

※2026年08月25日02:08 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]

[illegible]

【マシンピラティス】

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

レッスン日時	曜日	レッスン名	担当インストラクター
16(水)	11:20-11:50	3 Rintosull MIX Halloween 2026	井上 亜佑美
16(水)	18:00-18:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	宮里花音
17(木)	10:20-10:50	3 Rintosull MIX Halloween 2026	出口美里
17(木)	14:40-15:10	3 Rintosull MIX Halloween 2026	井上 亜佑美
18(金)	10:20-10:50	3 Rintosull MIX Halloween 2026	宮里花音
18(金)	14:30-15:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	井上 亜佑美
18(金)	19:50-20:20	3 Rintosull MIX Halloween 2026	井上 亜佑美
19(土)	10:40-11:10	3 Rintosull MIX Halloween 2026	宮里花音
19(土)	16:10-16:40	3 Rintosull MIX Halloween 2026	出口美里
21(月)	13:40-14:10	3 Rintosull MIX Halloween 2026	宮里花音
21(月)	17:00-17:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	出口美里
22(火)	09:20-09:50	3 Rintosull MIX Halloween 2026	谷畑百恵
22(火)	17:00-17:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	井上 亜佑美
24(木)	11:00-11:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	谷畑百恵
24(木)	19:00-19:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	品田琴子
25(金)	11:10-11:40	3 Rintosull MIX Halloween 2026	品田琴子
25(金)	18:00-18:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	品田琴子
26(土)	12:40-13:10	3 Rintosull MIX Halloween 2026	品田琴子
26(土)	18:20-18:50	3 Rintosull MIX Halloween 2026	緒方瑞姫
28(月)	09:00-09:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	宮里花音
28(月)	14:20-14:50	3 Rintosull MIX Halloween 2026	品田琴子
29(火)	12:20-12:50	3 Rintosull MIX Halloween 2026	宮里花音
29(火)	20:00-20:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	緒方瑞姫

☐ 常溫レッスン ☒ 体験レッスン予約可能	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)	【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。 ● レッソンの開始時間を過ぎまし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。
10分 … 10分講座		
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	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	

© 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+

