

※2026年08月01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

	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)	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)	
	Aスタジオ	-	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	-	Aスタジオ	-	-	-	-	Aスタジオ	Aスタジオ	-	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	-	Aスタジオ
	08:00-08:50 ◎ヒラLower+ 田村							08:00-08:50 ◎ヒラWaist+ 衣畑							08:00-08:30 ◎ヒラRefBody 田村							08:00-08:30 SP 茂森			
	09:30-10:00 SP 前田		09:30-10:20 ◎ヒラB+ 衣畑	09:30-10:00 SP 茂森	09:30-10:00 ◎ヒラStretchC 前田	09:30-10:00 SP 茂森	09:30-10:20 ◎ヒラUpper+ 衣畑	09:30-10:20 ◎ヒラB+ 衣畑		09:30-10:00 ◎ヒラRefBody 堀井				09:30-10:20 ◎ヒラWaist+ 衣畑	09:10-10:00 ◎ヒラLower+ 田村		09:30-10:00 Rin-Ballet 茂森	09:30-10:00 SP 茂森	09:30-10:20 ◎ヒラUpper+ 宮下	09:30-10:00 ◎ヒラChestSR 茂森	09:30-10:15 Strong Back&Arms 堀井		09:30-10:00 ◎ヒラBackStyle 前田		
	10:40-11:30 ◎ヒラUpper+ 田村		10:50-11:20 SP 前田	10:20-11:05 Ex45℃ラRefCore 茂森	10:30-11:00 SP 前田	10:30-11:00 Rin-Ballet 茂森				10:30-11:20 ◎ヒラH&L+ 堀井					10:40-11:10 SP 前田		10:30-11:00 SP 茂森	10:30-11:00 ◎ヒラHipLine 茂森		10:30-11:00 SP 茂森		10:20-11:10 ◎ヒラB&A+ 堀井		10:30-11:00 SP 前田	
	12:10-12:40 SP 前田																								
	13:20-14:10 ◎ヒラB+ 衣畑																								
																</									

[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	Ex45L+RefCore 【Extra45】Refresh Core	45分
3.5	◎ﾋﾞｭWaist+ Waist Shape +	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	Strong Hip&Legs Strong Hip&Legs	45分
3.5	Strong Back&Arms Strong Back&Arms	45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) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ
1(土) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ
3(月) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ
3(月) 16:50-17:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	茂森愛里
4(火) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	茂森愛里
5(水) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ
5(水) 18:20-18:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	茂森愛里
6(木) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	茂森愛里
6(木) 14:30-15:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ
6(木) 19:50-20:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ
7(金) 12:30-13:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ
8(土) 11:00-11:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ
8(土) 17:50-18:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ
10(月) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ
14(金) 12:30-13:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	星野沙綾
14(金) 17:10-17:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ
14(金) 21:20-21:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ
15(土) 10:40-11:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ
15(土) 17:50-18:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ
17(月) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	茂森愛里
18(火) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	茂森愛里
18(火) 12:30-13:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ
18(火) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ
19(水) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ
19(水) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ
20(木) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	茂森愛里
20(木) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ
20(木) 21:20-21:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ
21(金) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	茂森愛里
21(金) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ
22(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	茂森愛里
24(月) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ
24(月) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	茂森愛里
25(火) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	茂森愛里
25(火) 20:10-20:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ
26(水) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	茂森愛里
28(金) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	茂森愛里
28(金) 12:50-13:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ
28(金) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	宮永瑛里
29(土) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	茂森愛里
29(土) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ
29(土) 15:10-15:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	宮永瑛里
31(月) 12:20-12:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ
31(月) 18:20-18:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	前田つかさ

○ … 常溫レッスン ● … 体験レッスン予約可能	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】
10分 … 10分講座		● スケジュール、担当インストラクターは 予告なく変更の場合がございますので、 予めご了承ください。
10分 18:30-19:30 レッスン名 インストラクター名 10分講座	10分 21:00-22:00 レッスン名 インストラクター名 10分講座	● 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。 お時間にも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+

