

※2025年11月30日02:04 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 Christmas2025	30分
3.5	◎ヒューWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ヒューJumpM	Jump Movement+	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
4	◎ヒュー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	強要	レッスン名	担当インストラクター
1(土) 14:00-14:45	1	見学会(2.45)	佐藤美陽
3(月) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	小林千穂
3(月) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	加藤曜梨
4(火) 17:40-18:25	1	見学会(2.45)	田原遥菜
4(火) 20:00-20:45	1	見学会(2.45)	田原遥菜
5(水) 14:20-15:05	1	見学会(2.45)	北村遥
5(水) 15:20-16:05	1	見学会(2.45)	小林千穂
6(木) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	加藤曜梨
6(木) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	田原遥菜
6(木) 17:10-17:55	1	見学会(2.45)	佐藤美陽
6(木) 19:10-19:55	1	見学会(2.45)	田原遥菜
7(金) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	田原遥菜
7(金) 12:20-13:05	1	見学会(2.45)	加藤曜梨
7(金) 13:20-14:05	1	見学会(2.45)	田原遥菜
7(金) 15:10-15:55	1	見学会(2.45)	佐藤美陽
7(金) 16:30-17:15	1	見学会(2.45)	田原遥菜
8(土) 11:20-12:05	1	見学会(2.45)	佐藤美陽
8(土) 12:35-13:20	1	見学会(2.45)	笠井彩香
8(土) 15:10-15:55	1	見学会(2.45)	小林千穂
10(月) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	小林千穂
10(月) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	田原遥菜
10(月) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	加藤曜梨
10(月) 14:00-14:45	1	見学会(2.45)	佐藤美陽
10(月) 17:50-18:35	1	見学会(2.45)	田原遥菜
11(火) 11:20-12:05	1	見学会(2.45)	田原遥菜
11(火) 12:20-13:05	1	見学会(2.45)	笠井彩香
11(火) 13:40-14:25	1	見学会(2.45)	佐藤美陽
11(火) 17:10-17:55	1	見学会(2.45)	田原遥菜
11(火) 19:20-20:05	1	見学会(2.45)	田原遥菜
12(水) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	野崎礼実
12(水) 15:40-16:25	1	見学会(2.45)	小林千穂
13(木) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	田原遥菜
13(木) 14:00-14:45	1	見学会(2.45)	小林千穂
13(木) 15:00-15:45	1	見学会(2.45)	田原遥菜
13(木) 18:10-18:55	1	見学会(2.45)	田原遥菜
14(金) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	田原遥菜
14(金) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	田原遥菜
15(土) 11:20-12:05	1	見学会(2.45)	加藤曜梨
15(土) 13:50-14:35	1	見学会(2.45)	小林千穂
17(月) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	田原遥菜
17(月) 11:20-12:05	1	見学会(2.45)	小林千穂
17(月) 14:40-15:25	1	見学会(2.45)	田原遥菜
18(火) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	佐藤美陽
18(火) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	佐藤美陽
18(火) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	笠井彩香
18(火) 16:00-16:45	1	見学会(2.45)	加藤曜梨
18(火) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	田原遥菜
19(水) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	小林千穂
19(水) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	北村遥
19(水) 14:00-14:45	1	見学会(2.45)	笠井彩香
19(水) 15:20-16:05	1	見学会(2.45)	加藤曜梨

レッスンの日時	強度	レッスンの名	担当インストラクター
20(木)	10:20-11:05	1 見学会(2.45)	北村 遥
20(木)	14:00-14:45	1 見学会(2.45)	加藤 曜梨
21(金)	10:20-11:05	1 見学会(2.45)	田原 遥菜
21(金)	12:40-13:25	1 見学会(2.45)	田原 遥菜
21(金)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	野崎 礼実
21(金)	18:20-19:05	1 見学会(2.45)	田原 遥菜
22(土)	10:25-11:10	1 見学会(2.45)	田原 遥菜
22(土)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	笠井 彩香
22(土)	12:40-13:25	1 見学会(2.45)	佐藤 美陽
22(土)	13:40-14:25	1 見学会(2.45)	北村 遥
22(土)	14:40-15:25	1 見学会(2.45)	田原 遥菜
22(土)	16:10-16:55	1 見学会(2.45)	加藤 曜梨
22(土)	17:10-17:55	1 見学会(2.45)	田原 遥菜
24(月)	10:20-11:05	1 見学会(2.45)	笠井 彩香
24(月)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	小林 千穂
24(月)	13:00-13:45	1 見学会(2.45)	加藤 曜梨
24(月)	14:00-14:45	1 見学会(2.45)	北村 遥
24(月)	15:00-15:45	1 見学会(2.45)	田原 遥菜
24(月)	17:30-18:15	1 見学会(2.45)	田原 遥菜
25(火)	18:10-18:55	1 見学会(2.45)	田原 遥菜
25(火)	19:10-19:55	1 見学会(2.45)	小林 千穂
26(水)	10:20-11:05	1 見学会(2.45)	笠井 彩香
26(水)	15:00-15:45	1 見学会(2.45)	加藤 曜梨
27(木)	10:20-11:05	1 見学会(2.45)	田原 遥菜
27(木)	12:20-13:05	1 見学会(2.45)	野崎 礼実
27(木)	13:40-14:25	1 見学会(2.45)	田原 遥菜
27(木)	18:00-18:45	1 見学会(2.45)	田原 遥菜
28(金)	11:10-11:55	1 見学会(2.45)	小林 千穂
28(金)	18:40-19:25	1 見学会(2.45)	笠井 彩香

○

… 常連レッスン

●

… 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)

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。

Ⓜ

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+