

※2026年10月08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(木)		2日(金)		3日(土)		4日(日)		5日(月)		6日(火)		7日(水)		8日(木)		9日(金)		10日(土)		11日(日)		12日(月)		13日(火)		14日(水)		15日(木)		16日(金)		17日(土)		18日(日)		19日(月)		20日(火)		21日(水)		22日(木)		23日(金)		24日(土)					
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		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StretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ﾋﾞｰRefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ﾋﾞｰChestSR	Chest Spine Release	30分
3	◎ﾋﾞｰH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞｰRefCore	Refresh Core	30分
3.5	◎ﾋﾞｰWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞｰB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ﾋﾞｰCore	Shape up Core	30分
3.5	◎ﾋﾞｰControlF	Control Flow	30分
4	◎ﾋﾞｰA+	Advance+	50分
4	Cardio Reform Blast	Cardio Reform Blast	30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(木) 14:20-14:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西窪亜美
1(木) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林遥
2(金) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	宮澤智美
2(金) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林遥
3(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	宮澤智美
3(土) 16:50-17:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西窪亜美
5(月) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林遥
5(月) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林遥
6(火) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林遥
6(火) 17:10-17:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西窪亜美
7(水) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林遥
7(水) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	宮澤智美
8(木) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西窪亜美
8(木) 19:50-20:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西窪亜美
9(金) 12:30-13:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林遥
9(金) 18:20-18:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林遥
10(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西窪亜美
10(土) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田代三葉
10(土) 16:00-16:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林遥
12(月) 12:05-12:35	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田代三葉
12(月) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西窪亜美
13(火) 11:30-12:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	宮澤智美
13(火) 18:30-19:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西窪亜美
14(水) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林遥
14(水) 18:30-19:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西窪亜美
15(木) 13:50-14:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林遥
15(木) 19:50-20:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林遥
16(金) 12:20-12:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西窪亜美
16(金) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林遥
17(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西窪亜美
17(土) 10:40-11:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西窪亜美
19(月) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林遥
19(月) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西窪亜美
20(火) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林遥
20(火) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田代三葉
22(木) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西窪亜美
23(金) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西窪亜美
23(金) 18:30-19:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林遥
24(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西窪亜美
24(土) 10:00-10:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田代三葉
26(月) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林遥
26(月) 17:10-17:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	宮澤智美
26(月) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西窪亜美
27(火) 12:20-12:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	宮澤智美
27(火) 19:50-20:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田代三葉
28(水) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田代三葉
28(水) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林遥
29(木) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西窪亜美
29(木) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林遥
30(金) 12:30-13:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	宮澤智美
30(金) 17:10-17:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	宮澤智美

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
31(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小林 遥
31(土) 11:20-11:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田代三葉
31(土) 16:40-17:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	宮澤智美

○

… 常溫レッスン

●

… 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)

10分

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。

 Rintosull

【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+

