

2026年10月レッスンスケジュール Rintosull ららぽーと安城店(全スタジオ:女性専用)

※2026年10月09日02:03 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。

	1日(木)	2日(金)	3日(土)	4日(日)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	10日(土)	11日(日)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	16日(金)	17日(土)	18日(日)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	24日(土)	
	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	
																									
											</														

[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 +	60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StretchC Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ﾋﾞｭRefBody Refresh Body	30分
2.5	◎ﾋﾞｭChestSR Chest Spine Release	30分
2.5	Ex45ﾋﾞｭChestSR 【Extra45】Chest Spine Release	45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JumpM Jump Movement+	50分
3.5	◎ﾋﾞｭB&A+ Back&Arms+	50分
3.5	◎ﾋﾞｭcore Shape up Core	30分
3.5	◎ﾋﾞｭControlF Control Flow	30分
3.5	Ex45ﾋﾞｭControlF 【Extra45】Control Flow	45分
4	◎ﾋﾞｭA+ Advance+	50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) 14:30-15:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	長谷川七瀬
1(木) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中西はづき
2(金) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	井上美優
2(金) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	遠島綾華
3(土) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中西はづき
3(土) 16:40-17:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	長谷川七瀬
5(月) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水彩花
5(月) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水彩花
6(火) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	井上美優
6(火) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	遠島綾華
7(水) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	長谷川七瀬
7(水) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中西美月
8(木) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水彩花
8(木) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	井上美優
9(金) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水彩花
9(金) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	長谷川七瀬
10(土) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	久野真衣
10(土) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中西はづき
12(月) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	長谷川七瀬
12(月) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	遠島綾華
13(火) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水彩花
13(火) 19:50-20:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	遠島綾華
14(水) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水彩花
14(水) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	長谷川七瀬
15(木) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	遠島綾華
15(木) 18:00-18:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	井上美優
16(金) 15:30-16:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	遠島綾華
16(金) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	遠島綾華
17(土) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	井上美優
17(土) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	遠島綾華
19(月) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中西はづき
19(月) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水彩花
20(火) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	井上美優
21(水) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中西はづき
21(水) 15:40-16:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中西はづき
21(水) 21:20-21:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	長谷川七瀬
22(木) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	遠島綾華
22(木) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水彩花
23(金) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中西はづき
23(金) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水彩花
24(土) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	遠島綾華
24(土) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	遠島綾華
26(月) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	遠島綾華
26(月) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	井上美優
27(火) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	遠島綾華
27(火) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	遠島綾華
28(水) 21:10-21:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	長谷川七瀬
29(木) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	内山美理
29(木) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水彩花
30(金) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	井上美優
30(金) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	遠島綾華

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)	10:50-11:20	3 Rintosull MIX Halloween 2026	井上美優
31(土)	13:10-13:40	3 Rintosull MIX Halloween 2026	中西はづき
31(土)	18:00-18:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	井上美優

○

… 常溫レッスン

●

… 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)

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

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。

⌚

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+

