2026年8月レッスンスケジュール Rintosull 博多店(全スタジオ:女性専用)

※2026年07月15日02:08 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。

	1日(土)		2日(日)	3日(月)		4日(火)		5日(水)		6日(木)		7日(金)		8日(土)		9日(日)	10日(月)		11日(火)		12日(水)		13日(木)	
	Aスタジオ	Bスタジオ	-	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	-	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ
	08:00-08:30 ◎ビラRefBody 吹坂		定休日											08:00-08:30 ◎ビラBackStyle 渡邊		定休日			08:00-08:50 ◎ビラUpper+ 佐藤					
	08:50-09:40 ◎ビラLower+ 柴田	09:00-09:30 ◎ビラChestSR 測上												08:50-09:40 ◎ビラB+ 渡邊					09:10-10:00 ◎ビラLower+ 佐藤					
	10:00-10:50 ◎ビラUpper+ 柴田	09:50-10:40 ◎ビラJumpM 測上		09:30-10:20 ◎ビラH&L+ 白谷		09:30-10:00 ◎ビラControlF 測上		09:30-10:00 SP 櫻井		09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 岡元		09:30-10:20 ◎ビラWaist+ 岡元		10:00-10:30 SP 堤	09:25-10:15 ◎ビラLower+ 柴田		09:30-10:00 SP 吹坂		10:15-10:45 SP 吉原	09:30-10:00 ◎ビラStretchC 吉原	09:30-10:20 ◎ビラWaist+ 岡元		09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 岡元	
	11:10-11:40 ◎ビラRefCore 堤	11:00-11:45 Ex45ビラRefCore 益原		10:40-11:10 SP 櫻井		10:20-11:10 ◎ビラB&A+ 測上		10:20-11:10 ◎ビラLower+ 渡邊		10:40-11:10 ◎ビラControlF 渡邊		10:40-11:30 ◎ビラUpper+ 渡邊		10:50-11:40 ◎ビラH&L+ 堤	10:40-11:10 ◎ビラStretchC 吉原		10:20-10:50 ◎ビラRefBody 吉原		11:05-11:55 ◎ビラH&L+ 堤	10:30-11:00 ◎ビラHipLine 測上	10:40-11:10 ◎ビラRefCore 岡元		10:40-11:25 Strong Hip&Legs 吉原	
	12:00-12:30 SP 白谷	12:05-12:55 ◎ビラUpper+ 佐藤		11:30-12:20 ◎ビラUpper+ 岡元		11:30-12:00 ◎ビラStretchC 白谷		11:30-12:20 ◎ビラB&A+ 櫻井		11:30-12:15 Boost Upper&Lower 岡元		11:50-12:20 SP 渡邊		12:00-12:30 ◎ビラRefCore 白谷	11:40-12:30 ◎ビラJumpM 測上		11:10-12:00 ◎ビラB+ 白谷		12:15-12:45 SP 吹坂	11:30-12:20 ◎ビラA+ 測上	11:30-12:00 SP 堤		11:45-12:35 ◎ビラLower+ 柴田	
	12:50-13:20 ◎ビラHipLine 渡邊	13:15-14:05 ◎ビラLower+ 佐藤		12:40-13:30 ◎ビラLower+ 岡元		12:20-12:50 SP 白谷		12:40-13:10 ◎ビラRefCore 堤		12:35-13:05 SP 渡邊		12:40-13:10 ◎ビラTotalBody 吹坂		12:50-13:40 ◎ビラB&A+ 白谷	13:00-13:30 ◎ビラcore 吹坂		12:20-12:50 ◎ビラcore 白谷		13:05-13:35 ◎ビラControlF 白谷	12:50-13:40 ◎ビラB+ 岡元	12:20-13:10 ◎ビラWaist+ 堤		12:55-13:25 SP 吹坂	
	13:40-14:10 ◎ビラTotalBody 吹坂			13:50-14:20 ◎ビラRefCore 岡元		13:10-14:00 ◎ビラUpper+ 佐藤				13:25-13:55 ◎ビラStretchC 白谷		13:30-14:20 ◎ビラLower+ 吹坂		14:00-14:30 ◎ビラTotalBody 吹坂	14:00-14:50 ◎ビラUpper+ 柴田		13:10-13:40 ◎ビラControlF 渡邊		13:55-14:45 ◎ビラB&A+ 柴田	14:10-15:00 ◎ビラLower+ 岡元	13:30-14:00 ◎ビラPerBackBody 測上			
