

※2026年07月21日02:06 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。

2025年10月10日(金) 10月11日(土) 10月12日(日) 10月13日(月) 10月14日(火) 10月15日(水) 10月16日(木) 10月17日(金) 10月18日(土) 10月19日(日) 10月20日(月) 10月21日(火) 10月22日(水) 10月23日(木) 10月24日(金) 10月25日(土) 10月26日(日) 10月27日(月) 10月28日(火) 10月29日(水) 10月30日(木) 10月31日(金) 11月1日(土) 11月2日(日) 11月3日(月) 11月4日(火) 11月5日(水) 11月6日(木) 11月7日(金) 11月8日(土) 11月9日(日) 11月10日(月) 11月11日(火) 11月12日(水) 11月13日(木) 11月14日(金) 11月15日(土) 11月16日(日) 11月17日(月) 11月18日(火) 11月19日(水) 11月20日(木) 11月21日(金) 11月22日(土) 11月23日(日) 11月24日(月) 11月25日(火) 11月26日(水) 11月27日(木) 11月28日(金) 11月29日(土) 11月30日(日) 11月31日(月) 12月1日(火) 12月2日(水) 12月3日(木) 12月4日(金) 12月5日(土) 12月6日(日) 12月7日(月) 12月8日(火) 12月9日(水) 12月10日(木) 12月11日(金) 12月12日(土) 12月13日(日) 12月14日(月) 12月15日(火) 12月16日(水) 12月17日(木) 12月18日(金) 12月19日(土) 12月20日(日) 12月21日(月) 12月22日(火) 12月23日(水) 12月24日(木) 12月25日(金) 12月26日(土) 12月27日(日) 12月28日(月) 12月29日(火) 12月30日(水) 12月31日(木) 2026年1月1日(金) 2026年1月2日(土) 2026年1月3日(日) 2026年1月4日(月) 2026年1月5日(火) 2026年1月6日(水) 2026年1月7日(木) 2026年1月8日(金) 2026年1月9日(土) 2026年1月10日(日) 2026年1月11日(月) 2026年1月12日(火) 2026年1月13日(水) 2026年1月14日(木) 2026年1月15日(金) 2026年1月16日(土) 2026年1月17日(日) 2026年1月18日(月) 2026年1月19日(火) 2026年1月20日(水) 2026年1月21日(木) 2026年1月22日(金) 2026年1月23日(土) 2026年1月24日(日) 2026年1月25日(月) 2026年1月26日(火) 2026年1月27日(水) 2026年1月28日(木) 2026年1月29日(金) 2026年1月30日(土) 2026年1月31日(日) 2026年2月1日(月) 2026年2月2日(火) 2026年2月3日(水) 2026年2月4日(木) 2026年2月5日(金) 2026年2月6日(土) 2026年2月7日(日) 2026年2月8日(月) 2026年2月9日(火) 2026年2月10日(水) 2026年2月11日(木) 2026年2月12日(金) 2026年2月13日(土) 2026年2月14日(日) 2026年2月15日(月) 2026年2月16日(火) 2026年2月17日(水) 2026年2月18日(木) 2026年2月19日(金) 2026年2月20日(土) 2026年2月21日(日) 2026年2月22日(月) 2026年2月23日(火) 2026年2月24日(水) 2026年2月25日(木) 2026年2月26日(金) 2026年2月27日(土) 2026年2月28日(日) 2026年2月29日(月) 2026年3月1日(火) 2026年3月2日(水) 2026年3月3日(木) 2026年3月4日(金) 2026年3月5日(土) 2026年3月6日(日) 2026年3月7日(月) 2026年3月8日(火) 2026年3月9日(水) 2026年3月10日(木) 2026年3月11日(金) 2026年3月12日(土) 2026年3月13日(日) 2026年3月14日(月) 2026年3月15日(火) 2026年3月16日(水) 2026年3月17日(木) 2026年3月18日(金) 2026年3月19日(土) 2026年3月20日(日) 2026年3月21日(月) 2026年3月22日(火) 2026年3月23日(水) 2026年3月24日(木) 2026年3月25日(金) 2026年3月26日(土) 2026年3月27日(日) 2026年3月28日(月) 2026年3月29日(火) 2026年3月30日(水) 2026年3月31日(木) 2026年4月1日(金) 2026年4月2日(土) 2026年4月3日(日) 2026年4月4日(月) 2026年4月5日(火) 2026年4月6日(水) 2026年4月7日(木) 2026年4月8日(金) 2026年4月9日(土) 2026年4月10日(日) 2026年4月11日(月) 2026年4月12日(火) 2026年4月13日(水) 2026年4月14日(木) 2026年4月15日(金) 2026年4月16日(土) 2026年4月17日(日) 2026年4月18日(月) 2026年4月19日(火) 2026年4月20日(水) 2026年4月21日(木) 2026年4月22日(金) 2026年4月23日(土) 2026年4月24日(日) 2026年4月25日(月) 2026年4月26日(火) 2026年4月27日(水) 2026年4月28日(木) 2026年4月29日(金) 2026年4月30日(土) 2026年5月1日(日) 2026年5月2日(月) 2026年5月3日(火) 2026年5月4日(水) 2026年5月5日(木) 2026年5月6日(金) 2026年5月7日(土) 2026年5月8日(日) 2026年5月9日(月) 2026年5月10日(火) 2026年5月11日(水) 2026年5月12日(木) 2026年5月13日(金) 2026年5月14日(土) 2026年5月15日(日) 2026年5月16日(月) 2026年5月17日(火) 2026年5月18日(水) 2026年5月19日(木) 2026年5月20日(金) 2026年5月21日(土) 2026年5月22日(日) 2026年5月23日(月) 2026年5月24日(火) 2026年5月25日(水) 2026年5月26日(木) 2026年5月27日(金) 2026年5月28日(土) 2026年5月29日(日) 2026年5月30日(月) 2026年5月31日(火) 2026年6月1日(水) 2026年6月2日(木) 2026年6月3日(金) 2026年6月4日(土) 2026年6月5日(日) 2026年6月6日(月) 2026年6月7日(火) 2026年6月8日(水) 2026年6月9日(木) 2026年6月10日(金) 2026年6月11日(土) 2026年6月12日(日) 2026年6月13日(月) 2026年6月14日(火) 2026年6月15日(水) 2026年6月16日(木) 2026年6月17日(金) 2026年6月18日(土) 2026年6月19日(日) 2026年6月20日(月) 2026年6月21日(火) 2026年6月22日(水) 2026年6月23日(木) 2026年6月24日(金) 2026年6月25日(土) 2026年6月26日(日) 2026年6月27日(月) 2026年6月28日(火) 2026年6月29日(水) 2026年6月30日(木) 2026年7月1日(金) 2026年7月2日(土) 2026年7月3日(日) 2026年7月4日(月) 2026年7月5日(火) 2026年7月6日(水) 2026年7月7日(木) 2026年7月8日(金) 2026年7月9日(土) 2026年7月10日(日) 2026年7月11日(月) 2026年7月12日(火) 2026年7月13日(水) 2026年7月14日(木) 2026年7月15日(金) 2026年7月16日(土) 2026年7月17日(日) 2026年7月18日(月) 2026年7月19日(火) 2026年7月20日(水) 2026年7月21日(木) 2026年7月22日(金) 2026年7月23日(土) 2026年7月24日(日) 2026年7月25日(月) 2026年7月26日(火) 2026年7月27日(水) 2026年7月28日(木) 2026年7月29日(金) 2026年7月30日(土) 2026年7月31日(日) 2026年8月1日(月) 2026年8月2日(火) 2026年8月3日(水) 2026年8月4日(木) 2026年8月5日(金) 2026年8月6日(土) 2026年8月7日(日) 2026年8月8日(月) 2026年8月9日(火) 2026年8月10日(水) 2026年8月11日(木) 2026年8月12日(金) 2026年8月13日(土) 2026年8月14日(日) 2026年8月15日(月) 2026年8月16日(火) 2026年8月17日(水) 2026年8月18日(木) 2026年8月19日(金) 2026年8月20日(土) 2026年8月21日(日) 2026年8月22日(月) 2026年8月23日(火) 2026年8月24日(水) 2026年8月25日(木)																							
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

