

※2025年07月24日02:09 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。

※2025年07月24日02:09 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]

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)		25日(金)	
Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	-	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	Aスタジオ	Sスタジオ	
												定休日											

[illegible]

強度	レッスンの名	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
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RefCore Refresh Core	30分
3	◎ﾋﾞｭPerBackBody Perfect Back Body	30分
3	SP RintosullMIX Summer2025	30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	Shape up Core	30分
3.5	◎ﾋﾞｭControlF Control Flow	30分
4	◎ﾋﾞｭA+ Advance+	50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	曜	レッスン名	担当インストラクター
1(火)	11:10-11:55	1 見学会(2.45)	藤田 藍
1(火)	17:30-18:15	1 見学会(2.45)	江頭 亜弥
1(火)	19:50-20:35	1 見学会(2.45)	板垣 真奈未
2(水)	08:50-09:35	1 見学会(2.45)	鈴木 友都
2(水)	12:30-13:15	1 見学会(2.45)	影山 咲子
2(水)	19:50-20:35	1 見学会(2.45)	三島 里佳子
3(木)	08:50-09:35	1 見学会(2.45)	藤田 藍
3(木)	11:10-11:55	1 見学会(2.45)	藤田 藍
3(木)	17:50-18:35	1 見学会(2.45)	三島 里佳子
3(木)	20:10-20:55	1 見学会(2.45)	江頭 亜弥
4(金)	08:50-09:35	1 見学会(2.45)	石口 紗英里
4(金)	11:10-11:55	1 見学会(2.45)	影山 咲子
4(金)	18:30-19:15	1 見学会(2.45)	板垣 真奈未
5(土)	10:30-11:15	1 見学会(2.45)	石口 紗英里
5(土)	14:10-14:55	1 見学会(2.45)	鈴木 友都
5(土)	16:50-17:35	1 見学会(2.45)	影山 咲子
7(月)	10:10-10:55	1 見学会(2.45)	江頭 亜弥
7(月)	20:10-20:55	1 見学会(2.45)	影山 咲子
8(火)	08:50-09:35	1 見学会(2.45)	藤田 藍
8(火)	11:30-12:15	1 見学会(2.45)	藤田 藍
8(火)	13:50-14:35	1 見学会(2.45)	鈴木 友都
8(火)	18:30-19:15	1 見学会(2.45)	藤田 藍
9(水)	10:10-10:55	1 見学会(2.45)	江頭 亜弥
9(水)	12:30-13:15	1 見学会(2.45)	三島 里佳子
9(水)	16:30-17:15	1 見学会(2.45)	石口 紗英里
9(水)	20:10-20:55	1 見学会(2.45)	三島 里佳子
10(木)	08:50-09:35	1 見学会(2.45)	藤田 藍
10(木)	10:50-11:35	1 見学会(2.45)	藤田 藍
10(木)	13:30-14:15	1 見学会(2.45)	石口 紗英里
10(木)	19:30-20:15	1 見学会(2.45)	三島 里佳子
11(金)	08:50-09:35	1 見学会(2.45)	石口 紗英里
11(金)	12:30-13:15	1 見学会(2.45)	江頭 亜弥
11(金)	19:50-20:35	1 見学会(2.45)	影山 咲子
12(土)	10:10-10:55	1 見学会(2.45)	板垣 真奈未
12(土)	12:30-13:15	1 見学会(2.45)	影山 咲子
12(土)	14:30-15:15	1 見学会(2.45)	三島 里佳子
12(土)	16:50-17:35	1 見学会(2.45)	鈴木 友都
14(月)	09:50-10:35	1 見学会(2.45)	藤田 藍
14(月)	16:10-16:55	1 見学会(2.45)	石口 紗英里
14(月)	18:10-18:55	1 見学会(2.45)	鈴木 友都
15(火)	11:30-12:15	1 見学会(2.45)	石口 紗英里
15(火)	13:50-14:35	1 見学会(2.45)	鈴木 友都
15(火)	16:10-16:55	1 見学会(2.45)	板垣 真奈未
15(火)	19:50-20:35	1 見学会(2.45)	江頭 亜弥
16(水)	08:50-09:35	1 見学会(2.45)	藤田 藍
16(水)	11:10-11:55	1 見学会(2.45)	藤田 藍
16(水)	17:30-18:15	1 見学会(2.45)	江頭 亜弥
16(水)	19:30-20:15	1 見学会(2.45)	鈴木 友都
17(木)	08:50-09:35	1 見学会(2.45)	三島 里佳子
17(木)	12:50-13:35	1 見学会(2.45)	江頭 亜弥
17(木)	17:30-18:15	1 見学会(2.45)	板垣 真奈未

