

※2026年10月10日02:04 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10日02:04 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]

【マシンピラティス】

強度	レッスンの名		時間
2.5	◎ビうLower+	Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎ビうUpper+	Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ビうB+	Basic+	50分
2.5	◎ビうStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ビうRefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ビうChestSR	Chest Spine Release	30分
2.5	Ex45CうTotalBody	[Extra45]Total Body	45分
2.5	Ex45CうStretchC	[Extra45]Stretch&Conditioning	45分
2.5	Ex45CうChestSR	[Extra45]Chest Spine Release	45分
3	◎ビうH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ビうBackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎ビうRefCore	Refresh Core	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3	◎Rincう60(パーソナル)	パーソナルマシンピラティス60【特別料金】	60分
3	Ex45CうHipLine	[Extra45]Make Hip Line	45分
3	Ex45CうPerBackBody	[Extra45]Perfect Back Body	45分
3.5	◎ビうWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ビうJumpM	Jump Movement+	50分
3.5	◎ビうB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ビうCore	Shape up Core	30分
3.5	Strong Hip&Legs	Strong Hip&Legs	45分
3.5	Strong Back&Arms	Strong Back&Arms	45分
3.5	Ex45CうControlF	[Extra45]Control Flow	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

レッスンの日時		強度	レッスン名	担当インストラクター
1(木)	10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西村菜々美
1(木)	17:25-17:55	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西村菜々美
2(金)	11:55-12:25	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山本優奈
2(金)	18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西村菜々美
3(土)	10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡山彩優
3(土)	16:00-16:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡山彩優
5(月)	09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山本優奈
5(月)	18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山本優奈
6(火)	12:05-12:35	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山本優奈
6(火)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	有末麗美
7(水)	13:05-13:35	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡山彩優
7(水)	17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西村菜々美
7(水)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡山彩優
8(木)	09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西村菜々美
8(木)	11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡山彩優
8(木)	20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西村菜々美
9(金)	13:30-14:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西村菜々美
9(金)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西村菜々美
10(土)	08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡山彩優
10(土)	17:00-17:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡山彩優
12(月)	12:00-12:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡山彩優
12(月)	14:30-15:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡山彩優
13(火)	10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西村菜々美
13(火)	17:25-17:55	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西村菜々美
14(水)	09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山本優奈
14(水)	20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山本優奈
15(木)	13:25-13:55	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡山彩優
15(木)	18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡山彩優
16(金)	10:45-11:15	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西村菜々美
16(金)	17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西村菜々美
17(土)	12:15-12:45	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西村菜々美
17(土)	15:50-16:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西村菜々美
19(月)	13:25-13:55	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西村菜々美
19(月)	20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡山彩優
20(火)	10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡山彩優
20(火)	18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡山彩優
21(水)	11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西村菜々美
21(水)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西村菜々美
23(金)	11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡山彩優
23(金)	20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡山彩優
24(土)	12:00-12:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡山彩優
24(土)	17:00-17:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡山彩優
26(月)	09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山本優奈
26(月)	21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西村菜々美
27(火)	12:05-12:35	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山本優奈
27(火)	18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山本優奈
28(水)	10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西村菜々美
28(水)	17:40-18:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西村菜々美
29(木)	12:05-12:35	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西村菜々美
29(木)	20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	西村菜々美
31(土)	16:00-16:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山本優奈

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) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山本優奈

○

… 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+

