

※2025年07月29日02:08 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	レッスンの名		時間
2.5	◎ﾋﾞｰLower+	Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞｰUpper+	Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞｰB+	Basic+	50分
2.5	◎ﾋﾞｰTotalBody	Total Body	30分
2.5	◎ﾋﾞｰRefBody	Refresh Body	30分
3	◎ﾋﾞｰH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞｰRefCore	Refresh Core	30分
3.5	◎ﾋﾞｰWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞｰB&A+	Back&Arms+	50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(金)	11:50-12:35	1 見学会(2.45)	中西はづき
1(金)	16:00-16:45	1 見学会(2.45)	長谷川七瀬
1(金)	19:00-19:45	1 見学会(2.45)	初谷仁美
2(土)	13:20-14:05	1 見学会(2.45)	初谷仁美
2(土)	16:10-16:55	1 見学会(2.45)	日高美鈴
2(土)	18:40-19:25	1 見学会(2.45)	加藤明日薫
4(月)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	倉橋怜菜
4(月)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	森菜々子
4(月)	15:40-16:25	1 見学会(2.45)	中垣内久枝
5(火)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	初谷仁美
5(火)	13:00-13:45	1 見学会(2.45)	中垣内久枝
5(火)	16:00-16:45	1 見学会(2.45)	倉橋怜菜
5(火)	19:20-20:05	1 見学会(2.45)	加藤明日薫
6(水)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	森菜々子
6(水)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	中西はづき
6(水)	15:20-16:05	1 見学会(2.45)	中垣内久枝
7(木)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	森菜々子
7(木)	13:20-14:05	1 見学会(2.45)	倉橋怜菜
7(木)	16:30-17:15	1 見学会(2.45)	初谷仁美
7(木)	19:10-19:55	1 見学会(2.45)	倉橋怜菜
8(金)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	柴田華倫
8(金)	17:50-18:35	1 見学会(2.45)	倉橋怜菜
9(土)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	中西はづき
9(土)	13:00-13:45	1 見学会(2.45)	加藤明日薫
9(土)	16:20-17:05	1 見学会(2.45)	森菜々子
9(土)	19:00-19:45	1 見学会(2.45)	日高美鈴
11(月)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	長谷川七瀬
11(月)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	森菜々子
11(月)	15:40-16:25	1 見学会(2.45)	中垣内久枝
11(月)	18:20-19:05	1 見学会(2.45)	初谷仁美
15(金)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	初谷仁美
15(金)	14:00-14:45	1 見学会(2.45)	中垣内久枝
15(金)	16:40-17:25	1 見学会(2.45)	倉橋怜菜
16(土)	10:20-11:05	1 見学会(2.45)	中西はづき
16(土)	13:00-13:45	1 見学会(2.45)	倉橋怜菜
16(土)	16:20-17:05	1 見学会(2.45)	初谷仁美
16(土)	19:00-19:45	1 見学会(2.45)	中垣内久枝
18(月)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	日高美鈴
18(月)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	柴田麻裕
18(月)	15:40-16:25	1 見学会(2.45)	倉橋怜菜
18(月)	18:20-19:05	1 見学会(2.45)	森菜々子
19(火)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	中垣内久枝
19(火)	12:40-13:25	1 見学会(2.45)	中垣内久枝
19(火)	15:00-15:45	1 見学会(2.45)	中西はづき
20(水)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	新垣理花
20(水)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	新垣理花
20(水)	14:20-15:05	1 見学会(2.45)	倉橋怜菜
20(水)	16:50-17:35	1 見学会(2.45)	柴田華倫
20(水)	19:10-19:55	1 見学会(2.45)	吉川凜
21(木)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	中西はづき
21(木)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	森菜々子

	レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
21(木)	14:20-15:05	1	見学会(2.45)	倉橋怜菜
21(木)	17:40-18:25	1	見学会(2.45)	加藤明日薫
22(金)	09:20-10:05	1	見学会(2.45)	森菜々子
22(金)	11:40-12:25	1	見学会(2.45)	中西はづき
22(金)	14:00-14:45	1	見学会(2.45)	柴田麻裕
22(金)	18:00-18:45	1	見学会(2.45)	倉橋怜菜
23(土)	10:40-11:25	1	見学会(2.45)	中垣内久枝
23(土)	13:00-13:45	1	見学会(2.45)	初谷仁美
23(土)	16:40-17:25	1	見学会(2.45)	加藤明日薫
25(月)	10:40-11:25	1	見学会(2.45)	中西はづき
25(月)	13:20-14:05	1	見学会(2.45)	徳井朱里
25(月)	16:00-16:45	1	見学会(2.45)	倉橋怜菜
26(火)	09:20-10:05	1	見学会(2.45)	森菜々子
26(火)	11:40-12:25	1	見学会(2.45)	中垣内久枝
26(火)	18:00-18:45	1	見学会(2.45)	初谷仁美
27(水)	09:20-10:05	1	見学会(2.45)	森菜々子
27(水)	11:40-12:25	1	見学会(2.45)	中垣内久枝
27(水)	14:20-15:05	1	見学会(2.45)	加藤明日薫
27(水)	19:20-20:05	1	見学会(2.45)	森菜々子
28(木)	09:20-10:05	1	見学会(2.45)	初谷仁美
28(木)	12:00-12:45	1	見学会(2.45)	初谷仁美
28(木)	14:40-15:25	1	見学会(2.45)	日高美鈴
28(木)	18:10-18:55	1	見学会(2.45)	日高美鈴
29(金)	10:20-11:05	1	見学会(2.45)	中西はづき
29(金)	12:50-13:35	1	見学会(2.45)	中西はづき
30(土)	10:40-11:25	1	見学会(2.45)	初谷仁美
30(土)	13:20-14:05	1	見学会(2.45)	加藤明日薫
30(土)	17:20-18:05	1	見学会(2.45)	長谷川七瀬

○

… 常温レッスン

●

… 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+

