

※2025年11月29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]

【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 RintosulIMIX 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

レッスンの日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(土) 07:50-08:35	1	見学会(2.45)	木下 郁
1(土) 10:30-11:15	1	見学会(2.45)	川端優花
1(土) 15:10-15:55	1	見学会(2.45)	西村花乃莉
3(月) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	高橋麻帆
3(月) 16:10-16:55	1	見学会(2.45)	高橋麻帆
4(火) 09:50-10:35	1	見学会(2.45)	高岡里杏
4(火) 12:30-13:15	1	見学会(2.45)	高橋麻帆
4(火) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	湯浅姫乃
5(水) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	川端優花
5(水) 12:30-13:15	1	見学会(2.45)	湯浅姫乃
5(水) 17:20-18:05	1	見学会(2.45)	西村花乃莉
6(木) 11:10-11:55	1	見学会(2.45)	西村花乃莉
6(木) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	湯浅姫乃
7(金) 10:10-10:55	1	見学会(2.45)	高橋麻帆
7(金) 17:20-18:05	1	見学会(2.45)	川端優花
8(土) 07:50-08:35	1	見学会(2.45)	久保田麻友
8(土) 10:10-10:55	1	見学会(2.45)	湯浅姫乃
8(土) 14:50-15:35	1	見学会(2.45)	高岡里杏
10(月) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	久保田麻友
10(月) 11:10-11:55	1	見学会(2.45)	高岡里杏
10(月) 17:20-18:05	1	見学会(2.45)	西村花乃莉
11(火) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	湯浅姫乃
11(火) 16:00-16:45	1	見学会(2.45)	川端優花
11(火) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	高橋麻帆
12(水) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	高岡里杏
12(水) 11:10-11:55	1	見学会(2.45)	西村花乃莉
12(水) 18:20-19:05	1	見学会(2.45)	高橋麻帆
13(木) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	高岡里杏
13(木) 11:10-11:55	1	見学会(2.45)	久保田麻友
13(木) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	高橋麻帆
14(金) 11:10-11:55	1	見学会(2.45)	西村花乃莉
14(金) 18:40-19:25	1	見学会(2.45)	湯浅姫乃
15(土) 07:50-08:35	1	見学会(2.45)	西村花乃莉
15(土) 12:30-13:15	1	見学会(2.45)	川端優花
17(月) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	川端優花
17(月) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	高岡里杏
18(火) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	高橋麻帆
18(火) 11:10-11:55	1	見学会(2.45)	川端優花
18(火) 17:20-18:05	1	見学会(2.45)	高岡里杏
19(水) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	西村花乃莉
19(水) 17:20-18:05	1	見学会(2.45)	湯浅姫乃
20(木) 11:10-11:55	1	見学会(2.45)	湯浅姫乃
20(木) 19:00-19:45	1	見学会(2.45)	西村花乃莉
21(金) 10:10-10:55	1	見学会(2.45)	湯浅姫乃
21(金) 17:40-18:25	1	見学会(2.45)	高岡里杏
22(土) 07:50-08:35	1	見学会(2.45)	川端優花
22(土) 13:30-14:15	1	見学会(2.45)	高橋麻帆
22(土) 15:50-16:35	1	見学会(2.45)	西村花乃莉
24(月) 07:50-08:35	1	見学会(2.45)	高岡里杏
24(月) 15:50-16:35	1	見学会(2.45)	久保田麻友
25(火) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	川端優花

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
25(火)	14:30-15:15	1 見学会(2.45)	湯浅姫乃
25(火)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	西村花乃莉
26(水)	09:50-10:35	1 見学会(2.45)	久保田麻友
26(水)	18:40-19:25	1 見学会(2.45)	湯浅姫乃
27(木)	08:50-09:35	1 見学会(2.45)	久保田麻友
27(木)	18:40-19:25	1 見学会(2.45)	西村花乃莉
28(金)	08:50-09:35	1 見学会(2.45)	木下郁
28(金)	11:30-12:15	1 見学会(2.45)	湯浅姫乃
28(金)	18:20-19:05	1 見学会(2.45)	高橋麻帆
29(土)	10:30-11:15	1 見学会(2.45)	川端優花
29(土)	14:10-14:55	1 見学会(2.45)	湯浅姫乃

… 常溫レッスン

… 体験レッスン予約可能

105分

… 10分講座

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


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。




【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+

