

※2026年08月21日02:07 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	Boost Upper&Lower Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic Power Basic	45分
3.5	◎ﾋﾞｭWaist+ Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞｭB&A+ Back&Arms+	50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	曜日	レッスン名	担当インストラクター
15(火)	20:00-20:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	佐藤湖雪
16(水)	17:20-17:50	3 Rintosull MIX Halloween 2026	佐藤湖雪
16(水)	21:00-21:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	小松斐美
17(木)	20:00-20:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	小松斐美
18(金)	12:10-12:40	3 Rintosull MIX Halloween 2026	佐藤湖雪
18(金)	21:00-21:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	佐藤湖雪
19(土)	08:00-08:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	小松斐美
19(土)	14:30-15:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	佐藤湖雪
19(土)	16:50-17:20	3 Rintosull MIX Halloween 2026	小松斐美
21(月)	09:20-09:50	3 Rintosull MIX Summer 2026	佐藤湖雪
21(月)	13:00-13:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	佐藤湖雪
22(火)	10:20-10:50	3 Rintosull MIX Halloween 2026	佐藤湖雪
22(火)	16:20-16:50	3 Rintosull MIX Halloween 2026	佐藤湖雪
23(水)	12:00-12:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	佐藤湖雪
23(水)	15:40-16:10	3 Rintosull MIX Halloween 2026	小松斐美
25(金)	09:30-10:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	小松斐美
26(土)	09:00-09:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	小松斐美
26(土)	15:00-15:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	佐藤湖雪
28(月)	13:30-14:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	小松斐美
28(月)	18:40-19:10	3 Rintosull MIX Halloween 2026	佐藤湖雪
28(月)	21:00-21:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	佐藤湖雪
30(水)	20:00-20:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	小松斐美

● 常溫レッスン ● 体験レッスン予約可能	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)	【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もった場合はお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。
10分 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	21:00-22:00 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	


Rintosull
 【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+ 
--	---	--	---	--