[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	Ex45ﾋﾞｭRefCore	【Extra45】Refresh Core	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
4	Cardio Reform Blast	Cardio Reform Blast	30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	亀山優月
1(土) 19:30-20:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	鈴木里奈
3(月) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	鈴木里奈
3(月) 15:50-16:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	亀山優月
3(月) 20:20-20:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	中垣内久枝
4(火) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上優季
4(火) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	中垣内久枝
5(水) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	亀山優月
5(水) 18:10-18:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	亀山優月
6(木) 12:50-13:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上優季
6(木) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上優季
7(金) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	中垣内久枝
7(金) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	亀山優月
8(土) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	亀山優月
8(土) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	鈴木里奈
10(月) 12:50-13:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	中垣内久枝
10(月) 19:10-19:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	亀山優月
11(火) 15:10-15:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	中垣内久枝
11(火) 18:20-18:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	亀山優月
12(水) 11:30-12:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	中垣内久枝
12(水) 18:20-18:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上優季
13(木) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	鈴木里奈
13(木) 20:20-20:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上優季
17(月) 14:30-15:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上優季
17(月) 19:20-19:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	村上優季
18(火) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	中垣内久枝
18(火) 20:20-20:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	亀山優月
19(水) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	中垣内久枝
19(水) 17:50-18:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	亀山優月
20(木) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上優季
20(木) 19:10-19:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	中垣内久枝
21(金) 21:20-21:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	中垣内久枝
22(土) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	亀山優月
22(土) 18:20-18:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上優季
24(月) 11:30-12:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上優季
24(月) 21:30-22:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	中垣内久枝
25(火) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上優季
25(火) 18:20-18:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上優季
27(木) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	加藤星良
27(木) 15:30-16:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	亀山優月
28(金) 14:00-14:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上優季
28(金) 20:10-20:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上優季
29(土) 10:40-11:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	中垣内久枝
29(土) 17:30-18:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	亀山優月
31(月) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	中垣内久枝
31(月) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	鈴木里奈