	14:30-15:20 ◎ビラUpper+ 岡元	14:25-14:55 ◎ビラBackStyle 吉原				14:20-15:10 ◎ビラLower+ 佐藤				14:15-14:45 ◎ビラHipLine 櫻井		14:40-15:10 ◎ビラRefBody 柴田		14:50-15:40 ◎ビラWaist+ 堤	15:20-16:10 ◎ビラLower+ 柴田				15:05-15:35 ◎ビラRefBody 柴田	15:30-16:00 SP 堤				
	15:40-16:30 ◎ビラLower+ 岡元	15:15-16:00 Ex45ビラRefCore 益原					15:45-16:35 ◎ビラUpper+ 柴田				16:25-16:55 Rin-Ballet 白谷			16:00-16:30 SP 測上			16:10-16:40 ◎ビラStretchC 吉原		16:05-16:50 Strong Hip&Legs 測上					
	16:50-17:40 ◎ビラB+ 堤	16:20-16:50 SP 吉原				17:00-17:50 ◎ビラH&L+ 吹坂	16:55-17:40 Power Basic 堤			17:20-18:10 ◎ビラLower+ 岡元	17:25-17:55 ◎ビラcore 白谷	16:20-17:10 ◎ビラLower+ 柴田	16:30-17:00 SP 吉原	16:50-17:20 ◎ビラRefBody 吉原	16:40-17:10 ◎ビラTotalBody 吹坂		17:00-17:50 ◎ビラLower+ 堤		17:10-17:40 ◎ビラRefCore 白谷	16:30-17:20 ◎ビラB+ 堤	17:00-17:30 SP 渡邊	17:10-17:40 Rin-Ballet 白谷	17:00-17:50 ◎ビラLower+ 堤	16:50-17:20 ◎ビラcore 吹坂
		17:10-17:40 ◎ビラControlF 渡邊		17:50-18:40 ◎ビラB+ 吹坂	17:40-18:10 ◎ビラControlF 渡邊			17:50-18:20 ◎ビラStretchC 吉原	17:40-18:30 ◎ビラUpper+ 佐藤			17:30-18:20 ◎ビラWaist+ 堤	17:30-18:00 ◎ビラStretchC 吉原		17:40-18:25 Power Basic 吉原									17:40-18:30 ◎ビラH&L+ 吹坂
	18:00-18:30 ◎ビラBackStyle 渡邊				18:40-19:10 ◎ビラBackStyle 渡邊	18:10-18:40 SP 吉原	18:00-18:50 ◎ビラLower+ 堤			18:30-19:00 SP 吉原	18:25-19:15 ◎ビラLower+ 柴田	18:40-19:30 ◎ビラLower+ 堤	18:30-19:00 ◎ビラHipLine 測上				18:10-18:40 SP 渡邊	18:00-18:50 ◎ビラJumpM 櫻井	18:00-18:30 ◎ビラcore 吹坂		17:50-18:40 ◎ビラUpper+ 佐藤	18:10-18:40 ◎ビラcore 白谷	18:10-18:40 ◎ビラBackStyle 渡邊	
				19:00-19:50 ◎ビラUpper+ 堤		19:00-19:30 ◎ビラStretchC 吉原	19:10-19:40 ◎ビラcore 吹坂	18:40-19:30 ◎ビラWaist+ 白谷	19:00-19:30 ◎ビラHipLine 測上	19:20-19:50 ◎ビラRefBody 櫻井			19:30-20:20 ◎ビラUpper+ 柴田				19:00-19:50 ◎ビラUpper+ 柴田	19:10-19:40 ◎ビラPerBackBody 櫻井			19:00-19:50 ◎ビラLower+ 堤	19:10-20:00 ◎ビラJumpM 測上	19:00-19:30 SP 渡邊	18:50-19:20 ◎ビラTotalBody 測上
					19:40-20:30 ◎ビラLower+ 岡元	19:50-20:40 ◎ビラUpper+ 柴田	20:00-20:30 ◎ビラTotalBody 吹坂	19:50-20:40 ◎ビラLower+ 吹坂	20:00-20:30 ◎ビラChestSR 測上	20:10-20:40 ◎ビラBackStyle 櫻井	19:45-20:30 Boost Upper&Lower 柴田	19:50-20:40 ◎ビラH&L+ 吉原					20:10-20:40 ◎ビラHipLine 渡邊	20:00-20:30 ◎ビラRefCore 堤			20:10-20:40 ◎ビラRefCore 白谷		19:50-20:40 ◎ビラUpper+ 佐藤	19:40-20:30 ◎ビラA+ 測上
				20:10-20:40 SP 吹坂																		20:20-21:05 Power Basic 佐藤		
				21:00-21:45 Boost Upper&Lower 佐藤		21:00-21:50 ◎ビラLower+ 柴田		21:00-21:30 SP 吹坂		21:00-21:50 ◎ビラUpper+ 佐藤		21:00-21:30 ◎ビラChestSR 測上					21:00-21:50 ◎ビラH&L+ 堤				21:00-21:30 SP 渡邊		21:00-21:30 ◎ビラStretchC 白谷	

