

2026年10月レッスンスケジュール Rintosull 水戸エクセルみなみ店(全スタジオ:女性専用)

※2026年10月13日02:03 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。

	1日(木)	2日(金)	3日(土)	4日(日)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)	11日(日)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)	18日(日)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)				
	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	-	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	-	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	-	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	-	Aスタジオ	Aスタジオ				
				定休日							定休日							定休日				臨時休業						

[illegible]

【マシンビラディス】

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StretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗRefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗChestSR	Chest Spine Release	30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
3.5	◎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ControlF	Control Flow	30分
3.5	Strong Hip&Legs	Strong Hip&Legs	45分
3.5	Strong Back&Arms	Strong Back&Arms	45分
4	◎ﾋﾞﾗA+	Advance+	50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	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(木) 12:50-13:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	菊池優希
1(木) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	軽部ゆい
2(金) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	矢野愛奈
2(金) 20:50-21:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	軽部ゆい
3(土) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	矢野愛奈
3(土) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	矢野愛奈
5(月) 12:50-13:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	菊池優希
5(月) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川原井愛心
6(火) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	矢野愛奈
6(火) 18:50-19:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	軽部ゆい
7(水) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	矢野愛奈
7(水) 20:50-21:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川原井愛心
8(木) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	矢野愛奈
8(木) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	矢野愛奈
9(金) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	菊池優希
9(金) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	軽部ゆい
10(土) 14:00-14:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	軽部ゆい
10(土) 15:10-15:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	軽部ゆい
12(月) 14:00-14:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	矢野愛奈
12(月) 16:00-16:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	軽部ゆい
13(火) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	矢野愛奈
13(火) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川原井愛心
14(水) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	菊池優希
14(水) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	矢野愛奈
15(木) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	軽部ゆい
15(木) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川原井愛心
16(金) 12:30-13:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川原井愛心
16(金) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	矢野愛奈
17(土) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	軽部ゆい
17(土) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	菊池優希
19(月) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川原井愛心
19(月) 21:10-21:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	菊池優希
20(火) 12:30-13:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	矢野愛奈
20(火) 17:30-18:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	軽部ゆい
21(水) 13:40-14:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	菊池優希
21(水) 20:50-21:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	矢野愛奈
23(金) 12:30-13:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川原井愛心
23(金) 19:40-20:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川原井愛心
24(土) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	矢野愛奈
24(土) 18:20-18:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川原井愛心
26(月) 12:50-13:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	軽部ゆい
26(月) 20:50-21:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	矢野愛奈
27(火) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	矢野愛奈
27(火) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	軽部ゆい
28(水) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川原井愛心
28(水) 21:10-21:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	軽部ゆい
29(木) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	菊池優希
29(木) 19:40-20:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	矢野愛奈
30(金) 12:30-13:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	矢野愛奈
30(金) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川原井愛心
31(土) 14:00-14:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	軽部ゆい

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) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川原井愛心

○ … 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+

