

※2026年10月14日02:03 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]

14日(水)		15日(木)		16日(金)		17日(土)		18日(日)	19日(月)		20日(火)		21日(水)		22日(木)	23日(金)		24日(土)		25日(日)	26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	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		
								定休日							定休日					定休日				

[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StretchG	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
2.5	Ex45ﾋﾞｭChestSR	[Extra45]Chest Spine Release	45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
3.5	Ex45ﾋﾞｭControlF	[Extra45]Control Flow	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

レッスンの日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(木) 12:20-12:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吹坂理央
1(木) 17:50-18:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	豊島綾菜
2(金) 11:45-12:15	3	Rintosull MIX Halloween 2026	堤和花
2(金) 20:10-20:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	洲上真凜
3(土) 12:50-13:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	豊島綾菜
3(土) 16:00-16:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	洲上真凜
5(月) 16:40-17:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吹坂理央
5(月) 19:10-19:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	堤和花
6(火) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	櫻井響子
6(火) 20:10-20:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	豊島綾菜
7(水) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	洲上真凜
7(水) 18:10-18:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	和才真実
8(木) 11:10-11:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	豊島綾菜
8(木) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吉原侑香
9(金) 10:40-11:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吉原侑香
9(金) 19:20-19:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吉原侑香
10(土) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	豊島綾菜
10(土) 15:10-15:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	洲上真凜
12(月) 13:05-13:35	3	Rintosull MIX Halloween 2026	和才真実
12(月) 17:50-18:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吉原侑香
13(火) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	和才真実
13(火) 20:10-20:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	堤和花
14(水) 12:20-12:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吹坂理央
14(水) 17:50-18:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	洲上真凜
15(木) 11:25-11:55	3	Rintosull MIX Halloween 2026	櫻井響子
15(木) 19:20-19:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	和才真実
16(金) 11:30-12:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	豊島綾菜
16(金) 17:50-18:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	白谷滯織
17(土) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	堤和花
17(土) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吹坂理央
17(土) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	白谷滯織
19(月) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吉原侑香
19(月) 19:20-19:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	櫻井響子
20(火) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	櫻井響子
20(火) 16:40-17:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	豊島綾菜
20(火) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	洲上真凜
21(水) 11:30-12:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	白谷滯織
21(水) 20:10-20:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吹坂理央
23(金) 12:35-13:05	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吉原侑香
23(金) 19:10-19:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	堤和花
24(土) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	堤和花
24(土) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吹坂理央
26(月) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吉原侑香
26(月) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	堤和花
26(月) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	堤和花
27(火) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吉原侑香
27(火) 19:20-19:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吉原侑香
28(水) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吉原侑香
29(木) 14:40-15:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	白谷滯織
29(木) 19:20-19:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	白谷滯織
30(金) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	堤和花

レッスンの日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
30(金) 20:30-21:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	櫻井響子
31(土) 11:10-11:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吹坂理央
31(土) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吉原侑香
31(土) 18:20-18:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	櫻井響子

● … 常温レッスン

● … 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)

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。



【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+

