

※2026年10月07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。

※2026年10月07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]

強度	レッスンの名	時間
2.5	◎ﾋﾞﾗLower+ Lower Body Make-up +	50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
2.5	Ex45CﾗStretchC [Extra45]Stretch&Conditioning	45分
2.5	Ex45CﾗChestSR [Extra45]Chest Spine Release	45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RefCore Refresh Core	30分
3	◎ﾋﾞﾗPerBackBody Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic Power Basic	45分
3	Ex45CﾗBackStyle [Extra45]Beauty Back Style	45分
3	Ex45CﾗPerBackBody [Extra45]Perfect Back Body	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	◎ﾋﾞﾗControlF Control Flow	30分
3.5	Strong Hip&Legs Strong Hip&Legs	45分
4	◎ﾋﾞﾗA+ Advance+	50分
4	Cardio Reform Blast Cardio Reform Blast	30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) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	道廣祐衣
1(木) 15:20-15:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡田瑠生
1(木) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鶴谷夏海
2(金) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	道廣祐衣
2(金) 21:20-21:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	道廣祐衣
3(土) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村奈菜
3(土) 15:30-16:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村奈菜
5(月) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村奈菜
5(月) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡田瑠生
6(火) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡田瑠生
6(火) 20:20-20:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	道廣祐衣
7(水) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡田瑠生
7(水) 14:00-14:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡田瑠生
8(木) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村奈菜
8(木) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村奈菜
9(金) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	道廣祐衣
9(金) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林留佳
10(土) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡田瑠生
12(月) 09:20-09:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	道廣祐衣
12(月) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	道廣祐衣
12(月) 18:00-18:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡田瑠生
13(火) 15:20-15:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	道廣祐衣
14(水) 18:00-18:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	道廣祐衣
14(水) 21:20-21:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	道廣祐衣
15(木) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡田瑠生
15(木) 15:20-15:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡田瑠生
16(金) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡田瑠生
16(金) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	道廣祐衣
17(土) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	道廣祐衣
17(土) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	道廣祐衣
19(月) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡田瑠生
19(月) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	道廣祐衣
20(火) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鶴谷夏海
20(火) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	道廣祐衣
20(火) 16:40-17:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	道廣祐衣
21(水) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鶴谷夏海
21(水) 18:00-18:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡田瑠生
23(金) 21:20-21:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡田瑠生
24(土) 12:00-12:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	道廣祐衣
26(月) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鶴谷夏海
26(月) 16:40-17:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡田瑠生
26(月) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	道廣祐衣
27(火) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	道廣祐衣
28(水) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鶴谷夏海
28(水) 12:30-13:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	道廣祐衣
29(木) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村奈菜
29(木) 14:00-14:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鶴谷夏海
29(木) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鶴谷夏海
30(金) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Christmas 2026	岡田瑠生
30(金) 18:00-18:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡田瑠生
31(土) 14:20-14:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡田瑠生

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
31(土) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡田瑠生

○ … 常週レッスン
● … 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。

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



【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+

