

※2025年07月30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。

※2025年07月30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]

[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
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	RintosullMIX Summer2025	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

レッスンの日時	曜日	レッスン名	担当インストラクター
1(火)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	井上侑香
1(火)	11:20-12:05	1 見学会(2.45)	井上侑香
1(火)	12:40-13:25	1 見学会(2.45)	青柳一愛
1(火)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	青柳一愛
1(火)	19:40-20:25	1 見学会(2.45)	村上心海
2(水)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	矢部風菜
2(水)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	矢部風菜
2(水)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	寛優衣
2(水)	19:40-20:25	1 見学会(2.45)	青柳一愛
3(木)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	村上心海
3(木)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	村上心海
3(木)	14:00-14:45	1 見学会(2.45)	山本文香
3(木)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	寛優衣
3(木)	19:40-20:25	1 見学会(2.45)	寛優衣
4(金)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	井上侑香
4(金)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	村上心海
4(金)	17:50-18:35	1 見学会(2.45)	竹城杏咲
4(金)	20:10-20:55	1 見学会(2.45)	竹城杏咲
5(土)	08:20-09:05	1 見学会(2.45)	寛優衣
5(土)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	山本文香
5(土)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	寛優衣
5(土)	14:20-15:05	1 見学会(2.45)	寛優衣
5(土)	16:40-17:25	1 見学会(2.45)	青柳一愛
7(月)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	矢部風菜
7(月)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	青柳一愛
7(月)	13:00-13:45	1 見学会(2.45)	村上心海
7(月)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	村上心海
7(月)	19:40-20:25	1 見学会(2.45)	寛優衣
8(火)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	矢部風菜
8(火)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	井上侑香
8(火)	14:10-14:55	1 見学会(2.45)	青柳一愛
8(火)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	山本文香
8(火)	20:00-20:45	1 見学会(2.45)	村上心海
9(水)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	山本文香
9(水)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	寛優衣
9(水)	13:50-14:35	1 見学会(2.45)	寛優衣
9(水)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	竹城杏咲
9(水)	19:40-20:25	1 見学会(2.45)	竹城杏咲
10(木)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	寛優衣
10(木)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	村上心海
10(木)	14:00-14:45	1 見学会(2.45)	村上心海
10(木)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	松井花実
10(木)	19:40-20:25	1 見学会(2.45)	矢部風菜
11(金)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	青柳一愛
11(金)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	松井花実
11(金)	14:00-14:45	1 見学会(2.45)	村上心海
11(金)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	山本文香
11(金)	20:00-20:45	1 見学会(2.45)	村上心海
12(土)	08:20-09:05	1 見学会(2.45)	寛優衣
12(土)	09:40-10:25	1 見学会(2.45)	青柳一愛
12(土)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	山本文香

レッスンの日時	曜日	レッスン名	担当インストラクター
12(土)	14:20-15:05	1 見学会(2.45)	松井花実
12(土)	16:20-17:05	1 見学会(2.45)	井上侑香
14(月)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	山本文香
14(月)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	井上侑香
14(月)	14:10-14:55	1 見学会(2.45)	矢部風菜
14(月)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	山本文香
14(月)	20:00-20:45	1 見学会(2.45)	寛優衣
15(火)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	矢部風菜
15(火)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	村上心海
15(火)	14:20-15:05	1 見学会(2.45)	寛優衣
15(火)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	村上心海
15(火)	19:40-20:25	1 見学会(2.45)	井上侑香
16(水)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	村上心海
16(水)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	村上心海
16(水)	13:50-14:35	1 見学会(2.45)	山本文香
16(水)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	山本文香
16(水)	19:40-20:25	1 見学会(2.45)	井上侑香
17(木)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	村上心海
17(木)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	矢部風菜
17(木)	14:10-14:55	1 見学会(2.45)	村上心海
17(木)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	山本文香
17(木)	20:00-20:45	1 見学会(2.45)	山本文香
18(金)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	井上侑香
18(金)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	松井花実
18(金)	17:50-18:35	1 見学会(2.45)	寛優衣
18(金)	20:10-20:55	1 見学会(2.45)	寛優衣
19(土)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	井上侑香
19(土)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	矢部風菜
19(土)	13:00-13:45	1 見学会(2.45)	青柳一愛
19(土)	15:20-16:05	1 見学会(2.45)	青柳一愛
19(土)	16:40-17:25	1 見学会(2.45)	矢部風菜
21(月)	08:20-09:05	1 見学会(2.45)	寛優衣
21(月)	09:40-10:25	1 見学会(2.45)	寛優衣
21(月)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	矢部風菜
21(月)	13:20-14:05	1 見学会(2.45)	村上心海
21(月)	15:40-16:25	1 見学会(2.45)	松井花実
22(火)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	矢部風菜
22(火)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	松井花実
22(火)	13:50-14:35	1 見学会(2.45)	寛優衣
22(火)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	松井花実
22(火)	19:40-20:25	1 見学会(2.45)	村上心海
23(水)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	青柳一愛
23(水)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	山本文香
23(水)	14:20-15:05	1 見学会(2.45)	松井花実
23(水)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	村上心海
23(水)	19:40-20:25	1 見学会(2.45)	矢部風菜
24(木)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	井上侑香
24(木)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	井上侑香
24(木)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	寛優衣
24(木)	19:40-20:25	1 見学会(2.45)	青柳一愛
25(金)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	松井花実

	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
25(金)	11:40-12:25	1	見学会(2.45)	矢部風菜
25(金)	14:10-14:55	1	見学会(2.45)	山本文香
25(金)	17:20-18:05	1	見学会(2.45)	寛優衣
25(金)	20:00-20:45	1	見学会(2.45)	寛優衣
26(土)	08:20-09:05	1	見学会(2.45)	矢部風菜
26(土)	09:40-10:25	1	見学会(2.45)	矢部風菜
26(土)	12:00-12:45	1	見学会(2.45)	村上心海
26(土)	14:20-15:05	1	見学会(2.45)	村上心香
26(土)	16:20-17:05	1	見学会(2.45)	山本文香
28(月)	09:20-10:05	1	見学会(2.45)	井上侑香
28(月)	12:00-12:45	1	見学会(2.45)	青柳一愛
28(月)	14:20-15:05	1	見学会(2.45)	村上心海
28(月)	17:20-18:05	1	見学会(2.45)	松井花実
28(月)	19:40-20:25	1	見学会(2.45)	村上心海
29(火)	09:20-10:05	1	見学会(2.45)	竹城杏咲
29(火)	11:40-12:25	1	見学会(2.45)	竹城杏咲
29(火)	14:10-14:55	1	見学会(2.45)	村上心海
29(火)	17:20-18:05	1	見学会(2.45)	松井花実
29(火)	20:00-20:45	1	見学会(2.45)	松井花実
30(水)	09:20-10:05	1	見学会(2.45)	竹城杏咲
30(水)	11:40-12:25	1	見学会(2.45)	竹城杏咲
30(水)	13:50-14:35	1	見学会(2.45)	寛優衣
30(水)	17:20-18:05	1	見学会(2.45)	矢部風菜
30(水)	19:40-20:25	1	見学会(2.45)	村上心海
31(木)	09:20-10:05	1	見学会(2.45)	井上侑香
31(木)	12:00-12:45	1	見学会(2.45)	松井花実
31(木)	14:20-15:05	1	見学会(2.45)	矢部風菜
31(木)	17:20-18:05	1	見学会(2.45)	山本文香
31(木)	19:40-20:25	1	見学会(2.45)	青柳一愛

○

… 常時レッスン

●

… 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+