

※2025年07月31日02:11 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	レッスン名		時間
2.5	◎ビュLower+	Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎ビュUpper+	Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ビュB+	Basic+	50分
2.5	◎ビュTotalBody	Total Body	30分
2.5	◎ビュStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ビュRefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ビュChestSR	Chest Spine Release	30分
3	◎ビュH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ビュBackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎ビュHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ビュRefCore	Refresh Core	30分
3	◎ビュPerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	SP	RintosulIMIX Summer2025	30分
3.5	◎ビュWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ビュB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ビュCore	Shape up Core	30分
3.5	◎ビュControlF	Control Flow	30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(金)	10:10-10:55	見学会(2.45)	土屋奈月
1(金)	14:30-15:15	見学会(2.45)	片平礼香
1(金)	18:50-19:35	見学会(2.45)	片平礼香
2(土)	11:00-11:45	見学会(2.45)	土屋奈月
2(土)	14:20-15:05	見学会(2.45)	岩佐香純
2(土)	18:00-18:45	見学会(2.45)	田上綾那
4(月)	09:50-10:35	見学会(2.45)	片平礼香
4(月)	20:20-21:05	見学会(2.45)	田上綾那
5(火)	08:50-09:35	見学会(2.45)	岩佐香純
5(火)	11:30-12:15	見学会(2.45)	岩佐香純
5(火)	15:30-16:15	見学会(2.45)	若月花歩
5(火)	18:50-19:35	見学会(2.45)	若月花歩
6(水)	09:50-10:35	見学会(2.45)	横山夏海
6(水)	13:10-13:55	見学会(2.45)	岩佐香純
6(水)	17:30-18:15	見学会(2.45)	土屋奈月
6(水)	19:50-20:35	見学会(2.45)	横山夏海
7(木)	10:10-10:55	見学会(2.45)	土屋奈月
7(木)	14:30-15:15	見学会(2.45)	田上綾那
7(木)	21:00-21:45	見学会(2.45)	若月花歩
8(金)	08:50-09:35	見学会(2.45)	田上綾那
8(金)	12:10-12:55	見学会(2.45)	岩佐香純
8(金)	16:00-16:45	見学会(2.45)	若月花歩
8(金)	18:20-19:05	見学会(2.45)	片平礼香
9(土)	09:40-10:25	見学会(2.45)	若月花歩
9(土)	13:00-13:45	見学会(2.45)	横山夏海
9(土)	18:00-18:45	見学会(2.45)	片平礼香
11(月)	08:20-09:05	見学会(2.45)	土屋奈月
11(月)	12:00-12:45	見学会(2.45)	若月花歩
11(月)	14:00-14:45	見学会(2.45)	岩佐香純
11(月)	16:40-17:25	見学会(2.45)	片平礼香
12(火)	09:50-10:35	見学会(2.45)	土屋奈月
12(火)	13:10-13:55	見学会(2.45)	土屋奈月
12(火)	17:20-18:05	見学会(2.45)	若月花歩
12(火)	19:40-20:25	見学会(2.45)	田上綾那
13(水)	14:30-15:15	見学会(2.45)	横山夏海
13(水)	17:20-18:05	見学会(2.45)	片平礼香
13(水)	20:00-20:45	見学会(2.45)	田上綾那
14(木)	10:10-10:55	見学会(2.45)	横山夏海
14(木)	12:30-13:15	見学会(2.45)	横山夏海
14(木)	16:20-17:05	見学会(2.45)	田上綾那
14(木)	18:40-19:25	見学会(2.45)	片平礼香
18(月)	09:50-10:35	見学会(2.45)	土屋奈月
18(月)	12:10-12:55	見学会(2.45)	横山夏海
18(月)	16:20-17:05	見学会(2.45)	横山夏海
18(月)	18:40-19:25	見学会(2.45)	若月花歩
19(火)	10:10-10:55	見学会(2.45)	田上綾那
19(火)	20:00-20:45	見学会(2.45)	田上綾那
20(水)	10:50-11:35	見学会(2.45)	片平礼香
20(水)	15:50-16:35	見学会(2.45)	岩佐香純
20(水)	19:40-20:25	見学会(2.45)	岩佐香純
21(木)	19:00-19:45	見学会(2.45)	土屋奈月

	レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
22(金)	08:50-09:35	1	見学会(2.45)	片平礼香
22(金)	12:50-13:35	1	見学会(2.45)	土屋奈月
22(金)	15:10-15:55	1	見学会(2.45)	片平礼香
22(金)	18:00-18:45	1	見学会(2.45)	若月花歩
23(土)	09:20-10:05	1	見学会(2.45)	若月花歩
23(土)	17:00-17:45	1	見学会(2.45)	横山夏海
25(月)	11:30-12:15	1	見学会(2.45)	田上綾那
25(月)	13:50-14:35	1	見学会(2.45)	横山夏海
25(月)	18:40-19:25	1	見学会(2.45)	土屋奈月
26(火)	09:50-10:35	1	見学会(2.45)	岩佐香純
26(火)	13:10-13:55	1	見学会(2.45)	土屋奈月
26(火)	16:20-17:05	1	見学会(2.45)	片平礼香
26(火)	18:40-19:25	1	見学会(2.45)	岩佐香純
27(水)	10:50-11:35	1	見学会(2.45)	片平礼香
27(水)	14:30-15:15	1	見学会(2.45)	岩佐香純
27(水)	18:40-19:25	1	見学会(2.45)	横山夏海
28(木)	08:50-09:35	1	見学会(2.45)	田上綾那
28(木)	18:40-19:25	1	見学会(2.45)	若月花歩
29(金)	10:50-11:35	1	見学会(2.45)	岩佐香純
29(金)	19:40-20:25	1	見学会(2.45)	岩佐香純
30(土)	09:20-10:05	1	見学会(2.45)	横山夏海
30(土)	13:00-13:45	1	見学会(2.45)	土屋奈月

○ … 常溫レッスン

● … 体験レッスン予約可能

10分

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+

