

※2026年07月15日02:06 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(土)		2日(日)		3日(月)		4日(火)		5日(水)		6日(木)		7日(金)		8日(土)		9日(日)		10日(月)		11日(火)		12日(水)		13日(木)		14日(金)		15日(土)		16日(日)		17日(月)		18日(火)		19日(水)		20日(木)		21日(金)		22日(土)		23日(日)		24日(月)					
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							

[illegible]

【マシンピラティス】

強度	レッスン名		時間
2.5	◎️㇏㇏Lower+	Lower Body Make-up+	50分
2.5	◎️㇏㇏Upper+	Upper Body Make-up+	50分
2.5	◎️㇏㇏B+	Basic+	50分
2.5	◎️㇏㇏TotalBody	Total Body	30分
2.5	◎️㇏㇏StretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎️㇏㇏RefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎️㇏㇏ChestSR	Chest Spine Release	30分
2.5	Rin-Ballet	Rin-Ballet	30分
3	◎️㇏㇏BackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎️㇏㇏HipLine	Make Hip Line	30分
3	◎️㇏㇏RefCore	Refresh Core	30分
3	◎️㇏㇏PerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3	Ex45㇏㇏RefCore	【Extra45】Refresh Core	45分
3.5	◎️㇏㇏Waist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎️㇏㇏JumpM	Jump Movement+	50分
3.5	◎️㇏㇏core	Shape up Core	30分
3.5	◎️㇏㇏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	◎️㇏㇏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

レッスンの日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(土) 08:00-08:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	並木麻美
1(土) 14:00-14:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	河上麻美
3(月) 13:05-13:35	3	Rintosul MIX Summer 2026	並木麻美
3(月) 20:00-20:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	入江侑里香
4(火) 10:30-11:00	3	Rintosul MIX Summer 2026	河上麻美
4(火) 21:20-21:50	3	Rintosul MIX Summer 2026	坪久田菜菜子
5(水) 09:30-10:00	3	Rintosul MIX Summer 2026	河上麻美
5(水) 12:30-13:00	3	Rintosul MIX Summer 2026	並木麻美
6(木) 10:50-11:20	3	Rintosul MIX Summer 2026	並木麻美
6(木) 14:20-14:50	3	Rintosul MIX Summer 2026	坪久田菜菜子
7(金) 10:45-11:15	3	Rintosul MIX Summer 2026	河上麻美
7(金) 20:00-20:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	有吉彩乃
8(土) 08:00-08:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	並木麻美
8(土) 17:30-18:00	3	Rintosul MIX Summer 2026	有吉彩乃
10(月) 11:30-12:00	3	Rintosul MIX Summer 2026	木原あみ
10(月) 15:50-16:20	3	Rintosul MIX Summer 2026	並木麻美
14(金) 18:20-18:50	3	Rintosul MIX Summer 2026	並木麻美
14(金) 21:20-21:50	3	Rintosul MIX Summer 2026	有吉彩乃
15(土) 10:40-11:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	並木麻美
15(土) 13:10-13:40	3	Rintosul MIX Summer 2026	有吉彩乃
17(月) 10:50-11:20	3	Rintosul MIX Summer 2026	坪久田菜菜子
17(月) 14:10-14:40	3	Rintosul MIX Summer 2026	入江侑里香
18(火) 19:20-19:50	3	Rintosul MIX Summer 2026	木原あみ
18(火) 21:20-21:50	3	Rintosul MIX Summer 2026	入江侑里香
19(水) 09:30-10:00	3	Rintosul MIX Summer 2026	河上麻美
19(水) 20:00-20:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	並木麻美
20(木) 12:30-13:00	3	Rintosul MIX Summer 2026	有吉彩乃
20(木) 21:20-21:50	3	Rintosul MIX Summer 2026	河上麻美
21(金) 09:30-10:00	3	Rintosul MIX Summer 2026	坪久田菜菜子
21(金) 18:00-18:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	河上麻美
22(土) 15:30-16:00	3	Rintosul MIX Summer 2026	入江侑里香
22(土) 17:30-18:00	3	Rintosul MIX Summer 2026	並木麻美
24(月) 10:30-11:00	3	Rintosul MIX Summer 2026	並木麻美
24(月) 21:20-21:50	3	Rintosul MIX Summer 2026	木原あみ
25(火) 13:45-14:15	3	Rintosul MIX Summer 2026	坪久田菜菜子
25(火) 20:05-20:35	3	Rintosul MIX Summer 2026	入江侑里香
27(木) 11:50-12:20	3	Rintosul MIX Summer 2026	入江侑里香
27(木) 21:20-21:50	3	Rintosul MIX Summer 2026	並木麻美
28(金) 11:30-12:00	3	Rintosul MIX Summer 2026	坪久田菜菜子
28(金) 19:00-19:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	並木麻美
29(土) 08:00-08:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	河上麻美
29(土) 16:10-16:40	3	Rintosul MIX Summer 2026	並木麻美
31(月) 12:10-12:40	3	Rintosul MIX Summer 2026	入江侑里香
31(月) 14:30-15:00	3	Rintosul MIX Summer 2026	坪久田菜菜子

○ … 常時レッスン
● … 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通過ぎてしまった場合はご受講いただけません。
お時間之余裕をもってお越しください。

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

10分

21:00~22:00
レッスン名
インストラクター名



【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+

