

※2026年07月14日02:02 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
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
3.5	◎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
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

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
16(木) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	瀬上真凜
16(木) 18:10-18:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	櫻井響子
17(金) 14:40-15:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	渡邊魅久
17(金) 20:10-20:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	吹坂理央
18(土) 11:10-11:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	吉原侑香
18(土) 15:10-15:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	宮崎朱音
20(月) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	吉原侑香
20(月) 18:00-18:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	瀬上真凜
21(火) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	宮崎朱音
21(火) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	吉原侑香
22(水) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	堤和花
22(水) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	渡邊魅久
24(金) 10:40-11:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	渡邊魅久
25(土) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	吹坂理央
25(土) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	白谷滯織
25(土) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	宮崎朱音
27(月) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	吉原侑香
27(月) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	吉原侑香
28(火) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	櫻井響子
28(火) 17:50-18:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	吉原侑香
29(水) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	宮崎朱音
29(水) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	吉原侑香
30(木) 10:40-11:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	白谷滯織
30(木) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	櫻井響子
31(金) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	宮崎朱音
31(金) 18:10-18:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	吉原侑香

● ... 常溫レッスン

● ... 体験レッスン予約可能

10分

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)

10分

18:30-19:30
レッスン名
インストラクター名

10分

21:00-22:00
レッスン名
インストラクター名

【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。



【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+

