

※2026年08月20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。

※2026年08月20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]

[illegible]

【マシンピラティス】

強度	レッスンの名		時間
2.5	◎️️うLower+	Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎️️うUpper+	Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎️️うB+	Basic+	50分
2.5	◎️️うTotalBody	Total Body	30分
2.5	◎️️うStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎️️うChestSR	Chest Spine Release	30分
2.5	Rin-Ballet	Rin-Ballet	30分
3	◎️️うH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎️️うBackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎️️うRefCore	Refresh Core	30分
3	◎️️うPeBackBody	Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3.5	◎️️うWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎️️うJumpM	Jump Movement+	50分
3.5	◎️️うB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎️️うCore	Shape up Core	30分
3.5	◎️️う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
4	◎️️う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	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(土) 12:30-13:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	山岸真彩
1(土) 18:30-19:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	山岸真彩
3(月) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	関口有花
3(月) 21:30-22:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	難波椿音
4(火) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山岸真彩
4(火) 18:50-19:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	難波椿音
5(水) 12:20-12:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	山田悠
5(水) 20:10-20:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	難波椿音
6(木) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	富岡美帆
7(金) 17:50-18:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	山口芽衣
7(金) 20:10-20:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	山岸真彩
8(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	難波椿音
8(土) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山口芽衣
10(月) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	難波椿音
10(月) 19:10-19:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	難波椿音
11(火) 11:10-11:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	山岸真彩
11(火) 15:50-16:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	山田悠
12(水) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	難波椿音
12(水) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山岸真彩
13(木) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	難波椿音
17(月) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	難波椿音
17(月) 21:30-22:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	山岸真彩
18(火) 14:20-14:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	関口有花
18(火) 19:10-19:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	関口有花
19(水) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山田悠
19(水) 17:50-18:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	山岸真彩
20(木) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	山田悠
20(木) 21:30-22:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	山岸真彩
21(金) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	難波椿音
21(金) 20:15-20:45	3	Rintosull MIX Summer 2026	山岸真彩
22(土) 08:30-09:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	難波椿音
22(土) 14:30-15:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	難波椿音
24(月) 10:00-10:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山岸真彩
25(火) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山口芽衣
27(木) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	難波椿音
27(木) 17:50-18:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	山岸真彩
27(木) 21:30-22:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	山岸真彩
28(金) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	関口有花
28(金) 19:10-19:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	富岡美帆
29(土) 10:40-11:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐藤優菜
29(土) 14:00-14:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	難波椿音
31(月) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山岸真彩
31(月) 11:00-11:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山田悠
31(月) 20:30-21:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	難波椿音

○ ... 常温レッスン ● ... 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)	【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。
レッスン前 10分講座	10分 18:30-19:30 レッスン インストラクター名	レッスン後 10分講座	10分 21:00-22:00 レッスン インストラクター名



【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+

