

※2025年07月31日02:08 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。

※2025年07月31日02:08 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]

[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 RintosullMIX Summer2025	30分
3.5	◎ビュWaist+ Waist Shape +	50分
3.5	◎ビュJumpM Jump Movement+	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
4	◎ビュA+ Advance+	50分

【SP:特別レッスン】

👑=トップインストラクター

レッスンの日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(金) 11:00-11:45	1	見学会(2.45)	神山絵理
1(金) 13:40-14:25	1	見学会(2.45)	吉富依歩
1(金) 16:45-17:30	1	見学会(2.45)	山崎愛弓
2(土) 10:50-11:35	1	見学会(2.45)	山崎愛弓
2(土) 13:30-14:15	1	見学会(2.45)	坂田千紘
2(土) 14:50-15:35	1	見学会(2.45)	吉富依歩
4(月) 10:50-11:35	1	見学会(2.45)	山崎愛弓
4(月) 12:10-12:55	1	見学会(2.45)	坂田千紘
4(月) 18:10-18:55	1	見学会(2.45)	藤松奏
5(火) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	坂田千紘
5(火) 13:30-14:15	1	見学会(2.45)	坂田千紘
5(火) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	神山絵理
5(火) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	山崎愛弓
6(水) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	山崎愛弓
6(水) 12:10-12:55	1	見学会(2.45)	坂田千紘
6(水) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	山崎愛弓
7(木) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	神山絵理
7(木) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	藤松奏
7(木) 17:30-18:15	1	見学会(2.45)	藤松奏
7(木) 18:50-19:35	1	見学会(2.45)	神山絵理
8(金) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	神山絵理
8(金) 12:10-12:55	1	見学会(2.45)	山崎愛弓
8(金) 17:10-17:55	1	見学会(2.45)	神山絵理
8(金) 18:30-19:15	1	見学会(2.45)	坂田千紘
9(土) 09:40-10:25	1	見学会(2.45)	藤松奏
9(土) 12:40-13:25	1	見学会(2.45)	吉富依歩
9(土) 15:10-15:55	1	見学会(2.45)	山崎愛弓
11(月) 08:30-09:15	1	見学会(2.45)	吉富依歩
11(月) 11:00-11:45	1	見学会(2.45)	神山絵理
11(月) 15:00-15:45	1	見学会(2.45)	藤松奏
11(月) 16:20-17:05	1	見学会(2.45)	山崎愛弓
15(金) 10:50-11:35	1	見学会(2.45)	吉富依歩
15(金) 13:20-14:05	1	見学会(2.45)	坂田千紘
15(金) 14:50-15:35	1	見学会(2.45)	山崎愛弓
15(金) 16:50-17:35	1	見学会(2.45)	神山絵理
16(土) 08:30-09:15	1	見学会(2.45)	吉富依歩
16(土) 10:50-11:35	1	見学会(2.45)	坂田千紘
16(土) 13:40-14:25	1	見学会(2.45)	山崎愛弓
16(土) 15:00-15:45	1	見学会(2.45)	藤松奏
18(月) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	吉富依歩
18(月) 11:50-12:35	1	見学会(2.45)	坂田千紘
18(月) 14:10-14:55	1	見学会(2.45)	藤松奏
18(月) 16:40-17:25	1	見学会(2.45)	吉富依歩
18(月) 18:10-18:55	1	見学会(2.45)	山崎愛弓
19(火) 10:50-11:35	1	見学会(2.45)	神山絵理
19(火) 12:10-12:55	1	見学会(2.45)	坂田千紘
19(火) 17:50-18:35	1	見学会(2.45)	藤松奏
20(水) 10:50-11:35	1	見学会(2.45)	藤松奏
20(水) 13:20-14:05	1	見学会(2.45)	神山絵理
20(水) 16:20-17:05	1	見学会(2.45)	吉富依歩
20(水) 17:50-18:35	1	見学会(2.45)	坂田千紘

	レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
20(水)	20:00-20:45	1	見学会(2.45)	坂田千紘
21(木)	10:50-11:35	1	見学会(2.45)	吉富依歩
21(木)	12:10-12:55	1	見学会(2.45)	山崎愛弓
21(木)	13:40-14:25	1	見学会(2.45)	神山絵理
21(木)	17:10-17:55	1	見学会(2.45)	山崎愛弓
21(木)	18:30-19:15	1	見学会(2.45)	吉富依歩
22(金)	10:50-11:35	1	見学会(2.45)	神山絵理
22(金)	13:20-14:05	1	見学会(2.45)	吉富依歩
22(金)	17:10-17:55	1	見学会(2.45)	神山絵理
22(金)	18:30-19:15	1	見学会(2.45)	吉富依歩
23(土)	10:00-10:45	1	見学会(2.45)	吉富依歩
23(土)	11:30-12:15	1	見学会(2.45)	坂田千紘
23(土)	15:20-16:05	1	見学会(2.45)	山崎愛弓
25(月)	13:40-14:25	1	見学会(2.45)	山崎愛弓
25(月)	17:20-18:05	1	見学会(2.45)	山崎愛弓
25(月)	19:40-20:25	1	見学会(2.45)	吉富依歩
26(火)	10:40-11:25	1	見学会(2.45)	吉富依歩
26(火)	12:10-12:55	1	見学会(2.45)	神山絵理
26(火)	18:00-18:45	1	見学会(2.45)	坂田千紘
27(水)	11:00-11:45	1	見学会(2.45)	坂田千紘
27(水)	17:10-17:55	1	見学会(2.45)	坂田千紘
27(水)	19:30-20:15	1	見学会(2.45)	吉富依歩
28(木)	11:00-11:45	1	見学会(2.45)	吉富依歩
28(木)	13:40-14:25	1	見学会(2.45)	山崎愛弓
28(木)	18:40-19:25	1	見学会(2.45)	山崎愛弓
28(木)	20:00-20:45	1	見学会(2.45)	坂田千紘
29(金)	10:40-11:25	1	見学会(2.45)	神山絵理
29(金)	12:10-12:55	1	見学会(2.45)	山崎愛弓
29(金)	17:00-17:45	1	見学会(2.45)	神山絵理
29(金)	18:30-19:15	1	見学会(2.45)	坂田千紘
30(土)	08:30-09:15	1	見学会(2.45)	神山絵理
30(土)	11:30-12:15	1	見学会(2.45)	藤松奏
30(土)	13:00-13:45	1	見学会(2.45)	神山絵理

○ … 常連レッスン

● … 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+