14日(金)	15日(土)	16日(日)	17日(月)		18日(火)		19日(水)		20日(木)		21日(金)		22日(土)		23日(日)	24日(月)		25日(火)		26日(水)		27日(木)
－	－	－	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	－	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	－
臨時休業	臨時休業	定休日	09:30-10:20 ◎ビラLower+ 渡邊 10:40-11:30 ◎ビラB+ 岡元 11:50-12:40 ◎ビラWaist+ 佐藤 13:00-13:30 ◎ビラHipLine 渕上 13:50-14:20 SP 堤 16:10-16:40 SP 堤 17:00-17:30 ◎ビラStretchC 吉原 17:50-18:40 ◎ビラUpper+ 岡元 19:00-19:30 ◎ビラPerBackBody 渕上 19:50-20:40 ◎ビラA+ 櫻井 21:00-21:50 ◎ビラLower+ 吉原	17:00-17:50 ◎ビラB&A+ 吹坂 18:10-18:40 ◎ビラcore 吹坂 19:00-19:50 ◎ビラH&L+ 柴田 20:10-21:00 ◎ビラUpper+ 柴田	09:30-10:20 ◎ビラWaist+ 岡元 10:40-11:30 ◎ビラH&L+ 堤 11:50-12:20 ◎ビラControlF 渡邊 12:40-13:10 SP 吹坂 13:30-14:00 ◎ビラRefBody 渡邊 14:20-15:05 Power Basic 白谷 17:00-17:50 ◎ビラUpper+ 渡邊 18:10-18:40 ◎ビラTotalBody 吹坂 19:00-19:30 ◎ビラHipLine 櫻井 19:50-20:40 ◎ビラJumpM 櫻井 21:00-21:30 ◎ビラPerBackBody 渕上	16:30-17:20 ◎ビラWaist+ 佐藤 17:40-18:10 Rin-Ballet 白谷 18:30-19:00 ◎ビラStretchC 白谷 19:20-20:10 ◎ビラLower+ 堤 20:30-21:00 SP 堤	09:30-10:00 SP 吉原 10:20-10:50 Rin-Ballet 白谷 11:10-12:00 ◎ビラB+ 佐藤 12:20-13:05 Boost Upper&Lower 柴田 15:20-16:10 ◎ビラH&L+ 柴田 16:30-17:20 ◎ビラLower+ 柴田 17:40-18:10 ◎ビラRefCore 吉原 18:30-19:00 SP 吉原 19:20-19:50 ◎ビラStretchC 白谷 20:10-20:40 ◎ビラTotalBody 吹坂 21:00-21:50 ◎ビラB&A+ 吹坂	17:20-17:50 ◎ビラChestSR 櫻井 18:10-18:40 ◎ビラcore 櫻井 19:00-19:50 ◎ビラB+ 佐藤 20:10-21:00 ◎ビラWaist+ 佐藤	09:30-10:20 ◎ビラUpper+ 渡邊 10:40-11:30 ◎ビラWaist+ 岡元 11:50-12:40 ◎ビラB+ 岡元 13:00-13:50 ◎ビラB&A+ 堤 14:10-15:00 ◎ビラLower+ 佐藤 16:10-16:40 SP 吉原 17:00-17:30 ◎ビラRefCore 岡元 17:50-18:40 ◎ビラA+ 渕上 19:00-19:50 ◎ビラUpper+ 吹坂 20:10-20:40 ◎ビラTotalBody 吹坂 21:00-21:30 SP 櫻井	17:40-18:10 ◎ビラcore 吹坂 18:30-19:00 Rin-Ballet 白谷 19:20-19:50 ◎ビラRefBody 白谷 20:10-21:00 ◎ビラLower+ 柴田	09:30-10:00 SP 渕上 10:20-10:50 ◎ビラControlF 渕上 11:10-12:00 ◎ビラUpper+ 柴田 12:20-12:50 ◎ビラRefBody 柴田 13:10-13:40 SP 堤 15:55-16:40 Boost Upper&Lower 岡元 17:00-17:30 ◎ビラBackStyle 吉原 17:50-18:40 ◎ビラB&A+ 吉原 19:00-19:30 SP 白谷 19:50-20:40 ◎ビラUpper+ 白谷 21:00-21:50 ◎ビラB+ 岡元	11:00-11:30 ◎ビラBackStyle 吉原 11:50-12:35 Power Waist Shape 岡元 18:10-19:00 ◎ビラLower+ 渡邊 19:20-19:50 ◎ビラHipLine 渡邊 20:10-21:00 ◎ビラH&L+ 柴田	08:00-08:30 ◎ビラRefCore 堤 08:50-09:40 ◎ビラH&L+ 櫻井 10:00-10:30 SP 堤 10:50-11:20 ◎ビラRefBody 吹坂 11:40-12:30 ◎ビラUpper+ 柴田 12:50-13:40 ◎ビラWaist+ 