

※2025年11月30日02:02 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11月30日02:02 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	◎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RefBody	Refresh Body	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HipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ﾋﾞｭRefCore	Refresh Core	30分
3	◎ﾋﾞｭPerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	SP	RintosullMIX Christmas2025	30分
3.5	◎ﾋﾞｭWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞｭB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ﾋﾞｭcore	Shape up Core	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(土)	11:50-12:35	1 見学会(2.45)	北村莉々子
1(土)	15:00-15:45	1 見学会(2.45)	荒牧美世
1(土)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	浅野羽香
2(日)	10:00-10:45	1 見学会(2.45)	佐藤彩江
2(日)	15:00-15:45	1 見学会(2.45)	佐藤彩江
2(日)	18:10-18:55	1 見学会(2.45)	佐藤彩江
3(月)	13:10-13:55	1 見学会(2.45)	北村莉々子
4(火)	15:30-16:15	1 見学会(2.45)	荒牧美世
5(水)	13:00-13:45	1 見学会(2.45)	佐藤彩江
6(木)	12:10-12:55	1 見学会(2.45)	北村莉々子
6(木)	13:30-14:15	1 見学会(2.45)	辻村江理奈
6(木)	15:00-15:45	1 見学会(2.45)	佐藤彩江
7(金)	12:10-12:55	1 見学会(2.45)	川瀬花琉奈
7(金)	16:00-16:45	1 見学会(2.45)	佐藤彩江
8(土)	11:50-12:35	1 見学会(2.45)	佐藤彩江
8(土)	16:40-17:25	1 見学会(2.45)	辻村江理奈
8(土)	17:40-18:25	1 見学会(2.45)	荒牧美世
9(日)	10:00-10:45	1 見学会(2.45)	辻村江理奈
9(日)	15:00-15:45	1 見学会(2.45)	辻村江理奈
9(日)	18:10-18:55	1 見学会(2.45)	辻村江理奈
10(月)	12:10-12:55	1 見学会(2.45)	亀山優月
10(月)	16:00-16:45	1 見学会(2.45)	亀山優月
10(月)	17:20-18:05	1 見学会(2.45)	浅野羽香
11(火)	13:10-13:55	1 見学会(2.45)	荒牧美世
11(火)	16:00-16:45	1 見学会(2.45)	北村莉々子
12(水)	12:10-12:55	1 見学会(2.45)	浅野羽香
12(水)	13:10-13:55	1 見学会(2.45)	佐藤彩江
12(水)	16:20-17:05	1 見学会(2.45)	辻村江理奈
13(木)	11:50-12:35	1 見学会(2.45)	荒牧美世
13(木)	15:00-15:45	1 見学会(2.45)	北村莉々子
13(木)	16:20-17:05	1 見学会(2.45)	辻村江理奈
14(金)	13:10-13:55	1 見学会(2.45)	北村莉々子
14(金)	15:00-15:45	1 見学会(2.45)	佐藤彩江
14(金)	16:20-17:05	1 見学会(2.45)	荒牧美世
15(土)	12:10-12:55	1 見学会(2.45)	荒牧美世
15(土)	16:00-16:45	1 見学会(2.45)	北村莉々子
15(土)	18:40-19:25	1 見学会(2.45)	浅野羽香
16(日)	10:00-10:45	1 見学会(2.45)	浅野羽香
16(日)	15:00-15:45	1 見学会(2.45)	浅野羽香
16(日)	18:10-18:55	1 見学会(2.45)	浅野羽香
17(月)	12:40-13:25	1 見学会(2.45)	荒牧美世
17(月)	18:00-18:45	1 見学会(2.45)	北村莉々子
18(火)	12:10-12:55	1 見学会(2.45)	川瀬花琉奈
18(火)	14:30-15:15	1 見学会(2.45)	北村莉々子
18(火)	17:40-18:25	1 見学会(2.45)	辻村江理奈
19(水)	13:10-13:55	1 見学会(2.45)	佐藤彩江
19(水)	15:15-16:00	1 見学会(2.45)	荒牧美世
19(水)	16:15-17:00	1 見学会(2.45)	辻村江理奈
20(木)	13:10-13:55	1 見学会(2.45)	荒牧美世
20(木)	14:30-15:15	1 見学会(2.45)	佐藤彩江
20(木)	16:00-16:45	1 見学会(2.45)	北村莉々子

	レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
21(金)	12:10-12:55	1	見学会(2.45)	北村莉々子
21(金)	13:10-13:55	1	見学会(2.45)	辻村江理奈
21(金)	15:30-16:15	1	見学会(2.45)	荒牧美世
22(土)	12:50-13:35	1	見学会(2.45)	北村莉々子
22(土)	14:00-14:45	1	見学会(2.45)	辻村江理奈
22(土)	15:10-15:55	1	見学会(2.45)	佐藤彩江
23(日)	10:00-10:45	1	見学会(2.45)	浅野羽香
23(日)	15:00-15:45	1	見学会(2.45)	浅野羽香
23(日)	18:10-18:55	1	見学会(2.45)	浅野羽香
24(月)	11:50-12:35	1	見学会(2.45)	北村莉々子
24(月)	12:50-13:35	1	見学会(2.45)	荒牧美世
24(月)	15:10-15:55	1	見学会(2.45)	佐藤彩江
24(月)	18:40-19:25	1	見学会(2.45)	浅野羽香
25(火)	11:50-12:35	1	見学会(2.45)	辻村江理奈
25(火)	13:10-13:55	1	見学会(2.45)	亀山優月
25(火)	14:30-15:15	1	見学会(2.45)	佐藤彩江
25(火)	17:40-18:25	1	見学会(2.45)	荒牧美世
26(水)	12:50-13:35	1	見学会(2.45)	荒牧美世
26(水)	15:00-15:45	1	見学会(2.45)	辻村江理奈
27(木)	12:10-12:55	1	見学会(2.45)	大村凜菜
27(木)	16:20-17:05	1	見学会(2.45)	佐藤彩江
27(木)	17:40-18:25	1	見学会(2.45)	辻村江理奈
28(金)	09:30-10:15	1	見学会(2.45)	亀山優月
28(金)	13:10-13:55	1	見学会(2.45)	辻村江理奈
28(金)	15:30-16:15	1	見学会(2.45)	荒牧美世
29(土)	11:50-12:35	1	見学会(2.45)	佐藤彩江
29(土)	16:00-16:45	1	見学会(2.45)	佐藤彩江
30(日)	10:00-10:45	1	見学会(2.45)	荒牧美世
30(日)	15:00-15:45	1	見学会(2.45)	荒牧美世

○ --- 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+

