

※2026年10月18日02:00 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10月18日02:00 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	Aスタジオ	
	09:30-10:00 Rin-Ballet 重岡	09:30-10:00 SP 重岡	09:30-10:20 ◎ヒューUpper+ 内藤		09:30-10:00 ◎ヒューRefCore 高橋	09:30-10:20 ◎ヒューB+ 猪井	09:30-10:00 ◎ヒューHipLine 重岡	09:30-10:20 ◎ヒューUpper+ 藤村	09:30-10:15 Power Basic 高橋	09:30-10:00 SP 猪井		09:30-10:20 ◎ヒューLower+ 藤村	09:30-10:00 ◎ヒューRefBody 内藤	09:30-10:15 Power Basic 高橋	09:30-10:00 SP 内藤	09:30-10:15 Power Waist Shape 高橋	09:30-10:20 ◎ヒューUpper+ 高橋		09:30-10:15 Boost Upper&Lower 藤村	09:30-10:00 SP 猪井	09:30-10:20 ◎ヒューLower+ 藤村	09:30-10:00 ◎ヒューRefCore 高橋	09:30-10:20 ◎ヒューB+ 内藤	09:30-10:15 Power Waist Shape 高橋	
	10:30-11:20 ◎ヒューB&A+ 内藤	10:30-11:20 ◎ヒューWaist+ 高橋	10:50-11:20 SP 内藤		10:30-11:20 ◎ヒューUpper+ 高橋	10:50-11:20 SP 猪井	10:30-11:00 ◎ヒューStretchC 猪井	10:50-11:20 ◎ヒューRefCore 高橋	10:45-11:35 ◎ヒューLower+ 藤村	10:30-11:20 ◎ヒューH&L+ 猪井		10:50-11:20 SP 猪井	10:30-11:15 Power Waist Shape 高橋	10:45-11:35 ◎ヒューUpper+ 高橋	10:30-11:20 ◎ヒューWaist+ 内藤	10:45-11:15 ◎ヒューRefBody 内藤	10:45-11:15 SP 猪井		10:45-11:15 Rin-Ballet 内藤	10:30-11:20 ◎ヒューUpper+ 内藤	10:50-11:40 ◎ヒューWaist+ 高橋	10:30-11:20 ◎ヒューUpper+ 猪井	10:50-11:20 SP 内藤	10:45-11:35 ◎ヒューB+ 高橋	
	11:50-12:20 SP 内藤	11:50-12:40 ◎ヒューB+ 高橋	11:50-12:20 ◎ヒューStretchC 猪井		11:50-12:40 ◎ヒューLower+ 藤村	11:50-12:40 ◎ヒューB+ 藤村	11:30-12:15 Power Waist Shape 猪井	11:50-12:40 ◎ヒューB+ 高橋	12:05-12:55 ◎ヒューUpper+ 藤村	11:50-12:40 ◎ヒューB+ 高橋		11:50-12:40 ◎ヒューB+ 猪井	11:45-12:35 ◎ヒューLower+ 高橋	12:05-12:35 SP 猪井	11:50-12:40 ◎ヒューLower+ 藤村	11:45-12:15 SP 内藤	11:45-12:35 ◎ヒューWaist+ 猪井		11:45-12:35 ◎ヒューB&A+ 内藤	11:50-12:20 ◎ヒューPerBackBody 内藤	11:50-12:20 SP 猪井		12:05-12:50 Boost Upper&Lower 藤村		
	12:50-13:40 ◎ヒューLower+ 猪井	13:10-13:55 Boost Upper&Lower 藤村	12:50-13:35 Strong Hip&Legs 猪井		13:10-13:40 SP 内藤	13:10-13:40 ◎ヒューHipLine 重岡	12:45-13:35 ◎ヒューLower+ 内藤	13:10-13:40 SP 重岡	12:05-12:55 ◎ヒューUpper+ 藤村	13:10-13:40 ◎ヒューTotalBody 内藤		13:10-13:55 Ex45℃ControlF 重岡	13:05-13:35 SP 内藤	13:05-13:35 ◎ヒューTotalBody 猪井	13:10-14:00 ◎ヒューUpper+ 藤村	12:45-13:35 ◎ヒューB+ 猪井	13:05-13:35 ◎ヒューStretchC 猪井		13:05-13:35 SP 重岡	12:50-13:40 ◎ヒューLower+ 猪井	13:30-14:00 SP 内藤	12:50-13:35 Ex45℃TotalBody 重岡	13:20-13:50 SP 内藤		
	14:10-14:40 ◎ヒューBackStyle 猪井					14:10-14:40 Rin-Ballet 重岡	14:05-14:35 SP 内藤			14:10-14:40 Rin-Ballet 内藤		14:05-14:55 ◎ヒューUpper+ 内藤			14:30-15:15 Power Basic 内藤	14:05-14:35 ◎ヒューHipLine 猪井	14:05-14:50 Power Basic 高橋			14:30-15:00 Rin-Ballet 内藤		14:15-14:45 ◎ヒューRefCore 高橋			
							15:05-15:50 Ex45℃TotalBody 重岡		15:30-16:00 SP 内藤													15:15-16:05 ◎ヒューLower+ 藤村	15:30-16:00 ◎ヒューRefBody 内藤		
													</												

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) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	内藤千晴
31(土) 12:50-13:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	猪井里奈
31(土) 17:30-18:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	猪井里奈

○

… 常温レッスン

●

… 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

18:30-19:30
レッスン名
インストラクター名

レッスン前
10分講座

10分

21:00-22:00
レッスン名
インストラクター名

レッスン後
10分講座

【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

QRコード

LINE
公式アカウント

QRコード

Instagram

QRコード

オンラインストア
Lapre

QRコード

オンラインヨガ
UCHIYOGA+

QRコード