

※2025年11月30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]

【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TotalBody	Total Body	30分
2.5	◎ﾋﾞｰRefBody	Refresh Body	30分
3	◎ﾋﾞｰH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞｰBackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎ﾋﾞｰHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ﾋﾞｰRefCore	Refresh Core	30分
3	SP	RintosulIMIX Christmas2025	30分
3.5	◎ﾋﾞｰWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞｰJumpM	Jump Movement+	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

【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) 11:20-12:05	1	見学会(2.45)	
1(土) 13:50-14:35	1	見学会(2.45)	伊藤愛恵
1(土) 16:20-17:05	1	見学会(2.45)	
3(月) 10:00-10:45	1	見学会(2.45)	
3(月) 12:30-13:15	1	見学会(2.45)	
3(月) 15:10-15:55	1	見学会(2.45)	
3(月) 17:30-18:15	1	見学会(2.45)	
4(火) 11:00-11:45	1	見学会(2.45)	
4(火) 13:40-14:25	1	見学会(2.45)	
4(火) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	
4(火) 18:10-18:55	1	見学会(2.45)	
5(水) 09:40-10:25	1	見学会(2.45)	宗村柚彩
5(水) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	
5(水) 18:00-18:45	1	見学会(2.45)	
6(木) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	
6(木) 13:50-14:35	1	見学会(2.45)	
6(木) 16:40-17:25	1	見学会(2.45)	
7(金) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	齊藤郁吹
7(金) 13:30-14:15	1	見学会(2.45)	
7(金) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	宗村柚彩
7(金) 19:30-20:15	1	見学会(2.45)	宗村柚彩
8(土) 11:00-11:45	1	見学会(2.45)	
8(土) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	
8(土) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	
10(月) 12:00-12:45	1	見学会(2.45)	宗村柚彩
10(月) 15:00-15:45	1	見学会(2.45)	
10(月) 17:30-18:15	1	見学会(2.45)	
11(火) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	
11(火) 18:00-18:45	1	見学会(2.45)	
11(火) 20:00-20:45	1	見学会(2.45)	
12(水) 10:30-11:15	1	見学会(2.45)	宗村柚彩
12(水) 12:30-13:15	1	見学会(2.45)	宗村柚彩
12(水) 14:50-15:35	1	見学会(2.45)	馬場園望
12(水) 16:05-16:50	1	見学会(2.45)	宗村柚彩
13(木) 12:00-12:45	1	見学会(2.45)	
13(木) 14:30-15:15	1	見学会(2.45)	馬場園望
13(木) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	
14(金) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	
14(金) 12:30-13:15	1	見学会(2.45)	長美実
14(金) 14:30-15:15	1	見学会(2.45)	齊藤郁吹
14(金) 16:30-17:15	1	見学会(2.45)	宗村柚彩
14(金) 18:45-19:30	1	見学会(2.45)	長美実
15(土) 11:10-11:55	1	見学会(2.45)	長美実
15(土) 13:30-14:15	1	見学会(2.45)	
15(土) 16:10-16:55	1	見学会(2.45)	伊藤愛恵
17(月) 10:30-11:15	1	見学会(2.45)	齊藤郁吹
17(月) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	伊藤愛恵
17(月) 17:20-18:05	1	見学会(2.45)	
18(火) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	伊藤愛恵
18(火) 13:30-14:15	1	見学会(2.45)	
18(火) 18:00-18:45	1	見学会(2.45)	長美実

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
19(水)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	
19(水)	14:30-15:15	1 見学会(2.45)	
19(水)	17:00-17:45	1 見学会(2.45)	伊藤愛恵
20(木)	12:10-12:55	1 見学会(2.45)	
20(木)	15:30-16:15	1 見学会(2.45)	馬場園望
20(木)	18:10-18:55	1 見学会(2.45)	
21(金)	11:50-12:35	1 見学会(2.45)	
21(金)	13:40-14:25	1 見学会(2.45)	長美実
21(金)	16:00-16:45	1 見学会(2.45)	
21(金)	18:30-19:15	1 見学会(2.45)	
22(土)	10:00-10:45	1 見学会(2.45)	伊藤愛恵
22(土)	12:30-13:15	1 見学会(2.45)	
22(土)	15:00-15:45	1 見学会(2.45)	
22(土)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	
24(月)	09:50-10:35	1 見学会(2.45)	宗村柚彩
24(月)	12:20-13:05	1 見学会(2.45)	
24(月)	14:50-15:35	1 見学会(2.45)	
24(月)	17:00-17:45	1 見学会(2.45)	
25(火)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	馬場園望
25(火)	14:30-15:15	1 見学会(2.45)	
25(火)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	齊藤郁吹
26(水)	10:30-11:15	1 見学会(2.45)	長美実
26(水)	17:30-18:15	1 見学会(2.45)	馬場園望
26(水)	19:30-20:15	1 見学会(2.45)	宗村柚彩
27(木)	10:30-11:15	1 見学会(2.45)	
27(木)	13:30-14:15	1 見学会(2.45)	
27(木)	15:20-16:05	1 見学会(2.45)	
27(木)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	
28(金)	12:30-13:15	1 見学会(2.45)	
28(金)	15:00-15:45	1 見学会(2.45)	董澤愛莉
28(金)	17:00-17:45	1 見学会(2.45)	
28(金)	19:20-20:05	1 見学会(2.45)	
29(土)	10:00-10:45	1 見学会(2.45)	董澤愛莉
29(土)	12:20-13:05	1 見学会(2.45)	宗村柚彩
29(土)	15:00-15:45	1 見学会(2.45)	
29(土)	17:10-17:55	1 見学会(2.45)	

○ --- 常週レッスン

● --- 体験レッスン予約可能

10分

18:30-19:30

レッスン名

インストラクター名

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)

10分

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
場合はご愛顧いただけません。
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+

