

※2025年07月22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。

※2025年07月22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。

[illegible]

[illegible]

[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+	50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StretchC Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗRefBody Refresh Body	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RefCore Refresh Core	30分
3	SP RintosulliMIX Summer2025	30分
3.5	◎ﾋﾞﾗWaist+ Waist Shape+	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗB&A+ Back&Arms+	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗControlF Control Flow	30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(火) 12:00-12:45	1	見学会(2.45)	高野樹々
1(火) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	高田雛妃
1(火) 16:50-17:35	1	見学会(2.45)	高野樹々
1(火) 17:50-18:35	1	見学会(2.45)	関口有花
2(水) 12:00-12:45	1	見学会(2.45)	高田雛妃
2(水) 17:50-18:35	1	見学会(2.45)	中嶋野々香
3(木) 12:00-12:45	1	見学会(2.45)	高田雛妃
3(木) 19:30-20:15	1	見学会(2.45)	関口有花
4(金) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	中嶋野々香
5(土) 12:00-12:45	1	見学会(2.45)	高野樹々
5(土) 14:20-15:05	1	見学会(2.45)	清井未来
7(月) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	清井未来
7(月) 16:50-17:35	1	見学会(2.45)	長嶋美結
8(火) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	清井未来
8(火) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	山本優奈
8(火) 16:50-17:35	1	見学会(2.45)	高野樹々
9(水) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	高野樹々
9(水) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	長嶋美結
9(水) 16:50-17:35	1	見学会(2.45)	山本優奈
9(水) 18:10-18:55	1	見学会(2.45)	中嶋野々香
10(木) 16:30-17:15	1	見学会(2.45)	長嶋美結
10(木) 19:10-19:55	1	見学会(2.45)	清井未来
11(金) 09:20-10:05	1	見学会(2.45)	中嶋野々香
11(金) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	清井未来
11(金) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	長嶋美結
12(土) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	清井未来
12(土) 12:00-12:45	1	見学会(2.45)	関口有花
12(土) 14:20-15:05	1	見学会(2.45)	高野樹々
14(月) 09:20-10:05	1	見学会(2.45)	山本優奈
14(月) 12:00-12:45	1	見学会(2.45)	高野樹々
14(月) 16:50-17:35	1	見学会(2.45)	高野樹々
14(月) 18:10-18:55	1	見学会(2.45)	関口有花
15(火) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	中嶋野々香
15(火) 12:00-12:45	1	見学会(2.45)	高田雛妃
15(火) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	高野樹々
15(火) 16:50-17:35	1	見学会(2.45)	清井未来
15(火) 19:30-20:15	1	見学会(2.45)	関口有花
16(水) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	高田雛妃
16(水) 16:50-17:35	1	見学会(2.45)	関口有花
16(水) 18:10-18:55	1	見学会(2.45)	高野樹々
17(木) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	清井未来
17(木) 12:00-12:45	1	見学会(2.45)	高田雛妃
18(金) 09:20-10:05	1	見学会(2.45)	中嶋野々香
18(金) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	高田雛妃
18(金) 18:10-18:55	1	見学会(2.45)	関口有花
19(土) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	清井未来
19(土) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	長嶋美結
21(月) 09:20-10:05	1	見学会(2.45)	長嶋美結
21(月) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	高田雛妃
21(月) 12:00-12:45	1	見学会(2.45)	関口有花
22(火) 12:00-12:45	1	見学会(2.45)	高野樹々

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
22(火)	16:50-17:35	1 見学会(2.45)	長嶋美結
23(水)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	中嶋野々香
23(水)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	高野樹々
23(水)	16:50-17:35	1 見学会(2.45)	中嶋野々香
24(木)	16:30-17:15	1 見学会(2.45)	長嶋美結
25(金)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	中嶋野々香
26(土)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	長嶋美結
26(土)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	関口宥花
26(土)	14:20-15:05	1 見学会(2.45)	高野樹々
29(火)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	清井未来
29(火)	18:10-18:55	1 見学会(2.45)	長嶋美結

●

… 常溫レッスン

●

… 体験レッスン予約可能

105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+

