

※2025年07月31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

※2025年07月31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	◎️🇵🇹🇵🇸Lower+	Lower Body Make-up+	50分
2.5	◎️🇵🇹🇵🇸Upper+	Upper Body Make-up+	50分
2.5	◎️🇵🇹🇵🇸B+	Basic+	50分
2.5	◎️🇵🇹🇵🇸TotalBody	Total Body	30分
2.5	◎️🇵🇹🇵🇸StretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎️🇵🇹🇵🇸RefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎️🇵🇹🇵🇸ChestSR	Chest Spine Release	30分
3	◎️🇵🇹🇵🇸H&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎️🇵🇹🇵🇸BackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎️🇵🇹🇵🇸HipLine	Make Hip Line	30分
3	◎️🇵🇹🇵🇸RefCore	Refresh Core	30分
3	◎️🇵🇹🇵🇸PerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	SP	RintosullMIX Summer2025	30分
3.5	◎️🇵🇹🇵🇸Waist+	Waist Shape+	50分
3.5	◎️🇵🇹🇵🇸JumpM	Jump Movement+	50分
3.5	◎️🇵🇹🇵🇸B&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎️🇵🇹🇵🇸Core	Shape up Core	30分
3.5	◎️🇵🇹🇵🇸ControlF	Control Flow	30分
4	◎️🇵🇹🇵🇸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	強度	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)	
1(火) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	
1(火) 14:00-14:45	1	見学会(2.45)	
1(火) 16:30-17:15	1	見学会(2.45)	林田空
1(火) 19:00-19:45	1	見学会(2.45)	
2(水) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	
2(水) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	
2(水) 14:20-15:05	1	見学会(2.45)	
2(水) 16:30-17:15	1	見学会(2.45)	
2(水) 20:00-20:45	1	見学会(2.45)	
3(木) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	
3(木) 11:00-11:45	1	見学会(2.45)	
3(木) 13:20-14:05	1	見学会(2.45)	中島愛菜
3(木) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	
3(木) 17:30-18:15	1	見学会(2.45)	林田空
3(木) 19:50-20:35	1	見学会(2.45)	
4(金) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	
4(金) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	
4(金) 14:10-14:55	1	見学会(2.45)	皆木秋桜乃
4(金) 17:30-18:15	1	見学会(2.45)	
4(金) 20:00-20:45	1	見学会(2.45)	
5(土) 08:20-09:05	1	見学会(2.45)	
5(土) 10:30-11:15	1	見学会(2.45)	
5(土) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	皆木秋桜乃
5(土) 15:20-16:05	1	見学会(2.45)	中島愛菜
7(月) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	
7(月) 11:10-11:55	1	見学会(2.45)	
7(月) 13:50-14:35	1	見学会(2.45)	
7(月) 17:20-18:05	1	見学会(2.45)	
8(火) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	
8(火) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	
8(火) 13:50-14:35	1	見学会(2.45)	
8(火) 17:20-18:05	1	見学会(2.45)	
9(水) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	
9(水) 11:20-12:05	1	見学会(2.45)	
9(水) 13:50-14:35	1	見学会(2.45)	
9(水) 18:30-19:15	1	見学会(2.45)	橋本依里香
11(金) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	
11(金) 17:50-18:35	1	見学会(2.45)	
12(土) 08:20-09:05	1	見学会(2.45)	
12(土) 10:30-11:15	1	見学会(2.45)	
12(土) 12:40-13:25	1	見学会(2.45)	林田空
12(土) 14:40-15:25	1	見学会(2.45)	橋本依里香
14(月) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	
14(月) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	
14(月) 14:20-15:05	1	見学会(2.45)	中島愛菜
14(月) 17:40-18:25	1	見学会(2.45)	
15(火) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	
15(火) 11:20-12:05	1	見学会(2.45)	
15(火) 14:10-14:55	1	見学会(2.45)	
15(火) 16:50-17:35	1	見学会(2.45)	

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
16(水) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	
16(水) 11:20-12:05	1	見学会(2.45)	隈元愛実
16(水) 14:00-14:45	1	見学会(2.45)	
16(水) 16:30-17:15	1	見学会(2.45)	
16(水) 19:00-19:45	1	見学会(2.45)	
17(木) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	
17(木) 11:20-12:05	1	見学会(2.45)	
17(木) 14:20-15:05	1	見学会(2.45)	
17(木) 18:20-19:05	1	見学会(2.45)	
18(金) 12:10-12:55	1	見学会(2.45)	
18(金) 14:30-15:15	1	見学会(2.45)	
18(金) 16:30-17:15	1	見学会(2.45)	
18(金) 18:30-19:15	1	見学会(2.45)	
19(土) 07:50-08:35	1	見学会(2.45)	
19(土) 09:50-10:35	1	見学会(2.45)	
19(土) 12:30-13:15	1	見学会(2.45)	
19(土) 15:00-15:45	1	見学会(2.45)	
21(月) 08:20-09:05	1	見学会(2.45)	中島愛菜
21(月) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	林田空
21(月) 13:20-14:05	1	見学会(2.45)	
21(月) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	
22(火) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	
22(火) 11:10-11:55	1	見学会(2.45)	
22(火) 13:50-14:35	1	見学会(2.45)	
22(火) 16:50-17:35	1	見学会(2.45)	
23(水) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	
23(水) 12:20-13:05	1	見学会(2.45)	
23(水) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	
23(水) 19:30-20:15	1	見学会(2.45)	林田空
24(木) 10:10-10:55	1	見学会(2.45)	橋本依里香
24(木) 12:10-12:55	1	見学会(2.45)	
24(木) 15:00-15:45	1	見学会(2.45)	
24(木) 18:30-19:15	1	見学会(2.45)	
25(金) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	
25(金) 13:30-14:15	1	見学会(2.45)	
25(金) 16:00-16:45	1	見学会(2.45)	
25(金) 18:20-19:05	1	見学会(2.45)	
26(土) 08:20-09:05	1	見学会(2.45)	
26(土) 11:00-11:45	1	見学会(2.45)	
26(土) 13:20-14:05	1	見学会(2.45)	
28(月) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	中島愛菜
28(月) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	
28(月) 18:25-19:10	1	見学会(2.45)	皆木秋桜乃
29(火) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	
29(火) 11:10-11:55	1	見学会(2.45)	
29(火) 13:30-14:15	1	見学会(2.45)	皆木秋桜乃
29(火) 17:10-17:55	1	見学会(2.45)	
29(火) 19:30-20:15	1	見学会(2.45)	
30(水) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	
30(水) 12:00-12:45	1	見学会(2.45)	
30(水) 15:00-15:45	1	見学会(2.45)	中島愛菜

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
30(水)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	
31(木)	08:50-09:35	1 見学会(2.45)	
31(木)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	
31(木)	15:00-15:45	1 見学会(2.45)	
31(木)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	

○

… 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)

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。

 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+

