

※2026年08月02日02:01 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08月02日02:01 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	◎ﾋﾞｭLower+	Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞｭUpper+	Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞｭB+	Basic+	50分
2.5	◎ﾋﾞｭTotalBody	Total Body	30分
2.5	◎ﾋﾞｭStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ﾋﾞｭRefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ﾋﾞｭChestSR	Chest Spine Release	30分
2.5	Rin-Ballet	Rin-Ballet	30分
3	◎ﾋﾞｭH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞｭBackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎ﾋﾞｭRefCore	Refresh Core	30分
3	◎ﾋﾞｭPerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3	Ex45ﾋﾞｭRefBody	【Extra45】Refresh Body	45分
3.5	◎ﾋﾞｭWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞｭJumpM	Jump Movement+	50分
3.5	◎ﾋﾞｭB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ﾋﾞｭcore	Shape up Core	30分
3.5	◎ﾋﾞｭ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	◎ﾋﾞｭA+	Advance+	50分
4	Power Waist Shape	Power Waist Shape	45分

【SP:特別レッスン】

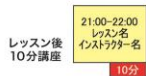
👑=トップインストラクター

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) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	濱田伊吹
1(土) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	濱田伊吹
3(月) 21:20-21:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	伊比井菜緒
4(火) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	南ゆめ
5(水) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	伊比井菜緒
6(木) 13:25-13:55	3	Rintosull MIX Summer 2026	南ゆめ
6(木) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	南ゆめ
7(金) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	伊比井菜緒
7(金) 21:20-21:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	南ゆめ
8(土) 09:20-09:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	濱田伊吹
8(土) 14:10-14:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	南ゆめ
10(月) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	濱田伊吹
14(金) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	伊比井菜緒
14(金) 18:45-19:15	3	Rintosull MIX Summer 2026	伊比井菜緒
15(土) 10:35-11:05	3	Rintosull MIX Summer 2026	伊比井菜緒
15(土) 18:00-18:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	伊比井菜緒
17(月) 21:20-21:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	伊比井菜緒
18(火) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	笹山莉央
18(火) 19:20-19:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	伊比井菜緒
19(水) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	濱田伊吹
19(水) 21:20-21:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	笹山莉央
20(木) 11:45-12:15	3	Rintosull MIX Summer 2026	伊比井菜緒
20(木) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	笹山莉央
21(金) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	濱田伊吹
21(金) 20:05-20:35	3	Rintosull MIX Summer 2026	伊比井菜緒
22(土) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	濱田伊吹
22(土) 18:00-18:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	伊比井菜緒
24(月) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	濱田伊吹
24(月) 20:20-20:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	伊比井菜緒
25(火) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	笹山莉央
25(火) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	濱田伊吹
27(木) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	笹山莉央
27(木) 17:45-18:15	3	Rintosull MIX Summer 2026	伊比井菜緒
28(金) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	濱田伊吹
28(金) 14:05-14:35	3	Rintosull MIX Summer 2026	笹山莉央
29(土) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	伊比井菜緒
29(土) 14:20-14:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	濱田伊吹
31(月) 11:30-12:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	伊比井菜緒
31(月) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	濱田伊吹

- … 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の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+

