

※2026年08月26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]

[illegible]

【マシンピラティス】

強度	レッスン名		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
2.5	Rin-Ballet	Rin-Ballet	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RefCore	Refresh Core	30分
3	◎ﾋﾞｰPerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3	Ex45ﾋﾞｰRefCore	[Extra45]Refresh Core	45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
3.5	Strong Back&Arms	Strong Back&Arms	45分
4	◎ﾋﾞｰA+	Advance+	50分
4	Cardio Reform Blast	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	曜日	レッスン名	担当インストラクター
16(水)	11:40-12:10	3 Rintosull MIX Halloween 2026	長船あおい
16(水)	18:40-19:10	3 Rintosull MIX Halloween 2026	長船あおい
17(木)	09:00-09:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	加藤希空
17(木)	17:20-17:50	3 Rintosull MIX Halloween 2026	加藤希空
18(金)	11:40-12:10	3 Rintosull MIX Halloween 2026	樋口奈々
18(金)	21:20-21:50	3 Rintosull MIX Halloween 2026	加藤希空
19(土)	09:00-09:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	長船あおい
19(土)	13:40-14:10	3 Rintosull MIX Halloween 2026	加藤希空
21(月)	11:40-12:10	3 Rintosull MIX Halloween 2026	樋口奈々
21(月)	16:20-16:50	3 Rintosull MIX Halloween 2026	加藤希空
22(火)	09:10-09:40	3 Rintosull MIX Halloween 2026	長船あおい
22(火)	17:30-18:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	加藤希空
23(水)	10:40-11:10	3 Rintosull MIX Halloween 2026	長船あおい
23(水)	15:20-15:50	3 Rintosull MIX Halloween 2026	長船あおい
25(金)	11:40-12:10	3 Rintosull MIX Halloween 2026	樋口奈々
25(金)	18:40-19:10	3 Rintosull MIX Halloween 2026	長船あおい
26(土)	08:00-08:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	加藤希空
26(土)	15:50-16:20	3 Rintosull MIX Halloween 2026	長船あおい
28(月)	09:00-09:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	樋口奈々
28(月)	12:20-12:50	3 Rintosull MIX Halloween 2026	加藤希空
29(火)	11:20-11:50	3 Rintosull MIX Halloween 2026	樋口奈々
29(火)	17:40-18:10	3 Rintosull MIX Halloween 2026	加藤希空
30(水)	11:40-12:10	3 Rintosull MIX Halloween 2026	樋口奈々
30(水)	20:20-20:50	3 Rintosull MIX Halloween 2026	長船あおい

○ … 常温レッスン
 ● … 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。

© 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+

