



[illegible]

【マシンピラティス】

強度	レッスン名	時間
2.5	◎ﾋﾞﾗLower+ Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗUpper+ Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗB+ Basic+	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗStretchC Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗRefBody Refresh Body	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗChestSR Chest Spine Release	30分
2.5	Rin-Ballet Rin-Ballet	30分
3	◎ﾋﾞﾗH&L+ Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞﾗHipLine Make Hip Line	30分
3	◎ﾋﾞﾗRefCore Refresh Core	30分
3	◎ﾋﾞﾗPerBackBody Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic Power Basic	45分
3.5	◎ﾋﾞﾗWaist+ Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗJumpM Jump Movement+	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗB&A+ Back&Arms+	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗ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	◎ﾋﾞﾗA+ Advance+	50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(木) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	丸山遥奈
1(木) 21:20-21:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
2(金) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
3(土) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	丸山遥奈
3(土) 15:00-15:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
5(月) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	丸山遥奈
5(月) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	品田姫奈
6(火) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
6(火) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	丸山遥奈
6(火) 18:35-19:05	3	Rintosull MIX Halloween 2026	品田姫奈
7(水) 11:30-12:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
7(水) 21:20-21:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	品田姫奈
8(木) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
8(木) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	品田姫奈
9(金) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	丸山遥奈
10(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	品田姫奈
10(土) 14:20-14:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
10(土) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
12(月) 10:00-10:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
12(月) 15:00-15:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
13(火) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
13(火) 20:20-20:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	丸山遥奈
14(水) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
15(木) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	丸山遥奈
15(木) 16:00-16:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	品田姫奈
16(金) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	丸山遥奈
16(金) 21:20-21:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	品田姫奈
17(土) 10:40-11:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	丸山遥奈
17(土) 14:00-14:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	丸山遥奈
19(月) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	品田姫奈
19(月) 18:00-18:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	丸山遥奈
19(月) 21:20-21:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
20(火) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	品田姫奈
20(火) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
21(水) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	品田姫奈
21(水) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	品田姫奈
21(水) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
23(金) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	丸山遥奈
23(金) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	品田姫奈
24(土) 09:20-09:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	丸山遥奈
24(土) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	品田姫奈
26(月) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	品田姫奈
26(月) 11:30-12:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	丸山遥奈
26(月) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
27(火) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	品田姫奈
27(火) 21:20-21:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	丸山遥奈
28(水) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
29(木) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	丸山遥奈
29(木) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	品田姫奈
30(金) 11:30-12:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
30(金) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	丸山遥奈

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
31(土)	08:00-08:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	加藤美帆
31(土)	14:10-14:40	3 Rintosull MIX Halloween 2026	品田姫奈

○

… 常溫レッスン

●

… 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。



【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+

