

※2026年09月16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。

※2026年09月16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。

2020年09月01日(木) 02:00~09月02日(金) 01:00~09月03日(土) 00:00~09月04日(日) 01:00~09月05日(月) 00:00~09月06日(火) 01:00~09月07日(水) 00:00~09月08日(木) 01:00~09月09日(金) 00:00~09月10日(土) 01:00~09月11日(日) 00:00~09月12日(月) 01:00~09月13日(火) 00:00~09月14日(水) 01:00~09月15日(木) 00:00~09月16日(金) 01:00~09月17日(土) 00:00~09月18日(日) 01:00~09月19日(月) 00:00~09月20日(火) 01:00~09月21日(水) 00:00~09月22日(木) 01:00~09月23日(金) 00:00~09月24日(土) 01:00~09月25日(日) 00:00~09月26日(月) 01:00~09月27日(火) 00:00~09月28日(水) 01:00~09月29日(木) 00:00~09月30日(金) 01:00~10月01日(土) 00:00~10月02日(日) 01:00~10月03日(月) 00:00~10月04日(火) 01:00~10月05日(水) 00:00~10月06日(木) 01:00~10月07日(金) 00:00~10月08日(土) 01:00~10月09日(日) 00:00~10月10日(月) 01:00~10月11日(火) 00:00~10月12日(水) 01:00~10月13日(木) 00:00~10月14日(金) 01:00~10月15日(土) 00:00~10月16日(日) 01:00~10月17日(月) 00:00~10月18日(火) 01:00~10月19日(水) 00:00~10月20日(木) 01:00~10月21日(金) 00:00~10月22日(土) 01:00~10月23日(日) 00:00~10月24日(月) 01:00~10月25日(火) 00:00~10月26日(水) 01:00~10月27日(木) 00:00~10月28日(金) 01:00~10月29日(土) 00:00~10月30日(日) 01:00~10月31日(月) 00:00~11月01日(火) 01:00~11月02日(水) 00:00~11月03日(木) 01:00~11月04日(金) 00:00~11月05日(土) 01:00~11月06日(日) 00:00~11月07日(月) 01:00~11月08日(火) 00:00~11月09日(水) 01:00~11月10日(木) 00:00~11月11日(金) 01:00~11月12日(土) 00:00~11月13日(日) 01:00~11月14日(月) 00:00~11月15日(火) 01:00~11月16日(水) 00:00~11月17日(木) 01:00~11月18日(金) 00:00~11月19日(土) 01:00~11月20日(日) 00:00~11月21日(月) 01:00~11月22日(火) 00:00~11月23日(水) 01:00~11月24日(木) 00:00~11月25日(金) 01:00~11月26日(土) 00:00~11月27日(日) 01:00~11月28日(月) 00:00~11月29日(火) 01:00~11月30日(水) 00:00~12月01日(木) 01:00~12月02日(金) 00:00~12月03日(土) 01:00~12月04日(日) 00:00~12月05日(月) 01:00~12月06日(火) 00:00~12月07日(水) 01:00~12月08日(木) 00:00~12月09日(金) 01:00~12月10日(土) 00:00~12月11日(日) 01:00~12月12日(月) 00:00~12月13日(火) 01:00~12月14日(水) 00:00~12月15日(木) 01:00~12月16日(金) 00:00~12月17日(土) 01:00~12月18日(日) 00:00~12月19日(月) 01:00~12月20日(火) 00:00~12月21日(水) 01:00~12月22日(木) 00:00~12月23日(金) 01:00~12月24日(土) 00:00~12月25日(日) 01:00~12月26日(月) 00:00~12月27日(火) 01:00~12月28日(水) 00:00~12月29日(木) 01:00~12月30日(金) 00:00~12月31日(土) 01:00~01月01日(日) 00:00~01月02日(月) 01:00~01月03日(火) 00:00~01月04日(水) 01:00~01月05日(木) 00:00~01月06日(金) 01:00~01月07日(土) 00:00~01月08日(日) 01:00~01月09日(月) 00:00~01月10日(火) 01:00~01月11日(水) 00:00~01月12日(木) 01:00~01月13日(金) 00:00~01月14日(土) 01:00~01月15日(日) 00:00~01月16日(月) 01:00~01月17日(火) 00:00~01月18日(水) 01:00~01月19日(木) 00:00~01月20日(金) 01:00~01月21日(土) 00:00~01月22日(日) 01:00~01月23日(月) 00:00~01月24日(火) 01:00~01月25日(水) 00:00~01月26日(木) 01:00~01月27日(金) 00:00~01月28日(土) 01:00~01月29日(日) 00:00~01月30日(月) 01:00~01月31日(火) 00:00~02月01日(水) 01:00~02月02日(木) 00:00~02月03日(金) 01:00~02月04日(土) 00:00~02月05日(日) 01:00~02月06日(月) 00:00~02月07日(火) 01:00~02月08日(水) 00:00~02月09日(木) 01:00~02月10日(金) 00:00~02月11日(土) 01:00~02月12日(日) 00:00~02月13日(月) 01:00~02月14日(火) 00:00~02月15日(水) 01:00~02月16日(木) 00:00~02月17日(金) 01:00~02月18日(土) 00:00~02月19日(日) 01:00~02月20日(月) 00:00~02月21日(火) 01:00~02月22日(水) 00:00~02月23日(木) 01:00~02月24日(金) 00:00~02月25日(土) 01:00~02月26日(日) 00:00~02月27日(月) 01:00~02月28日(火) 00:00~02月29日(水) 01:00~02月30日(木) 00:00~03月01日(金) 01:00~03月02日(土) 00:00~03月03日(日) 01:00~03月04日(月) 00:00~03月05日(火) 01:00~03月06日(水) 00:00~03月07日(木) 01:00~03月08日(金) 00:00~03月09日(土) 01:00~03月10日(日) 00:00~03月11日(月) 01:00~03月12日(火) 00:00~03月13日(水) 01:00~03月14日(木) 00:00~03月15日(金) 01:00~03月16日(土) 00:00~03月17日(日) 01:00~03月18日(月) 00:00~03月19日(火) 01:00~03月20日(水) 00:00~03月21日(木) 01:00~03月22日(金) 00:00~03月23日(土) 01:00~03月24日(日) 00:00~03月25日(月) 01:00~03月26日(火) 00:00~03月27日(水) 01:00~03月28日(木) 00:00~03月29日(金) 01:00~03月30日(土) 00:00~03月31日(日) 01:00~04月01日(月) 00:00~04月02日(火) 01:00~04月03日(水) 00:00~04月04日(木) 01:00~04月05日(金) 00:00~04月06日(土) 01:00~04月07日(日) 00:00~04月08日(月) 01:00~04月09日(火) 00:00~04月10日(水) 01:00~04月11日(木) 00:00~04月12日(金) 01:00~04月13日(土) 00:00~04月14日(日) 01:00~04月15日(月) 00:00~04月16日(火) 01:00~04月17日(水) 00:00~04月18日(木) 01:00~04月19日(金) 00:00~04月20日(土) 01:00~04月21日(日) 00:00~04月22日(月) 01:00~04月23日(火) 00:00~04月24日(水) 01:00~04月25日(木) 00:00~04月26日(金) 01:00~04月27日(土) 00:00~04月28日(日) 01:00~04月29日(月) 00:00~04月30日(火) 01:00~05月01日(水) 00:00~05月02日(木) 01:00~05月03日(金) 00:00~05月04日(土) 01:00~05月05日(日) 00:00~05月06日(月) 01:00~05月07日(火) 00:00~05月08日(水) 01:00~05月09日(木) 00:00~05月10日(金) 01:00~05月11日(土) 00:00~0																							
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