佐藤 14:00-14:30 SP 櫻井 14:50-15:35 Power Basic 吉原 15:55-16:25 ◎ビラBackStyle 吉原 16:45-17:15 ◎ビラRefBody 吹坂 17:35-18:25 ◎ビラB+ 佐藤	09:30-10:20 ◎ビラJumpM 益原 10:50-11:20 Rin-Ballet 益原 11:50-12:20 ◎ビラcore 吹坂 12:50-13:20 ◎ビラStretchC 吉原 13:50-14:40 ◎ビラLower+ 柴田 15:10-15:40 ◎ビラControlF 渡邊 16:10-17:00 ◎ビラUpper+ 佐藤	定休日	09:30-10:15 Boost Upper&Lower 佐藤 10:35-11:25 ◎ビラB&A+ 柴田 11:45-12:15 ◎ビラTotalBody 吹坂 12:35-13:25 ◎ビラUpper+ 柴田 13:45-14:15 SP 白谷 15:50-16:40 ◎ビラB+ 佐藤 17:00-17:50 ◎ビラUpper+ 吹坂 18:10-18:40 ◎ビラRefCore 岡元 19:00-19:50 ◎ビラLower+ 岡元 20:10-20:40 SP 渡邊 21:00-21:30 ◎ビラRefCore 渡邊	17:10-17:40 ◎ビラChestSR 益原 18:10-19:00 ◎ビラA+ 櫻井 19:30-20:00 Rin-Ballet 櫻井	09:30-10:00 ◎ビラRefCore 佐藤 10:20-10:50 SP 吹坂 11:10-11:40 ◎ビラRefBody 吉原 12:00-12:50 ◎ビラLower+ 吉原 17:00-17:50 ◎ビラB+ 白谷 18:10-18:40 SP 吉原 19:00-19:50 ◎ビラUpper+ 岡元 20:10-20:40 ◎ビラHipLine 渡邊 21:00-21:50 ◎ビラH&L+ 渡邊	15:50-16:20 ◎ビラBackStyle 渡邊 16:50-17:20 Rin-Ballet 益原 17:50-18:40 ◎ビラLower+ 岡元 19:10-19:40 ◎ビラControlF 渕上 20:10-20:40 ◎ビラStretchC 渕上	09:30-10:20 ◎ビラH&L+ 渕上 10:40-11:30 ◎ビラLower+ 吹坂 11:50-12:20 ◎ビラRefCore 吹坂 12:40-13:10 SP 吹坂 13:30-14:15 Boost Upper&Lower 柴田 17:20-18:10 ◎ビラH&L+ 堤 18:30-19:00 Cardio Reform Blast 渡邊 19:20-19:50 ◎ビラControlF 櫻井 20:10-20:40 ◎ビラControlF 櫻井 21:00-21:45 Power Waist Shape 岡元	18:30-19:20 ◎ビラLower+ 吉原 19:40-20:30 ◎ビラUpper+ 岡元	定休日

28日(金)		29日(土)		30日(日)	31日(月)	
Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	-	Aスタジオ	Bスタジオ
09:30-10:00 SP 吉原		08:00-08:50 ◎ピラWaist+ 岡元		定休日	09:30-10:00 Rin-Ballet 白谷	
10:20-10:50 SP		09:10-10:00 ◎ピラUpper+ 岡元	09:30-10:00 ◎ピラRefCore 佐藤		10:20-10:50 SP 白谷	
11:10-12:00 ◎ピラB&A+		10:20-10:50 ◎ピラRefBody 櫻井	10:30-11:20 ◎ピラLower+ 佐藤		11:10-12:00 ◎ピラB&A+ 柴田	
12:20-12:50 ◎ピラRefBody		11:10-12:00 ◎ピラA+ 櫻井	11:50-12:40 ◎ピラB+ 堤		12:20-12:50 ◎ピラRefCore 岡元	
		12:20-12:50 SP 渕上				
		13:10-13:40 ◎ピラStretchC 渕上	13:10-14:00 ◎ピラH&L+ 堤		13:10-14:00 ◎ピラLower+ 佐藤	
		14:00-14:50 ◎ピラUpper+ 佐藤	14:30-15:20 ◎ピラWaist+ 岡元			
		15:10-16:00 ◎ピラB+ 佐藤	15:50-16:20 ◎ピラRefCore 岡元		15:50-16:40 ◎ピラUpper+ 渡邊	
		16:20-16:50 ◎ピラRefBody 柴田				
17:00-17:30 ◎ピラControlF	17:00-17:50 ◎ピラB+	17:10-18:00 ◎ピラLower+ 柴田			17:00-17:30 ◎ピラHipLine 渡邊	
17:50-18:20 SP	18:10-19:00 ◎ピラH&L+	18:20-18:50 SP 堤			17:50-18:40 ◎ピラH&L+ 柴田	17:40-18:10 ◎ピラChestSR 渕上
18:40-19:30 ◎ピラLower+					19:00-19:50 ◎ピラJumpM 渕上	18:30-19:00 ◎ピラcore 吹坂
