

※2026年10月08日02:01 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。

※2026年10月08日02:01 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]

【マシンピラティス】

強度	レッスンの名	時間
2.5	◎ﾋﾞﾗLower+ Lower Body Make-up +	60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TotalBody Total Body	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗRefBody Refresh Body	30分
2.5	Rin-Ballet Rin-Ballet	30分
3	◎ﾋﾞﾗH&L+ Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞﾗBackStyle Beauty Back Style	30分
3	◎ﾋﾞﾗHipLine Make Hip Line	30分
3	◎ﾋﾞﾗPerBackBody Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower Boost Upper&Lower	45分
3	Ex45ﾋﾞﾗRefCore 【Extra45】Refresh Core	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	◎ﾋﾞﾗA+ Advance+	50分
4	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

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(木) 14:00-14:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	原千尋
1(木) 18:30-19:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	原千尋
2(金) 19:30-20:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山田梨花子
3(土) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木愛里
3(土) 15:00-15:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	原千尋
5(月) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	原千尋
5(月) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木愛里
6(火) 12:00-12:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山田梨花子
6(火) 18:30-19:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	原千尋
7(水) 19:30-20:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山田梨花子
8(木) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木愛里
8(木) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山田梨花子
8(木) 16:00-16:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木愛里
8(木) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山田梨花子
9(金) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木愛里
9(金) 19:30-20:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木愛里
10(土) 11:00-11:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木愛里
10(土) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山田梨花子
12(月) 11:00-11:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山田梨花子
12(月) 15:00-15:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山田梨花子
13(火) 14:30-15:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	原千尋
13(火) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木愛里
14(水) 16:30-17:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山田梨花子
14(水) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	原千尋
15(木) 15:00-15:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山田梨花子
15(木) 18:30-19:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木愛里
16(金) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木愛里
16(金) 17:30-18:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木愛里
17(土) 12:00-12:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山田梨花子
17(土) 15:30-16:00	3	Rintosull MIX Christmas 2026	山田梨花子
19(月) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木愛里
19(月) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山田梨花子
19(月) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木愛里
20(火) 12:30-13:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	原千尋
20(火) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木愛里
21(水) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木愛里
23(金) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	原千尋
23(金) 18:30-19:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	原千尋
24(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山田梨花子
24(土) 14:30-15:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山田梨花子
26(月) 11:00-11:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	原千尋
26(月) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山田梨花子
28(水) 12:00-12:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	原千尋
28(水) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山田梨花子
29(木) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	原千尋
29(木) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木愛里
31(土) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山田梨花子
31(土) 15:00-15:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木愛里

