2026年12月レッスンスケジュール Rintosull ブランチ仙台店(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 ◎ピラLower+							08:00–08:50 ◎ピラLower+							08:00–08:50 ◎ピラLower+					
	09:30–10:20 ◎ピラUpper+	09:30–10:20 ◎ピラLower+	09:30–10:20 ◎ピラUpper+	09:30–10:20 ◎ピラLower+	09:30–10:20 ◎ピラUpper+		09:30–10:20 ◎ピラLower+	09:30–10:20 ◎ピラUpper+	09:30–10:20 ◎ピラLower+	09:30–10:20 ◎ピラUpper+	09:30–10:20 ◎ピラLower+	09:30–10:20 ◎ピラUpper+		09:30–10:20 ◎ピラUpper+	09:30–10:20 ◎ピラLower+	09:30–10:20 ◎ピラUpper+	09:30–10:20 ◎ピラLower+	09:30–10:20 ◎ピラUpper+	09:20–10:10 ◎ピラLower+		09:30–10:20 ◎ピラLower+	09:30–10:20 ◎ピラUpper+	09:30–10:20 ◎ピラLower+	
	11:00–11:50 ◎ピラLower+	11:00–11:50 ◎ピラUpper+	11:00–11:50 ◎ピラLower+	11:00–11:50 ◎ピラUpper+	11:00–11:50 ◎ピラLower+		11:00–11:50 ◎ピラUpper+	11:00–11:50 ◎ピラLower+	11:00–11:50 ◎ピラUpper+	11:00–11:50 ◎ピラLower+	11:00–11:50 ◎ピラUpper+	11:00–11:50 ◎ピラLower+		10:50–11:40 ◎ピラLower+	10:50–11:40 ◎ピラUpper+	10:50–11:40 ◎ピラLower+	10:50–11:40 ◎ピラUpper+	10:50–11:40 ◎ピラLower+	10:40–11:30 ◎ピラUpper+		10:50–11:40 ◎ピラUpper+	10:50–11:40 ◎ピラLower+	10:50–11:40 ◎ピラUpper+	
	12:30–13:20 ◎ピラUpper+	12:30–13:20 ◎ピラLower+	12:30–13:20 ◎ピラUpper+	12:30–13:20 ◎ピラLower+			12:30–13:20 ◎ピラLower+	12:30–13:20 ◎ピラUpper+	12:30–13:20 ◎ピラLower+	12:30–13:20 ◎ピラUpper+	12:30–13:20 ◎ピラLower+	12:30–13:20 ◎ピラUpper+		12:10–13:00 ◎ピラUpper+	12:10–13:00 ◎ピラLower+	12:10–13:00 ◎ピラUpper+	12:10–13:00 ◎ピラLower+	12:10–13:00 ◎ピラUpper+	12:00–12:50 ◎ピラLower+		12:10–13:00 ◎ピラLower+	12:10–13:00 ◎ピラUpper+	12:10–13:00 ◎ピラLower+	
					13:30–14:20 ◎ピラUpper+									13:30–14:20 ◎ピラLower+		13:30–14:20 ◎ピラUpper+		13:30–14:20 ◎ピラLower+				13:30–14:20 ◎ピラLower+		
			14:00–14:50 ◎ピラLower+					14:00–14:50 ◎ピラLower+		14:00–14:50 ◎ピラLower+														
					15:00–15:50 ◎ピラLower+							15:00–15:50 ◎ピラLower+							14:50–15:40 ◎ピラUpper+					
		16:30–17:20 ◎ピラUpper+		16:30–17:20 ◎ピラUpper+	16:30–17:20 ◎ピラUpper+		16:30–17:20 ◎ピラUpper+		16:30–17:20 ◎ピラUpper+		16:30–17:20 ◎ピラUpper+	16:30–17:20 ◎ピラUpper+			17:00–17:50 ◎ピラUpper+		17:00–17:50 ◎ピラUpper+		16:10–17:00 ◎ピラLower+		17:00–17:50 ◎ピラUpper+		17:00–17:50 ◎ピラUpper+	
																			17:30–18:20 ◎ピラUpper+					
	18:00–18:50 ◎ピラUpper+	18:00–18:50 ◎ピラLower+	18:00–18:50 ◎ピラUpper+	18:00–18:50 ◎ピラLower+	18:00–18:50 ◎ピラLower+		18:00–18:50 ◎ピラLower+	18:00–18:50 ◎ピラUpper+	18:00–18:50 ◎ピラLower+	18:00–18:50 ◎ピラUpper+	18:00–18:50 ◎ピラLower+	18:00–18:50 ◎ピラLower+		18:20–19:10 ◎ピラUpper+	18:20–19:10 ◎ピラLower+	18:20–19:10 ◎ピラUpper+	18:20–19:10 ◎ピラLower+	18:20–19:10 ◎ピラUpper+			18:20–19:10 ◎ピラLower+	18:20–19:10 ◎ピラUpper+	18:20–19:10 ◎ピラLower+	
	19:30–20:20 ◎ピラLower+	19:30–20:20 ◎ピラUpper+	19:30–20:20 ◎ピラLower+	19:30–20:20 ◎ピラUpper+			19:30–20:20 ◎ピラUpper+	19:30–20:20 ◎ピラLower+	19:30–20:20 ◎ピラUpper+	19:30–20:20 ◎ピラLower+	19:30–20:20 ◎ピラUpper+			19:40–20:30 ◎ピラLower+	19:40–20:30 ◎ピラUpper+	19:40–20:30 ◎ピラLower+	19:40–20:30 ◎ピラUpper+	19:40–20:30 ◎ピラLower+			19:40–20:30 ◎ピラUpper+	19:40–20:30 ◎ピラLower+	19:40–20:30 ◎ピラUpper+	
	21:00–21:50 ◎ピラUpper+	21:00–21:50 ◎ピラLower+	21:00–21:50 ◎ピラUpper+	21:00–21:50 ◎ピラLower+			21:00–21:50 ◎ピラLower+	21:00–21:50 ◎ピラUpper+	21:00–21:50 ◎ピラLower+	21:00–21:50 ◎ピラUpper+	21:00–21:50 ◎ピラLower+			21:00–21:50 ◎ピラUpper+	21:00–21:50 ◎ピラLower+	21:00–21:50 ◎ピラUpper+	21:00–21:50 ◎ピラLower+	21:00–21:50 ◎ピラUpper+			21:00–21:50 ◎ピラLower+	21:00–21:50 ◎ピラUpper+	21:00–21:50 ◎ピラLower+	

