2026年8月レッスンスケジュール Rintosull 北千住店(全スタジオ:女性専用)

※2026年07月26日02:09 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(土)	2日(日)	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)	9日(日)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)	16日(日)	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)	23日(日)	24日(月)
	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Lower+ 横山	定休日						08:00-08:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 坂田	定休日		08:00-08:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 豊川			臨時休業	臨時休業	定休日						08:00-08:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 坂田	定休日	
	09:20-10:10 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 横山		09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 横山	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 在津	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 大久保	09:30-10:15 Ex45ﾋﾞﾗRefBody 横山	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 坂田	09:20-10:10 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 坂田		09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 在津	09:20-10:10 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 豊川	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 豊川	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 在津				09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 豊川	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 大久保	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 横山	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 坂田	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 坂田	09:20-10:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 坂田		09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 坂田
	10:40-11:30 ◎ﾋﾞﾗLower+ 豊川		10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗB+ 在津	10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 坂田	10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 在津	10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 横山	10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 坂田	10:40-11:30 ◎ﾋﾞﾗB+ 豊川		10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 在津	10:40-11:30 ◎ﾋﾞﾗB+ 坂田	●10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 大久保	10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 横山				10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗB+ 豊川	10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗB+ 坂田	●10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 横山	10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗB+ 在津	10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 坂田	10:40-11:30 ◎ﾋﾞﾗLower+ 横山		10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 大久保
	12:00-12:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 豊川		12:10-13:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 在津	12:10-13:00 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 在津	12:10-12:55 Ex45ﾋﾞﾗRefBody 横山	12:10-13:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 豊川	12:10-13:00 ◎ﾋﾞﾗB+ 豊川	12:00-12:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 豊川		12:10-13:00 ◎ﾋﾞﾗLower+ 坂田	12:00-12:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 大久保	12:10-13:00 ◎ﾋﾞﾗLower+ 在津	12:10-13:00 ◎ﾋﾞﾗLower+ 豊川				12:10-13:00 ◎ﾋﾞﾗLower+ 大久保	12:10-13:00 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 豊川	12:10-13:00 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 大久保	12:10-13:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 横山	12:10-13:00 ◎ﾋﾞﾗLower+ 在津	12:00-12:50 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 横山		12:10-13:00 ◎ﾋﾞﾗB+ 在津
	13:20-14:10 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 横山		13:30-14:15 Ex45ﾋﾞﾗRefBody 横山	13:30-14:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 在津		13:30-14:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 豊川		13:20-14:10 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 横山		●13:30-14:20 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 大久保	13:20-14:10 ◎ﾋﾞﾗLower+ 横山	●13:30-14:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 豊川						13:30-14:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 坂田		13:30-14:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 坂田			13:20-14:10 ◎ﾋﾞﾗLower+ 横山		13:30-14:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 在津
	14:40-15:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 大久保							14:40-15:30 ◎ﾋﾞﾗLower+ 横山			14:40-15:30 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 横山											14:40-15:30 ◎ﾋﾞﾗB+ 坂田		
	16:00-16:50 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 大久保							16:00-16:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 坂田			16:00-16:50 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 坂田											16:00-16:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 在津		
	17:20-18:10 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 大久保						17:00-17:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 坂田	17:20-18:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 横山			17:20-18:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 坂田		17:00-17:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 在津				17:00-17:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 在津		17:00-17:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 坂田		●17:00-17:50 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 大久保	17:20-18:10 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 在津		
			18:20-19:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 横山	18:20-19:10 ◎ﾋﾞﾗB+ 豊川	18:20-19:10 ◎ﾋﾞﾗLower+ 豊川	18:20-19:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 大久保	18:20-19:10 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 大久保			18:20-19:10 ◎ﾋﾞﾗLower+ 大久保		18:20-19:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 大久保	18:20-19:10 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 在津				18:20-19:10 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 在津	18:20-19:10 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 大久保	18:20-19:10 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 坂田	18:20-19:10 ◎ﾋﾞﾗB+ 在津	18:20-19:10 ◎ﾋﾞﾗLower+ 大久保			18:20-19:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 横山
			19:40-20:30 ◎ﾋﾞﾗLower+ 坂田	19:40-20:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 豊川	19:40-20:30 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 坂田	19:40-20:30 ◎ﾋﾞﾗLower+ 豊川	19:40-20:30 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 在津			19:40-20:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 大久保		19:40-20:30 ◎ﾋﾞﾗLower+ 豊川	19:40-20:30 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 横山				19:40-20:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 横山	19:40-20:30 ◎ﾋﾞﾗB+ 在津	19:40-20:30 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 大久保	19:40-20:30 ◎ﾋﾞﾗLower+ 横山	●19:40-20:30 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 在津			19:40-20:30 ◎ﾋﾞﾗLower+ 大久保
			21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 坂田	21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 坂田	21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 坂田	21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 在津	21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 在津			21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 横山		21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 坂田	21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 横山				21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 横山	21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 坂田	21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 大久保	21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 横山	21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 在津			●21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 大久保

25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)	29日(土)	30日(日)	31日(月)
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+ 在津	定休日	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 在津	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 坂田	08:00-08:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 坂田	定休日	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 大久保
10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 在津		10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 在津	10:50-11:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 坂田	09:20-10:10 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 坂田		10:50-11:20 ◎ﾋﾞﾗRefBody 大久保
12:10-13:00 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 豊川		12:10-13:00 ◎ﾋﾞﾗLower+ 坂田	12:10-13:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 大久保	10:40-11:30 ◎ﾋﾞﾗLower+ 横山		11:50-12:40 ◎ﾋﾞﾗLower+ 在津
		13:30-14:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 坂田		12:00-12:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 坂田		
				13:20-14:10 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 豊川		
				14:40-15:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 豊川		
				16:00-16:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 大久保		
			17:00-17:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 豊川	17:20-18:10 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 横山		17:40-18:10 ◎ﾋﾞﾗRefBody 横山
18:20-19:10 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 横山		18:20-19:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 豊川	18:20-19:10 ◎ﾋﾞﾗB+ 豊川			18:40-19:30 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 大久保
19:40-20:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 坂田		19:40-20:30 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 在津	19:40-20:30 ◎ﾋﾞﾗLower+ 在津			20:00-20:30 ◎ﾋﾞﾗRefCore 在津
21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 坂田		21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗH&L+ 大久保	21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗB&A+ 在津			21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 横山

【マシンピラティス】

強度	レッスン名		時間
2.5	◎ﾋﾞﾗLower+	Lower Body Make-up＋	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗUpper+	Upper Body Make-up＋	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗB+	Basic+	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗRefBody	Refresh Body	30分
3	◎ﾋﾞﾗH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞﾗRefCore	Refresh Core	30分
3	Ex45ﾋﾞﾗRefBody	【Extra45】Refresh Body	45分
3.5	◎ﾋﾞﾗWaist+	Waist Shape＋	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗ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+