

[illegible]

[illegible]

【マシンビリティス】			
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	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core	Shape up Core	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(木) 11:20-11:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	佐藤優菜
1(木) 21:30-22:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	佐藤優菜
2(金) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	谷部友莉耶
2(金) 18:50-19:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	谷部友莉耶
3(土) 09:20-09:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	藤井星名
3(土) 14:10-14:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	藤井星名
5(月) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	成田真生
5(月) 20:10-20:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	藤井星名
6(火) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	佐藤優菜
6(火) 16:50-17:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	谷部友莉耶
6(火) 20:10-20:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	藤井星名
7(水) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	成田真生
8(木) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	藤井星名
8(木) 20:30-21:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	佐藤優菜
9(金) 11:20-11:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	富岡美帆
9(金) 21:30-22:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	成田真生
10(土) 10:40-11:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	谷部友莉耶
10(土) 18:30-19:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山田悠
12(月) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	藤井星名
12(月) 14:20-14:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	成田真生
13(火) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	藤井星名
13(火) 16:50-17:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	藤井星名
14(水) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	佐藤優菜
14(水) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	成田真生
15(木) 18:50-19:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	富岡美帆
16(金) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	成田真生
16(金) 16:30-17:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	谷部友莉耶
16(金) 20:10-20:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	富岡美帆
17(土) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	成田真生
17(土) 18:30-19:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	藤井星名
19(月) 11:20-11:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	佐藤優菜
19(月) 18:50-19:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	藤井星名
20(火) 11:20-11:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	佐藤優菜
20(火) 19:10-19:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	成田真生
22(木) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	谷部友莉耶
22(木) 17:50-18:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	富岡美帆
23(金) 11:20-11:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	藤井星名
23(金) 17:50-18:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	藤井星名
24(土) 09:50-10:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	谷部友莉耶
24(土) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	成田真生
26(月) 12:20-12:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	谷部友莉耶
26(月) 18:50-19:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	佐藤優菜
27(火) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	成田真生
27(火) 20:10-20:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	佐藤優菜
28(水) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	藤井星名
28(水) 18:50-19:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	佐藤優菜
29(木) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	成田真生
29(木) 21:30-22:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	藤井星名
30(金) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	佐藤優菜
30(金) 20:30-21:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	富岡美帆
31(土) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	佐藤優菜

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)	18:30-19:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	山田悠

○

… 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

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

【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。



【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+