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 ◎ﾋﾟﾗLower+	08:00-08:50 ◎ﾋﾟﾗUpper+	臨時休業	臨時休業	臨時休業	臨時休業
	09:20-10:10 ◎ﾋﾟﾗUpper+	09:20-10:10 ◎ﾋﾟﾗLower+				
09:30-10:20 ◎ﾋﾟﾗLower+						
	10:40-11:30 ◎ﾋﾟﾗLower+	10:40-11:30 ◎ﾋﾟﾗUpper+				
10:50-11:40 ◎ﾋﾟﾗUpper+						
		12:00-12:50 ◎ﾋﾟﾗLower+				
12:10-13:00 ◎ﾋﾟﾗLower+						
	13:30-14:20 ◎ﾋﾟﾗUpper+					
	14:50-15:40 ◎ﾋﾟﾗLower+	14:50-15:40 ◎ﾋﾟﾗUpper+				
	16:10-17:00 ◎ﾋﾟﾗUpper+	16:10-17:00 ◎ﾋﾟﾗLower+				
17:00-17:50 ◎ﾋﾟﾗUpper+						
	17:30-18:20 ◎ﾋﾟﾗLower+	17:30-18:20 ◎ﾋﾟﾗUpper+				
18:20-19:10 ◎ﾋﾟﾗLower+						
19:40-20:30 ◎ﾋﾟﾗUpper+						
21:00-21:50 ◎ﾋﾟﾗLower+						

【マシンピラティス】

強度	レッスン名		時間
2.5	◎ﾋﾟﾗLower+	Lower Body Make-up＋	50分
2.5	◎ﾋﾟﾗUpper+	Upper Body Make-up＋	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+