

※2026年07月15日02:15 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
2.5	Rin-Ballet	Rin-Ballet	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HipLine	Make Hip Line	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	Ex45ﾗﾗRefCore	[Extra45]Refresh Core	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
3.5	Strong Back&Arms	Strong Back&Arms	45分
4	◎ﾋﾞﾗ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	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(土) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	金田愛里
1(土) 14:20-14:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	山田芽映
3(月) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩切麻実
3(月) 18:10-18:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	山田芽映
4(火) 10:40-11:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	金田愛里
4(火) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山田芽映
5(水) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩切麻実
5(水) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	末竹さくら
6(木) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	金田愛里
6(木) 20:10-20:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩切麻実
7(金) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩切麻実
7(金) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山田芽映
8(土) 11:30-12:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	山田芽映
8(土) 14:20-14:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	山田芽映
10(月) 10:40-11:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	末竹さくら
10(月) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩切麻実
11(火) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	末竹さくら
11(火) 12:00-12:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩切麻実
11(火) 15:10-15:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	金田愛里
12(水) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩切麻実
12(水) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩切麻実
13(木) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	金田愛里
13(木) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	末竹さくら
17(月) 16:30-17:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩切麻実
17(月) 18:10-18:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	金田愛里
18(火) 11:30-12:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	山田芽映
18(火) 15:50-16:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩切麻実
19(水) 10:40-11:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	末竹さくら
19(水) 20:10-20:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	金田愛里
20(木) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩切麻実
21(金) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	金田愛里
21(金) 20:10-20:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	末竹さくら
22(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	金田愛里
22(土) 16:00-16:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山田芽映
24(月) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	山田芽映
24(月) 20:10-20:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	金田愛里
25(火) 10:40-11:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩切麻実
25(火) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	金田愛里
26(水) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩切麻実
26(水) 17:50-18:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	金田愛里
28(金) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	金田愛里
28(金) 19:20-19:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	山田芽映
29(土) 10:00-10:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩切麻実
29(土) 12:50-13:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	山田芽映
31(月) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	金田愛里
31(月) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山田芽映