19:50-20:40 ◎ピラUpper+	19:20-19:50 ◎ピラChestSR				20:10-20:40 ◎ピラBackStyle 渡邊	19:20-20:10 ◎ピラLower+ 柴田
21:00-21:50 ◎ピラH&L+	20:10-20:40 ◎ピラPerBackBody				21:00-21:30 ◎ピラRefCore 岡元	20:30-21:00 Cardio Reform Blast 益原

【マシンピラティス】

強度	レッスン名		時間
2.5	◎ピラLower+	Lower Body Make-up＋	50分
2.5	◎ピラUpper+	Upper Body Make-up＋	50分
2.5	◎ピラB+	Basic+	50分
2.5	◎ピラTotalBody	Total Body	30分
2.5	◎ピラStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ピラRefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ピラChestSR	Chest Spine Release	30分
2.5	Rin-Ballet	Rin-Ballet	30分
3	◎ピラH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ピラBackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎ピラHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ピラRefCore	Refresh Core	30分
3	◎ピラPerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3	Ex45ピラRefCore	【Extra45】Refresh Core	45分
3.5	◎ピラWaist+	Waist Shape＋	50分
3.5	◎ピラJumpM	Jump Movement+	50分
3.5	◎ピラB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ピラcore	Shape up Core	30分
3.5	◎ピラControlF	Control Flow	30分
3.5	Strong Hip&Legs	Strong Hip&Legs	45分
4	◎ピラ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
1(土)	12:00-12:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	白谷澪織
1(土)	16:20-16:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	吉原侑香
3(月)	10:40-11:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	櫻井響子
3(月)	20:10-20:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	吹坂理央
4(火)	12:20-12:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	白谷澪織
4(火)	18:10-18:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	吉原侑香
5(水)	09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	櫻井響子
5(水)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	吹坂理央
6(木)	12:35-13:05	3	Rintosull MIX Summer 2026	渡邊魅久
6(木)	18:30-19:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	吉原侑香
7(金)	11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	渡邊魅久
7(金)	16:30-17:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	吉原侑香
8(土)	10:00-10:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	堤和花
8(土)	16:00-16:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	渕上真凜
10(月)	09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	吹坂理央
10(月)	18:10-18:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	渡邊魅久
11(火)	10:15-10:45	3	Rintosull MIX Summer 2026	吉原侑香
