

※2026年08月23日02:08 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08月23日02:08 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]

14日(月)		15日(火)		16日(水)		17日(木)	18日(金)		19日(土)		20日(日)	21日(月)		22日(火)		23日(水)	24日(木)		25日(金)		26日(土)		27日(日)			
Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	-	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	-	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	-	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	-			
						臨時休業					定休日					定休日							定休日			

[illegible]

【マシンピラティス】

強度	レッスン名		時間
2.5	◎ヒューLower+	Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎ヒューUpper+	Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ヒューB+	Basic+	50分
2.5	◎ヒューTotalBody	Total Body	30分
2.5	◎ヒューStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ヒューRefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ヒューChestSR	Chest Spine Release	30分
2.5	Ex45ヒューChestSR	[Extra45]Chest Spine Release	45分
2.5	Ex45ヒューBallet	[Extra45]Rin-Ballet	45分
3	◎ヒューH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ヒューBackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎ヒューHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ヒューRefCore	Refresh Core	30分
3	◎ヒューPerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3.5	◎ヒューWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ヒューJumpM	Jump Movement+	50分
3.5	◎ヒューB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ヒューCore	Shape up Core	30分
3.5	◎ヒューControlF	Control Flow	30分
4	◎ヒューA+	Advance+	50分
4	Power Waist Shape	Power Waist Shape	45分
4	Ex45ヒューCardio	[Extra45]Cardio Reform Blast	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	人数	レッスン名	担当インストラクター
16(水) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吉井結美
16(水) 21:20-21:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	東條真佳
18(金) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	東條真佳
18(金) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林優
19(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西田香織
19(土) 15:00-15:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林優
21(月) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林優
21(月) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吉井結美
22(火) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	東條真佳
22(火) 14:40-15:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吉井結美
24(木) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吉井結美
24(木) 20:20-20:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	東條真佳
25(金) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林優
25(金) 18:00-18:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吉井結美
26(土) 09:20-09:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林優
26(土) 16:00-16:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	東條真佳
28(月) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西田香織
28(月) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林優
29(火) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	東條真佳
29(火) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西田香織
30(水) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	東條真佳
30(水) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林優

○ 常通レッスン
● 体験レッスン予約可能

10分 10分講座

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の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も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。

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


Rintosull

【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+
				