

※2026年07月21日02:07 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。



[illegible]

【マシンピラティス】

強度	レッスン名		時間
2.5	◎ﾋﾞｭLower+	Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞｭUpper+	Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞｭB+	Basic+	50分
2.5	◎ﾋﾞｭTotalBody	Total Body	30分
2.5	◎ﾋﾞｭStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ﾋﾞｭRefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ﾋﾞｭChestSR	Chest Spine Release	30分
2.5	Rin-Ballet	Rin-Ballet	30分
3	◎ﾋﾞｭH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞｭBackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎ﾋﾞｭHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ﾋﾞｭPerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Ex45ﾋﾞｭRefCore	[Extra45]Refresh Core	45分
3.5	◎ﾋﾞｭWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞｭJumpM	Jump Movement+	50分
3.5	◎ﾋﾞｭB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ﾋﾞｭCore	Shape up Core	30分
3.5	◎ﾋﾞｭControlF	Control Flow	30分
3.5	Strong Hip&Legs	Strong Hip&Legs	45分
3.5	Strong Back&Arms	Strong Back&Arms	45分
4	◎ﾋﾞｭA+	Advance+	50分
4	Cardio Reform Blast	Cardio Reform Blast	30分
4	Power Waist Shape	Power Waist Shape	45分

【SP:特別レッスン】

👑=トップインストラクター

レッスンの日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(土) 18:10-18:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	鈴木祥子
2(日) 13:20-13:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	鈴木祥子
2(日) 16:10-16:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	鈴木祥子
3(月) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	足立茜
3(月) 20:40-21:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	足立茜
4(火) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	名倉玲奈
4(火) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	名倉玲奈
5(水) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	足立茜
5(水) 19:40-20:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	足立茜
7(金) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	足立茜
7(金) 19:10-19:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	足立茜
8(土) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	足立茜
8(土) 13:40-14:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	鈴木祥子
9(日) 12:00-12:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	名倉玲奈
9(日) 16:00-16:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	木村明日香
9(日) 18:00-18:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	鈴木祥子
10(月) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	名倉玲奈
10(月) 19:40-20:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	木村明日香
14(金) 16:30-17:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	足立茜
15(土) 09:20-09:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	名倉玲奈
15(土) 11:20-11:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	足立茜
15(土) 16:05-16:35	3	Rintosull MIX Summer 2026	木村明日香
16(日) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	木村明日香
16(日) 16:40-17:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	名倉玲奈
17(月) 11:00-11:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	鈴木祥子
17(月) 18:20-18:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	鈴木祥子
18(火) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	足立茜
18(火) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	木村明日香
19(水) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	名倉玲奈
19(水) 17:30-18:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	木村明日香
21(金) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	鈴木祥子
21(金) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	木村明日香
21(金) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	木村明日香
22(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	足立茜
22(土) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	足立茜
23(日) 10:40-11:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	足立茜
24(月) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	足立茜
24(月) 19:30-20:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	鈴木祥子
25(火) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	木村明日香
25(火) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	鈴木祥子
25(火) 18:00-18:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	鈴木祥子
26(水) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	名倉玲奈
26(水) 19:40-20:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	名倉玲奈
28(金) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	足立茜
28(金) 18:20-18:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	名倉玲奈
29(土) 10:00-10:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	鈴木祥子
29(土) 16:40-17:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	鈴木祥子
30(日) 10:10-10:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	木村明日香
30(日) 12:20-12:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	木村明日香
31(月) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	名倉玲奈