11(火)	12:15-12:45	3	Rintosull MIX Summer 2026	吹坂理央
11(火)	15:30-16:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	堤和花
12(水)	11:30-12:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	堤和花
12(水)	17:00-17:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	渡邊魅久
12(水)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	渡邊魅久
13(木)	12:55-13:25	3	Rintosull MIX Summer 2026	吹坂理央
13(木)	19:00-19:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	渡邊魅久
17(月)	13:50-14:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	堤和花
17(月)	16:10-16:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	堤和花
18(火)	12:40-13:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	吹坂理央
18(火)	20:30-21:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	堤和花
19(水)	09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	吉原侑香
19(水)	18:30-19:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	吉原侑香
20(木)	16:10-16:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	吉原侑香
20(木)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	櫻井響子
21(金)	09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	渕上真凜
21(金)	13:10-13:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	堤和花
21(金)	19:00-19:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	白谷澪織
22(土)	10:00-10:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	堤和花
22(土)	14:00-14:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	櫻井響子
24(月)	13:45-14:15	3	Rintosull MIX Summer 2026	白谷澪織
24(月)	20:10-20:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	渡邊魅久
25(火)	10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	吹坂理央
25(火)	18:10-18:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	吉原侑香
26(水)	12:40-13:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	吹坂理央
28(金)	09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	吉原侑香
28(金)	10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	
28(金)	17:50-18:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	
29(土)	12:20-12:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	渕上真凜
29(土)	18:20-18:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	堤和花
31(月)	10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	白谷澪織

◎ … 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

10分
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

【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+