

[illegible]

※2026年10月08日02:00 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BackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎ﾋﾞｭHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ﾋﾞｭRefCore	Refresh Core	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3	Ex45ﾋﾞｭBackStyle	[Extra45]Beauty Back Style	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
3.5	Ex45ﾋﾞｭControlF	[Extra45]Control Flow	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(木) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	名倉玲奈
1(木) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	名倉玲奈
2(金) 10:00-10:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	村田麗日
2(金) 12:20-12:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西藤まりん
2(金) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	足立茜
3(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	名倉玲奈
3(土) 10:00-10:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	足立茜
5(月) 18:30-19:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木祥子
6(火) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木祥子
7(水) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	足立茜
7(水) 11:00-11:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	名倉玲奈
7(水) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	名倉玲奈
8(木) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	足立茜
8(木) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	足立茜
9(金) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	村田麗日
10(土) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	名倉玲奈
10(土) 16:40-17:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西藤まりん
12(月) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	足立茜
12(月) 16:50-17:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	名倉玲奈
13(火) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木祥子
13(火) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木祥子
14(水) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西藤まりん
14(水) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	名倉玲奈
15(木) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木祥子
15(木) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	名倉玲奈
17(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	足立茜
17(土) 12:30-13:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田原遥菜
17(土) 15:30-16:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	村田麗日
19(月) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	名倉玲奈
19(月) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	名倉玲奈
20(火) 10:00-10:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	名倉玲奈
20(火) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡田瑠生
20(火) 16:40-17:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡田瑠生
20(火) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西藤まりん
21(水) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	道廣祐衣
23(金) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木祥子
23(金) 15:20-15:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	足立茜
23(金) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田原遥菜
24(土) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木祥子
26(月) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西藤まりん
27(火) 10:00-10:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木祥子
27(火) 13:40-14:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	足立茜
27(火) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木祥子
28(水) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	足立茜
28(水) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木祥子
29(木) 12:20-12:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	名倉玲奈
29(木) 17:50-18:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	名倉玲奈
30(金) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	名倉玲奈
30(金) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田原遥菜
30(金) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田原遥菜
31(土) 10:40-11:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	名倉玲奈

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
31(土) 16:50-17:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	名倉 玲奈

○ … 常週レッスン

● … 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

18:30-19:30

レッスン名

インストラクター名

10分

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。



【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+

