

※2026年10月11日02:05 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10月11日02:05 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	◎ﾋﾞﾗLower+	Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗUpper+	Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗB+	Basic+	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗTotalBody	Total Body	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗRefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗChestSR	Chest Spine Release	30分
2.5	Ex45ﾋﾞﾗChestSR	[Extra45]Chest Spine Release	45分
3	◎ﾋﾞﾗH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞﾗBackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎ﾋﾞﾗHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ﾋﾞﾗRefCore	Refresh Core	30分
3	◎ﾋﾞﾗPerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3	Ex45ﾋﾞﾗRefCore	[Extra45]Refresh Core	45分
3.5	◎ﾋﾞﾗWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗJumpM	Jump Movement+	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗcore	Shape up Core	30分
3.5	◎ﾋﾞﾗ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
3.5	Ex45ﾋﾞﾗControlF	[Extra45]Control Flow	45分
4	◎ﾋﾞﾗ5A+	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

レッスンの日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(木) 13:20-13:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	平田袖花
1(木) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	平田袖花
2(金) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	関口春佳
2(金) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	野口菜月
3(土) 11:20-11:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	平田袖花
3(土) 18:20-18:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木凜香
5(月) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	平田袖花
5(月) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木凜香
6(火) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	関口春佳
7(水) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	熊谷依莉
7(水) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木凜香
8(木) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	関口春佳
8(木) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木凜香
9(金) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	平田袖花
9(金) 16:40-17:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	関口春佳
10(土) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	平田袖花
10(土) 15:20-15:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	平田袖花
12(月) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	平田袖花
12(月) 15:10-15:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	関口春佳
13(火) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	関口春佳
13(火) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	野口菜月
13(火) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	平田袖花
14(水) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木凜香
14(水) 18:50-19:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	関口春佳
15(木) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	熊谷依莉
15(木) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木凜香
16(金) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	関口春佳
16(金) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木凜香
17(土) 09:10-09:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	野口菜月
17(土) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	平田袖花
19(月) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	関口春佳
19(月) 16:10-16:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	平田袖花
20(火) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	関口春佳
20(火) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	平田袖花
21(水) 12:00-12:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木凜香
21(水) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	関口春佳
23(金) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	平田袖花
23(金) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	関口春佳
24(土) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	平田袖花
24(土) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	関口春佳
26(月) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	平田袖花
26(月) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	関口春佳
27(火) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	関口春佳
27(火) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	野口菜月
27(火) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木凜香
28(水) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	関口春佳
28(水) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木凜香
29(木) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	野口菜月
30(金) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木凜香
30(金) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	平田袖花
31(土) 15:10-15:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	平田袖花

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
31(土)	17:30-18:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木 凜香

○ … 常週レッスン
● … 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

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



【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+