[illegible]

【マシンピラティス】

強度	レッスン名		時間
2.5	◎ﾋﾞﾗﾞLower+	Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗﾞUpper+	Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗﾞB+	Basic+	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗﾞTotalBody	Total Body	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗﾞStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	Ex45CﾗﾞStretchC	[Extra45]Stretch&Conditioning	45分
3	◎ﾋﾞﾗﾞH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞﾗﾞBackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎ﾋﾞﾗﾞHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ﾋﾞﾗﾞRefCore	Refresh Core	30分
3	◎ﾋﾞﾗﾞPerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3.5	◎ﾋﾞﾗﾞWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗﾞJumpM	Jump Movement+	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗﾞB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗﾞCore	Shape up Core	30分
3.5	◎ﾋﾞﾗﾞ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	◎ﾋﾞﾗﾞA+	Advance+	50分
4	Cardio Reform Blast	Cardio Reform Blast	30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(木) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小西楓
1(木) 21:20-21:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	真砂紗穂
2(金) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	浦辺茉莉
2(金) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	浦辺茉莉
3(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小西楓
3(土) 15:20-15:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小西楓
5(月) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	浦辺茉莉
5(月) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	浦辺茉莉
6(火) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	浦辺茉莉
6(火) 21:20-21:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小西楓
7(水) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	浦辺茉莉
7(水) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	浦辺茉莉
8(木) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	真砂紗穂
8(木) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	真砂紗穂
9(金) 14:30-15:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	真砂紗穂
9(金) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	浦辺茉莉
10(土) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	真砂紗穂
10(土) 14:00-14:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	浦辺茉莉
12(月) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	真砂紗穂
12(月) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	真砂紗穂
13(火) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	真砂紗穂
13(火) 12:30-13:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小西楓
14(水) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	浦辺茉莉
14(水) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	浦辺茉莉
15(木) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小西楓
15(木) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	真砂紗穂
16(金) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	浦辺茉莉
16(金) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	浦辺茉莉
17(土) 15:20-15:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小西楓
19(月) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	真砂紗穂
19(月) 12:30-13:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小西楓
20(火) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	真砂紗穂
20(火) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	真砂紗穂
22(木) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小西楓
22(木) 21:20-21:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	森中桐亜
23(金) 16:40-17:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小西楓
23(金) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	浦辺茉莉
24(土) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	真砂紗穂
24(土) 14:00-14:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	浦辺茉莉
26(月) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	浦辺茉莉
26(月) 12:50-13:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小西楓
26(月) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小西楓
27(火) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	浦辺茉莉
27(火) 21:20-21:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	真砂紗穂
28(水) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	真砂紗穂
28(水) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	真砂紗穂
29(木) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小西楓
29(木) 21:20-21:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	真砂紗穂
30(金) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	小西楓
30(金) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	真砂紗穂
31(土) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	森中桐亜

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)	17:40-18:10	3 Rintosull MIX Halloween 2026	浦辺茉莉

○

… 常週レッスン

●

… 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)

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+

