

※2025年07月30日02:06 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]

[illegible]

【マシンピラティス】

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 RintosullIMIX 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	◎ﾋﾞｭcore 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

レッスン日時	曜日	レッスン名	担当インストラクター
1(火) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	小林かりん
1(火) 11:10-11:55	1	見学会(2.45)	山岸真彩
1(火) 16:20-17:05	1	見学会(2.45)	小林かりん
1(火) 20:00-20:45	1	見学会(2.45)	山岸真彩
2(水) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	難波椿音
2(水) 18:20-19:05	1	見学会(2.45)	山岸真彩
3(木) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	山岸真彩
4(金) 19:30-20:15	1	見学会(2.45)	飯島唯瑛
5(土) 08:20-09:05	1	見学会(2.45)	山岸真彩
5(土) 11:00-11:45	1	見学会(2.45)	山岸真彩
5(土) 13:10-13:55	1	見学会(2.45)	難波椿音
7(月) 10:10-10:55	1	見学会(2.45)	山岸真彩
7(月) 17:40-18:25	1	見学会(2.45)	小林かりん
8(火) 12:20-13:05	1	見学会(2.45)	小林かりん
8(火) 17:20-18:05	1	見学会(2.45)	加藤美咲
9(水) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	小林かりん
9(水) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	山岸真彩
9(水) 17:20-18:05	1	見学会(2.45)	松本紀香
10(木) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	山岸真彩
10(木) 16:40-17:25	1	見学会(2.45)	難波椿音
10(木) 20:10-20:55	1	見学会(2.45)	小林かりん
11(金) 09:40-10:25	1	見学会(2.45)	難波椿音
11(金) 17:40-18:25	1	見学会(2.45)	難波椿音
12(土) 08:20-09:05	1	見学会(2.45)	山岸真彩
12(土) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	小林かりん
12(土) 14:00-14:45	1	見学会(2.45)	山岸真彩
12(土) 16:40-17:25	1	見学会(2.45)	難波椿音
14(月) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	山岸真彩
14(月) 10:50-11:35	1	見学会(2.45)	加藤美咲
14(月) 13:20-14:05	1	見学会(2.45)	山岸真彩
14(月) 17:20-18:05	1	見学会(2.45)	小林かりん
16(水) 12:30-13:15	1	見学会(2.45)	今井桃
16(水) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	小林かりん
17(木) 12:10-12:55	1	見学会(2.45)	今井桃
17(木) 16:20-17:05	1	見学会(2.45)	難波椿音
17(木) 20:20-21:05	1	見学会(2.45)	小林かりん
18(金) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	難波椿音
18(金) 12:30-13:15	1	見学会(2.45)	今井桃
18(金) 16:10-16:55	1	見学会(2.45)	難波椿音
18(金) 20:00-20:45	1	見学会(2.45)	山岸真彩
21(月) 08:20-09:05	1	見学会(2.45)	山岸真彩
21(月) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	高橋優奈
21(月) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	今井桃
21(月) 15:20-16:05	1	見学会(2.45)	山岸真彩
22(火) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	松本紀香
22(火) 13:50-14:35	1	見学会(2.45)	難波椿音
22(火) 16:20-17:05	1	見学会(2.45)	松本紀香
22(火) 18:40-19:25	1	見学会(2.45)	難波椿音
23(水) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	小林かりん
23(水) 11:20-12:05	1	見学会(2.45)	今井桃
23(水) 13:50-14:35	1	見学会(2.45)	小林かりん

	レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
23(水)	17:00-17:45	1	見学会(2.45)	山岸真彩
23(水)	19:40-20:25	1	見学会(2.45)	加藤美咲
24(木)	09:50-10:35	1	見学会(2.45)	難波禰音
24(木)	17:50-18:35	1	見学会(2.45)	小林かりん
24(木)	20:10-20:55	1	見学会(2.45)	山岸真彩
25(金)	11:00-11:45	1	見学会(2.45)	難波禰音
25(金)	17:30-18:15	1	見学会(2.45)	飯島唯瑛
25(金)	20:00-20:45	1	見学会(2.45)	小林かりん
26(土)	09:30-10:15	1	見学会(2.45)	今井桃
26(土)	11:40-12:25	1	見学会(2.45)	山岸真彩
28(月)	11:30-12:15	1	見学会(2.45)	今井桃
28(月)	13:40-14:25	1	見学会(2.45)	難波禰音
28(月)	18:40-19:25	1	見学会(2.45)	山岸真彩
29(火)	08:40-09:25	1	見学会(2.45)	小林かりん
29(火)	10:50-11:35	1	見学会(2.45)	加藤美咲
29(火)	16:40-17:25	1	見学会(2.45)	難波禰音
29(火)	19:10-19:55	1	見学会(2.45)	加藤美咲
30(水)	08:50-09:35	1	見学会(2.45)	小林かりん
30(水)	12:30-13:15	1	見学会(2.45)	山岸真彩
31(木)	08:40-09:25	1	見学会(2.45)	今井桃
31(木)	11:00-11:45	1	見学会(2.45)	山岸真彩
31(木)	19:10-19:55	1	見学会(2.45)	今井桃

○ … 常溫レッスン

● … 体験レッスン予約可能

10分

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+

