

※2025年07月29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。

※2025年07月29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]

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)		26日(土)	
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	Aスタジオ	Sスタジオ
												定休日												

[illegible]

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StretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ヒューRefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ヒューChestSR	Chest Spine Release	30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	SP	RintosullMIX Summer2025	30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

【SP.特別レッスン】			＝トップインストラクター
レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(火)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	山本晴香
1(火)	12:30-13:15	1 見学会(2.45)	大宮百加
1(火)	16:40-17:25	1 見学会(2.45)	豊田千草
1(火)	18:50-19:35	1 見学会(2.45)	大宮百加
2(水)	08:30-09:15	1 見学会(2.45)	大宮百加
2(水)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	山本晴香
2(水)	16:30-17:15	1 見学会(2.45)	田中彩
2(水)	18:40-19:25	1 見学会(2.45)	米山優子
3(木)	10:10-10:55	1 見学会(2.45)	米山優子
3(木)	12:30-13:15	1 見学会(2.45)	長江真歩
3(木)	16:30-17:15	1 見学会(2.45)	田中彩
3(木)	18:00-18:45	1 見学会(2.45)	山本晴香
4(金)	11:20-12:05	1 見学会(2.45)	米山優子
4(金)	18:00-18:45	1 見学会(2.45)	豊田千草
5(土)	09:10-09:55	1 見学会(2.45)	山本晴香
5(土)	11:30-12:15	1 見学会(2.45)	米山優子
5(土)	14:20-15:05	1 見学会(2.45)	豊田千草
5(土)	16:30-17:15	1 見学会(2.45)	大宮百加
7(月)	11:30-12:15	1 見学会(2.45)	長江真歩
7(月)	17:00-17:45	1 見学会(2.45)	田中彩
8(火)	08:30-09:15	1 見学会(2.45)	豊田千草
8(火)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	山本晴香
8(火)	16:10-16:55	1 見学会(2.45)	長江真歩
9(水)	10:10-10:55	1 見学会(2.45)	田中彩
9(水)	12:30-13:15	1 見学会(2.45)	長江真歩
9(水)	16:30-17:15	1 見学会(2.45)	田中彩
10(木)	11:50-12:35	1 見学会(2.45)	山本晴香
10(木)	16:30-17:15	1 見学会(2.45)	米山優子
10(木)	18:30-19:15	1 見学会(2.45)	大宮百加
11(金)	08:30-09:15	1 見学会(2.45)	大宮百加
11(金)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	米山優子
11(金)	12:40-13:25	1 見学会(2.45)	山本晴香
11(金)	15:30-16:15	1 見学会(2.45)	田中彩
12(土)	09:10-09:55	1 見学会(2.45)	豊田千草
12(土)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	田中彩
12(土)	14:50-15:35	1 見学会(2.45)	長江真歩
14(月)	09:00-09:45	1 見学会(2.45)	米山優子
14(月)	12:40-13:25	1 見学会(1.45)	米山優子
14(月)	15:30-16:15	1 見学会(2.45)	豊田千草
14(月)	17:00-17:45	1 見学会(2.45)	長江真歩
15(火)	11:00-11:45	1 見学会(2.45)	山本晴香
15(火)	13:00-13:45	1 見学会(2.45)	米山優子
15(火)	16:10-16:55	1 見学会(2.45)	大宮百加
15(火)	18:30-19:15	1 見学会(2.45)	田中彩
16(水)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	豊田千草
16(水)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	田中彩
16(水)	14:30-15:15	1 見学会(2.45)	長江真歩
17(木)	18:50-19:35	1 見学会(1.45)	豊田千草
18(金)	11:00-11:45	1 見学会(2.45)	山本晴香
18(金)	14:00-14:45	1 見学会(2.45)	大宮百加
18(金)	16:30-17:15	1 見学会(2.45)	米山優子

	レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
19(土)	08:30-09:15	1	見学会(1.45)	田中彩
19(土)	12:00-12:45	1	見学会(1.45)	山本晴香
19(土)	14:30-15:15	1	見学会(2.45)	豊田千草
21(月)	09:00-09:45	1	見学会(2.45)	大宮百加
21(月)	11:30-12:15	1	見学会(2.45)	長江真歩
21(月)	14:00-14:45	1	見学会(2.45)	豊田千草
21(月)	16:40-17:25	1	見学会(2.45)	長江真歩
22(火)	09:10-09:55	1	見学会(2.45)	田中彩
22(火)	16:40-17:25	1	見学会(2.45)	長江真歩
22(火)	19:00-19:45	1	見学会(2.45)	山本晴香
23(水)	09:00-09:45	1	見学会(2.45)	大宮百加
23(水)	18:00-18:45	1	見学会(2.45)	長江真歩
24(木)	10:00-10:45	1	見学会(2.45)	田中彩
24(木)	12:10-12:55	1	見学会(2.45)	長江真歩
24(木)	17:00-17:45	1	見学会(1.45)	長江真歩
26(土)	08:30-09:15	1	見学会(2.45)	田中彩
26(土)	10:50-11:35	1	見学会(2.45)	豊田千草
26(土)	14:30-15:15	1	見学会(2.45)	大宮百加
28(月)	09:40-10:25	1	見学会(2.45)	山本晴香
28(月)	15:00-15:45	1	見学会(2.45)	田中彩
28(月)	17:00-17:45	1	見学会(2.45)	長江真歩
29(火)	10:40-11:25	1	見学会(2.45)	長江真歩
29(火)	17:00-17:45	1	見学会(2.45)	大宮百加
29(火)	19:00-19:45	1	見学会(1.45)	豊田千草
30(水)	11:20-12:05	1	見学会(2.45)	田中彩
31(木)	13:10-13:55	1	見学会(2.45)	豊田千草

●

… 常溫レッスン

●

… 体験レッスン予約可能

109分

… 10分講座

10分

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

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+

