

2026年8月レッスンスケジュール Rintosull エコール・いずみ店(全スタジオ:女性専用)

※2026年08月08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。

	1日(土)		2日(日)	3日(月)		4日(火)		5日(水)		6日(木)		7日(金)		8日(土)		9日(日)	10日(月)		11日(火)		12日(水)		13日(木)	
	Aスタジオ	Bスタジオ	—	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	—	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ
			定休日													定休日								
																								
																								
																								
																								
																								

14日(金)	15日(土)	16日(日)	17日(月)		18日(火)		19日(水)		20日(木)		21日(金)		22日(土)		23日(日)	24日(月)		25日(火)		26日(水)	27日(木)				
-	-	-	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	-	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	-	Aスタジオ	Bスタジオ			
臨時休業	臨時休業	定休日													定休日					定休日					

[illegible]

【マシンピラティス】

強度	レッスン名	時間
2.5	◎ﾋﾞﾗLower+ Lower Body Make-up +	60分
2.5	◎ﾋﾞﾗUpper+ Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗB+ Basic+	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗTotalBody Total Body	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗRefBody Refresh Body	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗChestSR Chest Spine Release	30分
3	◎ﾋﾞﾗH&L+ Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞﾗBackStyle Beauty Back Style	30分
3	◎ﾋﾞﾗHipLine Make Hip Line	30分
3	◎ﾋﾞﾗPerBackBody Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic Power Basic	45分
3	Ex45ﾗﾗRefCore 【Extra45】Refresh Core	45分
3.5	◎ﾋﾞﾗWaist+ Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗJumpM Jump Movement+	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗB&A+ Back&Arms+	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗcore Shape up Core	30分
3.5	◎ﾋﾞﾗ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	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

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(土) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	月岡心
3(月) 14:10-14:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐々木心奈
3(月) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	平田有香
3(月) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐々木心奈
4(火) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	月岡心
4(火) 20:10-20:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	平田有香
5(水) 15:30-16:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	平田有香
5(水) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐々木心奈
6(木) 12:50-13:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐々木心奈
6(木) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐々木心奈
7(金) 14:10-14:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	平田有香
7(金) 18:50-19:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	平田有香
8(土) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐々木心奈
8(土) 15:10-15:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐々木心奈
10(月) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐々木心奈
10(月) 17:50-18:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐々木心奈
11(火) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐々木心奈
11(火) 18:50-19:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐々木心奈
12(水) 12:50-13:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	月岡心
12(水) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐々木心奈
13(木) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	月岡心
13(木) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	月岡心
17(月) 12:50-13:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	平田有香
17(月) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐々木心奈
18(火) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐々木心奈
18(火) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐々木心奈
19(水) 14:00-14:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐々木心奈
19(水) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	平田有香
20(木) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐々木心奈
20(木) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	平田有香
21(金) 13:50-14:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	平田有香
21(金) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	平田有香
22(土) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐々木心奈
22(土) 17:30-18:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐々木心奈
24(月) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	月岡心
24(月) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐々木心奈
25(火) 15:10-15:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐々木心奈
25(火) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐々木心奈
27(木) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐々木心奈
27(木) 16:30-17:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐々木心奈
28(金) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	平田有香
28(金) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐々木心奈
29(土) 14:10-14:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	平田有香
29(土) 16:30-17:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	佐々木心奈
31(月) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	月岡心
31(月) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	平田有香

