

※2025年11月29日02:00 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]



[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
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	SP	RintosulMIX Christmas2025	30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
4	◎ﾋﾞﾗA+	Advance+	50分

【SP:特別レッスン】

👑=トップインストラクター

レッスンの日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(土) 10:50-11:35	1	見学会(2.45)	富永純伶
1(土) 14:00-14:45	1	見学会(2.45)	片桐日菜子
1(土) 16:30-17:15	1	見学会(2.45)	三塩瑠海
3(月) 08:00-08:45	1	見学会(2.45)	石井帆乃果
3(月) 11:20-12:05	1	見学会(2.45)	益原千尋
3(月) 14:00-14:45	1	見学会(2.45)	富永純伶
4(火) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	福島聖月
4(火) 17:40-18:25	1	見学会(2.45)	三塩瑠海
5(水) 10:50-11:35	1	見学会(2.45)	富永純伶
5(水) 13:10-13:55	1	見学会(2.45)	南真紀
5(水) 15:10-15:55	1	見学会(2.45)	福島聖月
5(水) 18:20-19:05	1	見学会(2.45)	片桐日菜子
6(木) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	南真紀
6(木) 13:10-13:55	1	見学会(2.45)	三塩瑠海
6(木) 17:20-18:05	1	見学会(2.45)	富永純伶
7(金) 12:10-12:55	1	見学会(2.45)	南真紀
7(金) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	三塩瑠海
8(土) 11:00-11:45	1	見学会(2.45)	南真紀
8(土) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	三塩瑠海
10(月) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	益原千尋
10(月) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	三塩瑠海
10(月) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	石井帆乃果
11(火) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	南真紀
11(火) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	片桐日菜子
11(火) 17:50-18:35	1	見学会(2.45)	益原千尋
12(水) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	石井帆乃果
12(水) 13:30-14:15	1	見学会(2.45)	三塩瑠海
12(水) 16:30-17:15	1	見学会(2.45)	片桐日菜子
13(木) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	福島聖月
13(木) 13:30-14:15	1	見学会(2.45)	益原千尋
13(木) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	富永純伶
14(金) 12:40-13:25	1	見学会(2.45)	南真紀
14(金) 15:00-15:45	1	見学会(2.45)	福島聖月
14(金) 18:10-18:55	1	見学会(2.45)	片桐日菜子
15(土) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	石井帆乃果
15(土) 10:50-11:35	1	見学会(2.45)	福島聖月
15(土) 14:00-14:45	1	見学会(2.45)	片桐日菜子
17(月) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	三塩瑠海
17(月) 14:30-15:15	1	見学会(2.45)	富永純伶
17(月) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	福島聖月
18(火) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	南真紀
18(火) 11:50-12:35	1	見学会(2.45)	片桐日菜子
18(火) 17:30-18:15	1	見学会(2.45)	石井帆乃果
18(火) 20:00-20:45	1	見学会(2.45)	富永純伶
19(水) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	片桐日菜子
19(水) 14:10-14:55	1	見学会(2.45)	南真紀
19(水) 19:00-19:45	1	見学会(2.45)	南真紀
20(木) 12:50-13:35	1	見学会(2.45)	福島聖月
20(木) 15:00-15:45	1	見学会(2.45)	片桐日菜子
20(木) 18:40-19:25	1	見学会(2.45)	福島聖月
21(金) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	富永純伶



	レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
21(金)	11:30-12:15	1	見学会(2.45)	石井帆乃果
21(金)	17:00-17:45	1	見学会(2.45)	片桐日菜子
21(金)	20:00-20:45	1	見学会(2.45)	三塩瑠海
22(土)	08:50-09:35	1	見学会(2.45)	石井帆乃果
22(土)	11:00-11:45	1	見学会(2.45)	福島聖月
22(土)	14:00-14:45	1	見学会(2.45)	南真紀
22(土)	16:00-16:45	1	見学会(2.45)	池田理子
24(月)	08:00-08:45	1	見学会(2.45)	三塩瑠海
24(月)	14:00-14:45	1	見学会(2.45)	片桐日菜子
25(火)	13:50-14:35	1	見学会(2.45)	三塩瑠海
25(火)	17:00-17:45	1	見学会(2.45)	三塩瑠海
25(火)	19:00-19:45	1	見学会(2.45)	南真紀
26(水)	11:30-12:15	1	見学会(2.45)	福島聖月
26(水)	14:00-14:45	1	見学会(2.45)	石井帆乃果
26(水)	18:00-18:45	1	見学会(2.45)	南真紀
27(木)	12:30-13:15	1	見学会(2.45)	南真紀
27(木)	14:50-15:35	1	見学会(2.45)	片桐日菜子
27(木)	18:20-19:05	1	見学会(2.45)	三塩瑠海
28(金)	12:10-12:55	1	見学会(2.45)	片桐日菜子
28(金)	16:00-16:45	1	見学会(2.45)	福島聖月
28(金)	18:00-18:45	1	見学会(2.45)	富永純怜
29(土)	10:00-10:45	1	見学会(2.45)	福島聖月
29(土)	12:40-13:25	1	見学会(2.45)	片桐日菜子

○

… 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)

レッスン前  
10分講座

10分

18:30-19:30  
レッスン名  
インストラクター名

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

【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+