瀬川	19:20-20:10 ◎ビラWaist+ 稲田	19:20-20:10 ◎ビラUpper+ 小山	19:20-20:10 ◎ビラH&L+ 瀬川				19:20-20:05 Boost Upper&Lower 瀬川	19:20-20:10 ◎ビラLower+ 高橋	19:20-20:10 ◎ビラUpper+ 瀬川	19:40-20:30 ◎ビラB+ 瀬川						19:20-20:05 Boost Upper&Lower 高橋
	20:40-21:30 ◎ビラLower+ 高橋	20:40-21:30 ◎ビラB+ 佐々木	20:40-21:30 ◎ビラUpper+ 的野	20:40-21:30 ◎ビラLower+ 高橋			21:00-21:30 ◎ビラRefCore 瀬川	20:40-21:30 ◎ビラUpper+ 瀬川	20:40-21:30 ◎ビラB+ 佐々木	20:40-21:30 ◎ビラLower+ 小山	20:40-21:30 ◎ビラB+ 瀬川				20:40-21:30 ◎ビラH&L+ 瀬川	20:40-21:30 ◎ビラUpper+ 高橋	20:40-21:30 ◎ビラB+ 稲田	21:00-21:30 ◎ビラRefCore 的野						20:40-21:30 ◎ビラH&L+ 瀬川

25日(金)	26日(土)	27日(日)	28日(月)	29日(火)	30日(水)
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
09:30-10:15 Boost Upper&Lower 高橋	08:00-08:50 ◎ピラH&L+ 佐々木	定休日	09:30-10:20 ◎ピラB+ 的野	09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 高橋	09:30-10:00 ◎ピラRefCore 瀬川
10:50-11:40 ◎ピラUpper+ 高橋	09:20-10:10 ◎ピラUpper+ 佐々木		10:50-11:40 ◎ピラUpper+ 的野	10:50-11:40 ◎ピラLower+ 高橋	10:30-11:20 ◎ピラH&L+ 瀬川
12:10-13:00 ◎ピラLower+ 小山	10:40-11:30 ◎ピラWaist+ 稲田		12:10-12:40 ◎ピラRefCore 佐々木	12:10-13:00 ◎ピラWaist+ 的野	11:50-12:40 ◎ピラB+ 稲田
13:30-14:15 Power Basic 瀬川	12:00-12:50 ◎ピラLower+ 稲田		13:10-14:00 ◎ピラLower+ 稲田	13:30-14:20 ◎ピラB+ 稲田	13:10-13:55 Boost Upper&Lower 稲田
15:50-16:40 ◎ピラUpper+ 小山	13:20-14:05 Ex45ピラRefCore 佐々木		14:30-15:20 ◎ピラWaist+ 稲田	17:00-17:50 ◎ピラUpper+ 高橋	14:30-15:20 ◎ピラUpper+ 小山
17:10-18:00 ◎ピラWaist+ 的野	14:40-15:30 ◎ピラUpper+ 的野		16:40-17:30 ◎ピラH&L+ 佐々木	18:20-18:50 ◎ピラRefCore 的野	17:00-17:50 ◎ピラB+ 的野
18:30-19:20 ◎ピラLower+ 瀬川	16:00-16:50 ◎ピラB+ 稲田		18:00-18:45 Boost Upper&Lower 稲田	19:20-20:10 ◎ピラB+ 稲田	18:20-19:10 ◎ピラUpper+ 小山
19:50-20:40 ◎ピラB+ 的野	17:20-18:10 ◎ピラLower+ 稲田		19:20-20:10 ◎ピラUpper+ 稲田	20:40-21:30 ◎ピラLower+ 稲田	19:40-20:30 ◎ピラLower+ 小山
21:10-21:40 ◎ピラRefCore 瀬川			20:40-21:25 Power Basic 佐々木		21:00-21:30 ◎ピラRefCore 的野

【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	◎ピラRefCore	Refresh Core	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3	Ex45ピラRefCore	【Extra45】Refresh Core	45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

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+