

※2026年09月16日02:01 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	◎ヒューLower+ Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎ヒューUpper+ Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ヒューB+ Basic+	50分
2.5	◎ヒューTotalBody Total Body	30分
2.5	◎ヒューStretchC Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ヒューRefBody Refresh Body	30分
2.5	◎ヒューChestSR Chest Spine Release	30分
2.5	Rin-Ballet Rin-Ballet	30分
2.5	Ex45ヒューTotalBody 【Extra45】Total Body	45分
3	◎ヒューH&L+ Hip&Legs+	50分
3	◎ヒューBackStyle Beauty Back Style	30分
3	◎ヒューHipLine Make Hip Line	30分
3	◎ヒューRefCore Refresh Core	30分
3	◎ヒューPerBackBody Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic Power Basic	45分
3.5	◎ヒューWaist+ Waist Shape +	50分
3.5	◎ヒューJumpM Jump Movement+	50分
3.5	◎ヒューB&A+ Back&Arms+	50分
3.5	◎ヒューcore Shape up Core	30分
3.5	◎ヒューControlF Control Flow	30分
3.5	Strong Hip&Legs Strong Hip&Legs	45分
4	◎ヒューA+ Advance+	50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
17(木)	10:30-11:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	川畑亜由美
17(木)	19:50-20:20	3 Rintosull MIX Halloween 2026	青海夢生
18(金)	14:10-14:40	3 Rintosull MIX Halloween 2026	米満梨湖
18(金)	17:10-17:40	3 Rintosull MIX Halloween 2026	米満梨湖
19(土)	12:50-13:20	3 Rintosull MIX Halloween 2026	米満梨湖
19(土)	20:10-20:40	3 Rintosull MIX Halloween 2026	米満梨湖
21(月)	10:30-11:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	川畑亜由美
21(月)	16:10-16:40	3 Rintosull MIX Halloween 2026	川畑亜由美
22(火)	13:10-13:40	3 Rintosull MIX Halloween 2026	米満梨湖
22(火)	17:30-18:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	青海夢生
23(水)	11:50-12:20	3 Rintosull MIX Halloween 2026	米満梨湖
23(水)	16:30-17:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	米満梨湖
24(木)	11:50-12:20	3 Rintosull MIX Halloween 2026	川畑亜由美
24(木)	21:00-21:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	米満梨湖
25(金)	13:10-13:40	3 Rintosull MIX Halloween 2026	川畑亜由美
25(金)	18:40-19:10	3 Rintosull MIX Halloween 2026	米満梨湖
26(土)	12:50-13:20	3 Rintosull MIX Halloween 2026	川畑亜由美
26(土)	20:10-20:40	3 Rintosull MIX Halloween 2026	川畑亜由美
28(月)	11:50-12:20	3 Rintosull MIX Halloween 2026	米満梨湖
28(月)	17:30-18:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	川畑亜由美
29(火)	13:10-13:40	3 Rintosull MIX Halloween 2026	川畑亜由美
29(火)	19:50-20:20	3 Rintosull MIX Halloween 2026	青海夢生
30(水)	10:30-11:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	米満梨湖
30(水)	17:30-18:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	米満梨湖

◎ … 常温レッスン SP … 特別レッスン
 ● … 体験レッスン予約可能 WS … プレミアムワークショップ
 10分 … 10分講座 (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



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+

