

※2026年08月25日02:03 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
2.5	Rin-Ballet	Rin-Ballet	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	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3	Ex45ﾋﾞｭRefCore	【Extra45】Refresh Core	45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	◎ﾋﾞｭ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

レッスンの日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(土) 08:30-09:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	金城睦南
1(土) 16:50-17:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	平良美季
3(月) 15:00-15:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	喜舎場華予
3(月) 21:20-21:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	池山るい
4(火) 11:20-11:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	金城睦南
4(火) 17:50-18:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	池山るい
5(水) 10:10-10:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	金城睦南
5(水) 19:20-19:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	喜舎場華予
6(木) 11:00-11:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	知花樹麗
6(木) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	池山るい
10(月) 11:00-11:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	平良美季
10(月) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	金城睦南
11(火) 09:20-09:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	平良美季
11(火) 18:50-19:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	南ゆめ
12(水) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	池山るい
12(水) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	仲地美夕
13(木) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	知花樹麗
13(木) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	平良美季
13(木) 18:30-19:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	平良美季
17(月) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	南ゆめ
17(月) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	新垣真帆
18(火) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	仲地美夕
18(火) 21:20-21:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	金城睦南
19(水) 11:20-11:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	知花樹麗
19(水) 18:30-19:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	金城睦南
20(木) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	仲地美夕
20(木) 19:20-19:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	金城睦南
21(金) 10:10-10:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	知花樹麗
21(金) 20:10-20:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	仲地美夕
22(土) 15:40-16:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	池山るい
22(土) 18:50-19:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	仲地美夕
24(月) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	知花樹麗
24(月) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	池山るい
25(火) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	南ゆめ
25(火) 21:20-21:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	金城睦南
26(水) 13:20-13:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	知花樹麗
26(水) 20:10-20:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	仲地美夕
28(金) 11:00-11:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	池山るい
28(金) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	知花樹麗
29(土) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	知花樹麗
29(土) 16:50-17:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	仲地美夕

○

常選レッスン

●

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
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
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通り過ぎしまった場合はご受講いただけません。お時間之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+

