2026年11月レッスンスケジュール Rintosull 岡本店(全スタジオ:女性専用)

※2026年10月25日02:08 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(日)	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)	8日(日)	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)	15日(日)	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)	22日(日)	23日(月)	24日(火)
	-	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
朝	定休日		08:00-08:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 慎				08:00-08:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 香川	定休日						08:00-08:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 馬屋原	定休日						08:00-08:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 慎	定休日	08:00-08:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 慎	
朝		09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 真砂	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 慎	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 小西	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 香川	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 慎	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 香川		09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 山内	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 香川	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 慎	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 馬屋原	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 香川	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 斉藤		09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 慎	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 香川	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 馬屋原	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 山内	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 香川	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 片田		09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 馬屋原	09:30-10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 山内
朝		11:00-11:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 真砂	11:00-11:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 香川	11:00-11:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 小西	11:00-11:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 香川	11:00-11:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 慎	●11:00-11:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 香川		11:00-11:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 山内	11:00-11:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 香川	11:00-11:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 香川	11:00-11:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 馬屋原	11:00-11:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 香川	11:00-11:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 山内		11:00-11:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 慎	11:00-11:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 香川	11:00-11:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 新枦	11:00-11:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 山内	11:00-11:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 香川	11:00-11:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 山内		11:00-11:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 新枦	10:40-11:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 香川
昼			12:30-13:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 馬屋原	12:30-13:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 小西					12:30-13:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 香川	12:30-13:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 香川	12:30-13:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 香川			12:30-13:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 斉藤				12:30-13:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 新枦		12:30-13:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 山内	12:30-13:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 香川		12:30-13:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 馬屋原	
昼					13:20-14:10 ◎ﾋﾞﾗLower+ 馬屋原												13:30-14:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 山内		13:40-14:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 慎					
昼			14:00-14:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 馬屋原			14:00-14:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 香川	14:00-14:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 慎						14:30-15:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 馬屋原	14:00-14:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 慎		14:30-15:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 香川					14:00-14:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 片田		14:00-14:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 山内	
昼					14:50-15:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 馬屋原												15:00-15:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 山内		15:10-16:00 ◎ﾋﾞﾗLower+ 慎					
昼			15:30-16:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 香川			15:30-16:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 香川	15:30-16:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 慎						16:00-16:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 馬屋原	15:30-16:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 斉藤		16:00-16:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 香川					15:30-16:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 片田		15:30-16:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 新枦	
昼			17:00-17:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 香川				17:00-17:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 慎							17:00-17:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 山内							17:00-17:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 香川		17:00-17:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 新枦	
夜		18:00-18:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 真砂		18:00-18:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 小西	18:00-18:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 慎					18:00-18:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 馬屋原	18:00-18:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 山内		18:00-18:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 慎			18:00-18:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 山内	18:00-18:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 慎	18:00-18:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 慎	18:00-18:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 馬屋原					
夜		19:30-20:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 真砂		19:30-20:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 小西	19:30-20:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 慎	19:30-20:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 塚本			19:30-20:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 慎	19:30-20:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 山内	19:30-20:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 山内	19:30-20:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 山内	19:30-20:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 慎			19:30-20:20 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 山内	19:30-20:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 慎	19:30-20:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 新枦	19:30-20:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 馬屋原	19:30-20:20 ◎ﾋﾞﾗB+ 馬屋原				19:30-20:20 ◎ﾋﾞﾗLower+ 馬屋原
夜		21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 香川		21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 慎	21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 慎	21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 塚本			21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 慎	21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 山内	21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 山内	21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 山内	21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗWaist+ 慎			21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗB+ 山内	21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 慎	21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 新枦	21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 馬屋原	21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗLower+ 馬屋原				21:00-21:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+ 馬屋原

25日(水)	26日(木)	27日(金)	28日(土)	29日(日)	30日(月)
－	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	－	Aスタジオ
定休日	09:30-10:20 ◎ピラLower+ 慎	09:30-10:20 ◎ピラLower+ 香川	08:00-08:50 ◎ピラLower+ 香川	定休日	09:30-10:20 ◎ピラLower+ 慎
	11:00-11:50 ◎ピラUpper+ 慎	11:00-11:50 ◎ピラUpper+ 慎	09:30-10:20 ◎ピラUpper+ 香川		11:00-11:50 ◎ピラUpper+ 慎
	14:30-15:20 ◎ピラWaist+ 馬屋原	14:40-15:30 ◎ピラWaist+ 山内	11:00-11:50 ◎ピラLower+ 馬屋原		14:30-15:20 ◎ピラUpper+ 馬屋原
	16:00-16:50 ◎ピラLower+ 山内	16:10-17:00 ◎ピラLower+ 慎	14:00-14:50 ◎ピラB+ 香川		16:00-16:50 ◎ピラUpper+ 山内
	18:00-18:50 ◎ピラLower+ 真砂	18:00-18:50 ◎ピラUpper+ 馬屋原	15:30-16:20 ◎ピラWaist+ 小西		18:00-18:50 ◎ピラUpper+ 真砂
	19:30-20:20 ◎ピラUpper+ 真砂	19:30-20:20 ◎ピラLower+ 斉藤	17:00-17:50 ◎ピラUpper+ 小西		19:30-20:20 ◎ピラLower+ 真砂
	21:00-21:50 ◎ピラLower+ 真砂	21:00-21:50 ◎ピラUpper+ 斉藤			21:00-21:50 ◎ピラUpper+ 真砂

【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

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+