

※2026年10月13日02:04 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13日02:04 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	レッスンの名		時間
2.5	◎ﾋﾞｰLower+	Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞｰUpper+	Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞｰB+	Basic+	50分
2.5	◎ﾋﾞｰStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ﾋﾞｰChestSR	Chest Spine Release	30分
2.5	Rin-Ballet	Rin-Ballet	30分
2.5	Ex45ﾋﾞｰBallet	[Extra45]Rin-Ballet	45分
3	◎ﾋﾞｰH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞｰHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ﾋﾞｰRefCore	Refresh Core	30分
3	◎ﾋﾞｰPerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3	Ex45ﾋﾞｰRefBody	[Extra45]Refresh Body	45分
3	Ex45ﾋﾞｰBackStyle	[Extra45]Beauty Back Style	45分
3.5	◎ﾋﾞｰWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞｰB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ﾋﾞｰcore	Shape up Core	30分
4	◎ﾋﾞｰA+	Advance+	50分
4	Cardio Reform Blast	Cardio Reform Blast	30分
4	Power Waist Shape	Power Waist Shape	45分
4	Ex45ﾋﾞｰCardio	[Extra45]Cardio Reform Blast	45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(木) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
1(木) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
2(金) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水桃湖
2(金) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水桃湖
3(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
3(土) 11:20-11:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
3(土) 18:00-18:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水桃湖
5(月) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
5(月) 16:00-16:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
6(火) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水桃湖
7(水) 11:20-11:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高野未来
7(水) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水桃湖
8(木) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水桃湖
8(木) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水桃湖
9(金) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
9(金) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水桃湖
10(土) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
10(土) 15:30-16:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
12(月) 10:40-11:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
12(月) 18:00-18:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
13(火) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水桃湖
13(火) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水桃湖
14(水) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
14(水) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水桃湖
15(木) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
15(木) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水桃湖
16(金) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水桃湖
16(金) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水桃湖
17(土) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
17(土) 18:00-18:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
19(月) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
19(月) 18:20-18:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
20(火) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
20(火) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
21(水) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
21(水) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水桃湖
23(金) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水桃湖
23(金) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
24(土) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
24(土) 14:40-15:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水桃湖
24(土) 18:00-18:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
26(月) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
26(月) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
27(火) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水桃湖
28(水) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
28(水) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水桃湖
29(木) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
29(木) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高坂さくら
30(金) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高野未来
30(金) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水桃湖
31(土) 10:40-11:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高野未来

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) 14:40-15:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水桃湖

○ … 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+