2026年12月レッスンスケジュール Rintosull 塚口店(全スタジオ:女性専用)

※2026年11月10日02:05 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	Aスタジオ	－
					08:00–08:50 ◎ﾋﾞﾗLower+							08:00–08:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+							08:00–08:50 ◎ﾋﾞﾗLower+						
	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+		09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+		09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+		09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗB+	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗLower+	09:30–10:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+	
	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗLower+	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗLower+	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗLower+		11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗLower+	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗLower+	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗLower+	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+		10:50–11:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+	10:50–11:40 ◎ﾋﾞﾗLower+	10:50–11:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+	10:50–11:40 ◎ﾋﾞﾗLower+	10:50–11:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+	11:00–11:50 ◎ﾋﾞﾗLower+		10:50–11:40 ◎ﾋﾞﾗLower+	10:50–11:40 ◎ﾋﾞﾗUpper+	10:50–11:40 ◎ﾋﾞﾗB+	
	12:30–13:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+	12:30–13:20 ◎ﾋﾞﾗLower+	12:30–13:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+	12:30–13:20 ◎ﾋﾞﾗLower+			12:30–13:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+	12:30–13:20 ◎ﾋﾞﾗLower+	12:30–13:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+	12:30–13:20 ◎ﾋﾞﾗLower+	12:30–13:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+			12:10–13:00 ◎ﾋﾞﾗLower+	12:10–13:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+		12:10–13:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+	12:10–13:00 ◎ﾋﾞﾗLower+			12:10–13:00 ◎ﾋﾞﾗUpper+	12:10–13:00 ◎ﾋﾞﾗB+	12:10–13:00 ◎ﾋﾞﾗLower+	
		14:00–14:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+			14:00–14:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+			14:00–14:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+				14:00–14:50 ◎ﾋﾞﾗLower+					13:30–14:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+	14:00–14:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+			13:30–14:20 ◎ﾋﾞﾗLower+			
					15:30–16:20 ◎ﾋﾞﾗLower+							15:30–16:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+							15:30–16:20 ◎ﾋﾞﾗLower+					
			16:30–17:20 ◎ﾋﾞﾗLower+				16:30–17:20 ◎ﾋﾞﾗLower+								17:00–17:50 ◎ﾋﾞﾗLower+				17:00–17:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+				17:00–17:50 ◎ﾋﾞﾗLower+	
					17:00–17:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+							17:00–17:50 ◎ﾋﾞﾗLower+											
	18:00–18:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+	18:00–18:50 ◎ﾋﾞﾗLower+	18:00–18:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+	18:00–18:50 ◎ﾋﾞﾗLower+			18:00–18:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+	18:00–18:50 ◎ﾋﾞﾗLower+	18:00–18:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+	18:00–18:50 ◎ﾋﾞﾗLower+	18:00–18:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+			18:20–19:10 ◎ﾋﾞﾗLower+	18:20–19:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+	18:20–19:10 ◎ﾋﾞﾗLower+	18:20–19:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+	18:20–19:10 ◎ﾋﾞﾗLower+			18:20–19:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+	18:20–19:10 ◎ﾋﾞﾗB+	18:20–19:10 ◎ﾋﾞﾗUpper+	
	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗLower+	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗLower+	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+			19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗLower+	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗLower+	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗUpper+	19:30–20:20 ◎ﾋﾞﾗLower+			19:40–20:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+	19:40–20:30 ◎ﾋﾞﾗLower+	19:40–20:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+	19:40–20:30 ◎ﾋﾞﾗLower+	19:40–20:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+			19:40–20:30 ◎ﾋﾞﾗLower+	19:40–20:30 ◎ﾋﾞﾗUpper+	19:40–20:30 ◎ﾋﾞﾗB+	
	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗLower+	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗLower+			21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗLower+	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗLower+	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+			21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗLower+	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗLower+	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗLower+			21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗB+	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗLower+	21:00–21:50 ◎ﾋﾞﾗUpper+	

臨時休業

臨時休業

臨時休業

臨時休業

25日(金)	26日(土)	27日(日)	28日(月)	29日(火)	30日(水)	31日(木)
Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	–	–	–	–
	08:00–08:50 ◎ピラB+	08:00–08:50 ◎ピラLower+	臨時休業	臨時休業	臨時休業	臨時休業
09:30–10:20 ◎ピラB+	09:30–10:20 ◎ピラLower+	09:30–10:20 ◎ピラUpper+				
10:50–11:40 ◎ピラLower+	11:00–11:50 ◎ピラUpper+	11:00–11:50 ◎ピラB+				
12:10–13:00 ◎ピラUpper+						
	14:00–14:50 ◎ピラB+	14:00–14:50 ◎ピラUpper+				
	15:30–16:20 ◎ピラUpper+	15:30–16:20 ◎ピラLower+				
	17:00–17:50 ◎ピラLower+	17:00–17:50 ◎ピラB+				
18:20–19:10 ◎ピラUpper+						
19:40–20:30 ◎ピラLower+						
21:00–21:50 ◎ピラB+						

【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+