

※2025年11月30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]

定休日

【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
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 RintosulMIX Christmas2025	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

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(土) 09:10-09:55	1	見学会(2.45)	帯野千絵
1(土) 11:10-11:55	1	見学会(2.45)	片山絢乃
1(土) 13:30-14:15	1	見学会(2.45)	野崎杏
1(土) 15:50-16:35	1	見学会(2.45)	帯野千絵
3(月) 07:50-08:35	1	見学会(2.45)	小林優
3(月) 10:30-11:15	1	見学会(2.45)	今本瑠莉亜
3(月) 13:50-14:35	1	見学会(2.45)	帯野千絵
3(月) 16:10-16:55	1	見学会(2.45)	澤舞桜
4(火) 09:20-10:05	1	見学会(2.45)	帯野千絵
4(火) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	今本瑠莉亜
4(火) 16:50-17:35	1	見学会(2.45)	帯野千絵
4(火) 18:50-19:35	1	見学会(2.45)	今本瑠莉亜
5(水) 11:50-12:35	1	見学会(2.45)	高橋命
5(水) 17:50-18:35	1	見学会(2.45)	高橋命
5(水) 20:00-20:45	1	見学会(2.45)	片山絢乃
6(木) 09:20-10:05	1	見学会(2.45)	小林優
6(木) 18:30-19:15	1	見学会(2.45)	帯野千絵
6(木) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	高橋命
7(金) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	野崎杏
7(金) 12:50-13:35	1	見学会(2.45)	高橋命
7(金) 17:30-18:15	1	見学会(2.45)	今本瑠莉亜
7(金) 20:00-20:45	1	見学会(2.45)	高橋命
8(土) 09:00-09:45	1	見学会(2.45)	野崎杏
8(土) 11:10-11:55	1	見学会(2.45)	高橋命
8(土) 12:30-13:15	1	見学会(2.45)	帯野千絵
8(土) 14:30-15:15	1	見学会(2.45)	野崎杏
10(月) 09:20-10:05	1	見学会(2.45)	今本瑠莉亜
10(月) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	今本瑠莉亜
10(月) 18:00-18:45	1	見学会(2.45)	今本瑠莉亜
10(月) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	澤舞桜
11(火) 09:20-10:05	1	見学会(2.45)	小林優
11(火) 10:30-11:15	1	見学会(2.45)	帯野千絵
11(火) 12:20-13:05	1	見学会(2.45)	小林優
11(火) 18:40-19:25	1	見学会(2.45)	小林優
12(水) 09:20-10:05	1	見学会(2.45)	帯野千絵
12(水) 10:30-11:15	1	見学会(2.45)	高橋命
12(水) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	野崎杏
12(水) 17:10-17:55	1	見学会(2.45)	片山絢乃
12(水) 20:20-21:05	1	見学会(2.45)	高橋命
13(木) 09:20-10:05	1	見学会(2.45)	今本瑠莉亜
13(木) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	帯野千絵
13(木) 12:50-13:35	1	見学会(2.45)	片山絢乃
13(木) 17:20-18:05	1	見学会(2.45)	今本瑠莉亜
13(木) 18:40-19:25	1	見学会(2.45)	帯野千絵
14(金) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	高橋命
14(金) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	野崎杏
14(金) 12:30-13:15	1	見学会(2.45)	小林優
14(金) 17:30-18:15	1	見学会(2.45)	今本瑠莉亜
14(金) 18:50-19:35	1	見学会(2.45)	野崎杏
15(土) 07:50-08:35	1	見学会(2.45)	帯野千絵
15(土) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	小林優

レッスンの日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
15(土)	12:30-13:15	1 見学会(2.45)	帯野千絵
15(土)	13:20-14:05	1 見学会(2.45)	高橋命
15(土)	15:00-15:45	1 見学会(2.45)	今本瑠莉亜
17(月)	10:10-10:55	1 見学会(2.45)	帯野千絵
17(月)	18:40-19:25	1 見学会(2.45)	高橋命
17(月)	20:00-20:45	1 見学会(2.45)	吉井結美
18(火)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	今本瑠莉亜
18(火)	10:30-11:15	1 見学会(2.45)	吉井結美
18(火)	11:30-12:15	1 見学会(2.45)	帯野千絵
18(火)	16:50-17:35	1 見学会(2.45)	吉井結美
18(火)	18:40-19:25	1 見学会(2.45)	片山絢乃
18(火)	20:00-20:45	1 見学会(2.45)	帯野千絵
19(水)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	小林優
19(水)	11:30-12:15	1 見学会(2.45)	今本瑠莉亜
19(水)	12:40-13:25	1 見学会(2.45)	吉井結美
19(水)	17:00-17:45	1 見学会(2.45)	高橋命
19(水)	19:10-19:55	1 見学会(2.45)	吉井結美
20(木)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	小林優
20(木)	11:30-12:15	1 見学会(2.45)	小林優
20(木)	16:40-17:25	1 見学会(2.45)	帯野千絵
20(木)	17:40-18:25	1 見学会(2.45)	帯野千絵
20(木)	18:50-19:35	1 見学会(2.45)	高橋命
21(金)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	小林優
21(金)	11:30-12:15	1 見学会(2.45)	今本瑠莉亜
21(金)	17:30-18:15	1 見学会(2.45)	片山絢乃
21(金)	20:10-20:55	1 見学会(2.45)	高橋命
22(土)	07:50-08:35	1 見学会(2.45)	今本瑠莉亜
22(土)	09:00-09:45	1 見学会(2.45)	帯野千絵
22(土)	11:20-12:05	1 見学会(2.45)	小林優
22(土)	12:30-13:15	1 見学会(2.45)	野崎杏
22(土)	13:40-14:25	1 見学会(2.45)	片山絢乃
24(月)	07:50-08:35	1 見学会(2.45)	野崎杏
24(月)	09:50-10:35	1 見学会(2.45)	野崎杏
24(月)	11:10-11:55	1 見学会(2.45)	小林優
24(月)	16:10-16:55	1 見学会(2.45)	帯野千絵
25(火)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	高橋命
25(火)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	高橋命
25(火)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	野崎杏
25(火)	19:30-20:15	1 見学会(2.45)	今本瑠莉亜
26(水)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	野崎杏
26(水)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	吉井結美
26(水)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	高橋命
26(水)	17:30-18:15	1 見学会(2.45)	吉井結美
26(水)	18:30-19:15	1 見学会(2.45)	今本瑠莉亜
27(木)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	帯野千絵
27(木)	11:20-12:05	1 見学会(2.45)	小林優
27(木)	17:30-18:15	1 見学会(2.45)	片山絢乃
27(木)	18:30-19:15	1 見学会(2.45)	小林優
28(金)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	小林優
28(金)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	帯野千絵
28(金)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	吉井結美

レッスンの日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
28(金)	17:45-18:30	1 見学会(2.45)	今本瑠莉亜
28(金)	19:50-20:35	1 見学会(2.45)	吉井結美
29(土)	07:50-08:35	1 見学会(2.45)	帯野千絵
29(土)	09:50-10:35	1 見学会(2.45)	今本瑠莉亜
29(土)	11:10-11:55	1 見学会(2.45)	吉井結美
29(土)	12:30-13:15	1 見学会(2.45)	小林優
29(土)	13:30-14:15	1 見学会(2.45)	吉井結美
29(土)	14:50-15:20	1 見学会(4)	帯野千絵

○ … 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)

【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。

レッスンの前
10分講座
18:30-19:30
レッスン名
インストラクター名

10分
21:00-22:00
レッスン名
インストラクター名



【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+

