

※2025年11月30日02:01 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
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	SP RintosulIMIX Christmas2025	30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Core Shape up Core	30分
3.5	◎ﾋﾞｭControlF Control Flow	30分
4	◎ﾋﾞｭ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(土) 08:20-09:05	1	見学会(2.45)	中島愛菜
1(土) 11:00-11:45	1	見学会(2.45)	皆木秋桜乃
1(土) 14:20-15:05	1	見学会(2.45)	平島明日風
3(月) 08:20-09:05	1	見学会(2.45)	
3(月) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	
3(月) 15:10-15:55	1	見学会(2.45)	
4(火) 09:10-09:55	1	見学会(2.45)	
4(火) 12:00-12:45	1	見学会(2.45)	
4(火) 15:00-15:45	1	見学会(2.45)	林田空
5(水) 09:10-09:55	1	見学会(2.45)	
5(水) 11:50-12:35	1	見学会(2.45)	
5(水) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	
6(水) 18:10-18:55	1	見学会(2.45)	
6(木) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	
6(木) 12:30-13:15	1	見学会(2.45)	
6(木) 15:10-15:55	1	見学会(2.45)	
6(木) 18:20-19:05	1	見学会(2.45)	
7(金) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	
7(金) 11:10-11:55	1	見学会(2.45)	
7(金) 14:00-14:45	1	見学会(2.45)	
7(金) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	
8(土) 08:20-09:05	1	見学会(2.45)	
8(土) 11:00-11:45	1	見学会(2.45)	
8(土) 13:20-14:05	1	見学会(2.45)	
10(月) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	
10(月) 11:10-11:55	1	見学会(2.45)	
10(月) 15:00-15:45	1	見学会(2.45)	
10(月) 19:20-20:05	1	見学会(2.45)	
11(火) 09:10-09:55	1	見学会(2.45)	
11(火) 12:10-12:55	1	見学会(2.45)	
11(火) 15:00-15:45	1	見学会(2.45)	
11(火) 18:00-18:45	1	見学会(2.45)	
12(水) 09:10-09:55	1	見学会(2.45)	皆木秋桜乃
12(水) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	
12(水) 15:00-15:45	1	見学会(2.45)	
12(水) 18:20-19:05	1	見学会(2.45)	
13(木) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	
13(木) 18:20-19:05	1	見学会(2.45)	
14(金) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	
14(金) 11:10-11:55	1	見学会(2.45)	
14(金) 15:00-15:45	1	見学会(2.45)	
14(金) 18:20-19:05	1	見学会(2.45)	
15(土) 08:20-09:05	1	見学会(2.45)	
15(土) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	
15(土) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	岡村円香
17(月) 09:50-10:35	1	見学会(2.45)	
17(月) 12:30-13:15	1	見学会(2.45)	
17(月) 15:10-15:55	1	見学会(2.45)	
17(月) 17:30-18:15	1	見学会(2.45)	
18(火) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	
18(火) 12:00-12:45	1	見学会(2.45)	林田空

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

… 常選レッスン

… 体験レッスン予約可能

… 10分講座

… 特別レッスン

… 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

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

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+