レッスンの日時	曜	レッスン名	担当インストラクター
18(金)	08:50-09:35	1 見学会(2.45)	影山 咲子
18(金)	11:10-11:55	1 見学会(2.45)	三島 里佳子
18(金)	13:50-14:35	1 見学会(2.45)	石口 紗英里
18(金)	17:50-18:35	1 見学会(2.45)	鈴木 友都
18(金)	20:10-20:55	1 見学会(2.45)	江頭 亜弥
19(土)	09:10-09:55	1 見学会(2.45)	影山 咲子
19(土)	11:10-11:55	1 見学会(2.45)	三島 里佳子
19(土)	14:50-15:35	1 見学会(2.45)	板垣 真奈未
19(土)	17:10-17:55	1 見学会(2.45)	石口 紗英里
21(月)	08:50-09:35	1 見学会(2.45)	江頭 亜弥
21(月)	11:30-12:15	1 見学会(2.45)	鈴木 友都
21(月)	14:30-15:15	1 見学会(2.45)	影山 咲子
21(月)	16:50-17:35	1 見学会(2.45)	三島 里佳子
22(火)	09:50-10:35	1 見学会(2.45)	鈴木 友都
22(火)	13:50-14:35	1 見学会(2.45)	影山 咲子
22(火)	16:10-16:55	1 見学会(2.45)	江頭 亜弥
22(火)	18:30-19:15	1 見学会(2.45)	三島 里佳子
23(水)	08:50-09:35	1 見学会(2.45)	藤田 藍
23(水)	11:30-12:15	1 見学会(2.45)	藤田 藍
23(水)	17:10-17:55	1 見学会(2.45)	影山 咲子
23(水)	19:30-20:15	1 見学会(2.45)	影山 咲子
24(木)	10:10-10:55	1 見学会(2.45)	藤田 藍
24(木)	19:30-20:15	1 見学会(2.45)	影山 咲子
25(金)	18:30-19:15	1 見学会(2.45)	影山 咲子
26(土)	07:50-08:35	1 見学会(2.45)	江頭 亜弥
26(土)	10:10-10:55	1 見学会(2.45)	石口 紗英里
26(土)	12:30-13:15	1 見学会(2.45)	鈴木 友都
26(土)	15:50-16:35	1 見学会(2.45)	板垣 真奈未
28(月)	08:50-09:35	1 見学会(2.45)	藤田 藍
28(月)	11:10-11:55	1 見学会(2.45)	藤田 藍
28(月)	15:50-16:35	1 見学会(2.45)	江頭 亜弥
28(月)	19:30-20:15	1 見学会(2.45)	三島 里佳子
29(火)	10:10-10:55	1 見学会(2.45)	三島 里佳子
29(火)	17:10-17:55	1 見学会(2.45)	鈴木 友都
30(水)	08:50-09:35	1 見学会(2.45)	藤田 藍
30(水)	11:30-12:15	1 見学会(2.45)	藤田 藍
30(水)	18:50-19:35	1 見学会(2.45)	石口 紗英里
31(木)	10:10-10:55	1 見学会(2.45)	影山 咲子
31(木)	12:30-13:15	1 見学会(2.45)	石口 紗英里
31(木)	18:10-18:55	1 見学会(2.45)	板垣 真奈未

○ … 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)

18:30-19:30
レッスン名
インストラクター名

10分

21:00-22:00
レッスン名
インストラクター名

10分

レッスンの開始時間前
10分講座

レッスンの開始時間後
10分講座

【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超えてしまった
場合はご愛顧いただけません。
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+

