

※2025年07月26日02:04 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07月26日02:04 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	レッスンの名	時間
2.5	◎ﾋﾞｰLower+ Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞｰUpper+ Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞｰB+ Basic+	50分
2.5	◎ﾋﾞｰTotalBody Total Body	30分
2.5	◎ﾋﾞｰStretchC Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ﾋﾞｰRefBody Refresh Body	30分
2.5	◎ﾋﾞｰChestSR Chest Spine Release	30分
3	◎ﾋﾞｰH&L+ Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞｰBackStyle Beauty Back Style	30分
3	◎ﾋﾞｰHipLine Make Hip Line	30分
3	◎ﾋﾞｰPerBackBody Perfect Back Body	30分
3	SP RintosullMIX Summer2025	30分
3.5	◎ﾋﾞｰWaist+ Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞｰJumpM Jump Movement+	50分
3.5	◎ﾋﾞｰB&A+ Back&Arms+	50分
3.5	◎ﾋﾞｰCore Shape up Core	30分
3.5	◎ﾋﾞｰControlF Control Flow	30分
4	◎ﾋﾞｰ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	レッスンの名	担当インストラクター
1(火) 10:30-11:15	1	見学会(2.45)	山本美結
1(火) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	山本美結
1(火) 14:30-15:15	1	見学会(2.45)	山本美結
1(火) 17:40-18:25	1	見学会(2.45)	山本美結
1(火) 19:10-19:55	1	見学会(2.45)	山本美結
2(水) 10:30-11:15	1	見学会(2.45)	山本美結
2(水) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	山本美結
2(水) 14:30-15:15	1	見学会(2.45)	山本美結
2(水) 17:40-18:25	1	見学会(2.45)	山本美結
2(水) 19:10-19:55	1	見学会(2.45)	山本美結
3(木) 09:00-09:45	1	見学会(2.45)	山本美結
3(木) 10:30-11:15	1	見学会(2.45)	山本美結
3(木) 13:30-14:15	1	見学会(2.45)	山本美結
3(木) 15:00-15:45	1	見学会(2.45)	山本美結
3(木) 19:00-19:45	1	見学会(2.45)	北村ひな
3(木) 21:00-21:45	1	見学会(2.45)	平井桃季
4(金) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	山本美結
4(金) 11:00-11:45	1	見学会(2.45)	山本美結
4(金) 14:00-14:45	1	見学会(2.45)	井上実季
4(金) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	山本美結
5(土) 08:30-09:15	1	見学会(2.45)	山本美結
5(土) 10:00-10:45	1	見学会(2.45)	山本美結
5(土) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	岩永遥
5(土) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	山本美結
5(土) 14:30-15:15	1	見学会(2.45)	山本美結
5(土) 16:00-16:45	1	見学会(2.45)	北村ひな
7(月) 10:00-10:45	1	見学会(2.45)	平井桃季
7(月) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	岩井萌恵
7(月) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	山本美結
7(月) 14:30-15:15	1	見学会(2.45)	栗原優里
7(月) 17:40-18:25	1	見学会(2.45)	山本美結
7(月) 19:10-19:55	1	見学会(2.45)	山本美結
7(月) 20:40-21:25	1	見学会(2.45)	山本美結
8(火) 10:00-10:45	1	見学会(2.45)	平井桃季
8(火) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	山本美結
8(火) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	山本美結
8(火) 14:30-15:15	1	見学会(2.45)	山本美結
8(火) 17:30-18:15	1	見学会(2.45)	岩永遥
8(火) 19:00-19:45	1	見学会(2.45)	山本美結
8(火) 20:30-21:15	1	見学会(2.45)	山本美結
9(水) 08:40-09:25	1	見学会(2.45)	平井桃季
9(水) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	平井桃季
9(水) 18:40-19:25	1	見学会(2.45)	山本美結
9(水) 20:10-20:55	1	見学会(2.45)	山本美結
10(木) 08:40-09:25	1	見学会(2.45)	平井桃季
10(木) 10:10-10:55	1	見学会(2.45)	北村ひな
10(木) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	平井桃季
10(木) 14:00-14:45	1	見学会(2.45)	山本美結
10(木) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	岩永遥
10(木) 18:00-18:45	1	見学会(2.45)	山本美結
10(木) 19:30-20:15	1	見学会(2.45)	山本美結

レッスンの日時	強度	レッスンの名	担当インストラクター
10(木) 21:00-21:45	1	見学会(2.45)	山本美結
11(金) 13:40-14:25	1	見学会(2.45)	栗原優里
11(金) 15:20-16:05	1	見学会(2.45)	平井桃季
11(金) 17:30-18:15	1	見学会(2.45)	北村ひな
11(金) 19:00-19:45	1	見学会(2.45)	岩永遥
11(金) 20:30-21:15	1	見学会(2.45)	岩永遥
12(土) 08:30-09:15	1	見学会(2.45)	山本美結
12(土) 10:00-10:45	1	見学会(2.45)	山本美結
12(土) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	北村ひな
12(土) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	山本美結
12(土) 14:30-15:15	1	見学会(2.45)	山本美結
14(月) 08:40-09:25	1	見学会(2.45)	山本美結
14(月) 10:10-10:55	1	見学会(2.45)	山本美結
14(月) 12:30-13:15	1	見学会(2.45)	山本美結
14(月) 14:00-14:45	1	見学会(2.45)	山本美結
14(月) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	山本美結
14(月) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	平井桃季
14(月) 21:00-21:45	1	見学会(2.45)	井上実季
15(火) 09:00-09:45	1	見学会(2.45)	山本美結
15(火) 10:30-11:15	1	見学会(2.45)	山本美結
15(火) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	山本美結
15(火) 14:30-15:15	1	見学会(2.45)	岩永遥
15(火) 18:00-18:45	1	見学会(2.45)	平井桃季
15(火) 21:00-21:45	1	見学会(2.45)	北村ひな
16(水) 09:00-09:45	1	見学会(2.45)	栗原優里
16(水) 10:30-11:15	1	見学会(2.45)	米倉薫
16(水) 13:30-14:15	1	見学会(2.45)	北村ひな
16(水) 15:00-15:45	1	見学会(2.45)	岩永遥
16(水) 18:40-19:25	1	見学会(2.45)	山本美結
16(水) 20:10-20:55	1	見学会(2.45)	山本美結
17(木) 09:00-09:45	1	見学会(2.45)	米倉薫
17(木) 14:00-14:45	1	見学会(2.45)	北村ひな
17(木) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	平井桃季
17(木) 18:00-18:45	1	見学会(2.45)	米倉薫
17(木) 21:00-21:45	1	見学会(2.45)	平井桃季
18(金) 09:00-09:45	1	見学会(2.45)	山本美結
18(金) 10:30-11:15	1	見学会(2.45)	山本美結
18(金) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	山本美結
18(金) 14:30-15:15	1	見学会(2.45)	栗原優里
18(金) 18:00-18:45	1	見学会(2.45)	岩井萌恵
18(金) 19:30-20:15	1	見学会(2.45)	米倉薫
18(金) 21:00-21:45	1	見学会(2.45)	井上実季
19(土) 08:00-08:45	1	見学会(2.45)	山本美結
19(土) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	山本美結
19(土) 11:00-11:45	1	見学会(2.45)	栗原優里
19(土) 12:30-13:15	1	見学会(2.45)	平井桃季
19(土) 14:00-14:45	1	見学会(2.45)	栗原優里
19(土) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	岩永遥
19(土) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	岩井萌恵
21(月) 08:40-09:25	1	見学会(2.45)	北村ひな
21(月) 10:10-10:55	1	見学会(2.45)	岩永遥

	レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
21(月)	11:40-12:25	1	見学会(2.45)	平井桃季
21(月)	13:10-13:55	1	見学会(2.45)	井上実季
21(月)	14:40-15:25	1	見学会(2.45)	米倉薫
22(火)	09:30-10:15	1	見学会(2.45)	山本美結
22(火)	11:00-11:45	1	見学会(2.45)	山本美結
22(火)	12:30-13:15	1	見学会(2.45)	山本美結
22(火)	14:30-15:15	1	見学会(2.45)	岩永遥
22(火)	17:30-18:15	1	見学会(2.45)	山本美結
22(火)	19:00-19:45	1	見学会(2.45)	山本美結
22(火)	20:30-21:15	1	見学会(2.45)	山本美結
23(水)	10:10-10:55	1	見学会(2.45)	
23(水)	18:20-19:05	1	見学会(2.45)	
23(水)	20:00-20:45	1	見学会(2.45)	
24(木)	09:00-09:45	1	見学会(2.45)	
24(木)	10:30-11:15	1	見学会(2.45)	
24(木)	12:00-12:45	1	見学会(2.45)	
24(木)	13:30-14:15	1	見学会(2.45)	
24(木)	21:00-21:45	1	見学会(2.45)	
25(金)	09:00-09:45	1	見学会(2.45)	
25(金)	10:30-11:15	1	見学会(2.45)	
25(金)	13:00-13:45	1	見学会(2.45)	
25(金)	14:30-15:15	1	見学会(2.45)	
26(土)	09:30-10:15	1	見学会(2.45)	
26(土)	11:00-11:45	1	見学会(2.45)	
26(土)	12:30-13:15	1	見学会(2.45)	
26(土)	14:00-14:45	1	見学会(2.45)	
26(土)	15:30-16:15	1	見学会(2.45)	
26(土)	17:00-17:45	1	見学会(2.45)	
28(月)	08:40-09:25	1	見学会(2.45)	
28(月)	10:10-10:55	1	見学会(2.45)	
28(月)	12:30-13:15	1	見学会(2.45)	
28(月)	15:30-16:15	1	見学会(2.45)	
28(月)	17:00-17:45	1	見学会(2.45)	
28(月)	18:30-19:15	1	見学会(2.45)	
28(月)	21:00-21:45	1	見学会(2.45)	
29(火)	09:30-10:15	1	見学会(2.45)	
29(火)	11:00-11:45	1	見学会(2.45)	
29(火)	12:30-13:15	1	見学会(2.45)	
29(火)	14:30-15:15	1	見学会(2.45)	
29(火)	16:00-16:45	1	見学会(2.45)	
29(火)	20:30-21:15	1	見学会(2.45)	
30(水)	09:00-09:45	1	見学会(2.45)	
30(水)	10:30-11:15	1	見学会(2.45)	
30(水)	13:00-13:45	1	見学会(2.45)	
30(水)	14:30-15:15	1	見学会(2.45)	
30(水)	18:00-18:45	1	見学会(2.45)	
30(水)	19:30-20:15	1	見学会(2.45)	
30(水)	21:00-21:45	1	見学会(2.45)	
31(木)	09:30-10:15	1	見学会(2.45)	
31(木)	11:30-12:15	1	見学会(2.45)	
31(木)	14:00-14:45	1	見学会(2.45)	

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
31(木)	15:30-16:15	1 見学会(2.45)	
31(木)	18:30-19:15	1 見学会(2.45)	
31(木)	20:00-20:45	1 見学会(2.45)	

○ … 常溫レッスン
● … 体験レッスン予約可能
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)
10分

【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+





