

※2026年07月15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。

※2026年07月15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StretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	Rin-Ballet	Rin-Ballet	30分
3	◎ﾋﾞｰH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞｰHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ﾋﾞｰRefCore	Refresh Core	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Ex45ﾋﾞｰRefCore	[Extra45]Refresh Core	45分
3.5	◎ﾋﾞｰWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞｰB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ﾋﾞｰcore	Shape up Core	30分
4	Cardio Reform Blast	Cardio Reform Blast	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(土) 09:10-09:40	3	Rintosul MIX Summer 2026	田邊満里奈
1(土) 11:20-11:50	3	Rintosul MIX Summer 2026	今井千晴
1(土) 17:50-18:20	3	Rintosul MIX Summer 2026	中鉢美樹
3(月) 10:50-11:20	3	Rintosul MIX Summer 2026	田邊満里奈
3(月) 19:40-20:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	今井千晴
4(火) 12:10-12:40	3	Rintosul MIX Summer 2026	中鉢美樹
4(火) 18:40-19:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	中鉢美樹
4(火) 20:50-21:20	3	Rintosul MIX Summer 2026	今井千晴
5(水) 13:10-13:40	3	Rintosul MIX Summer 2026	中鉢美樹
5(水) 17:40-18:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	中鉢美樹
7(金) 09:30-10:00	3	Rintosul MIX Summer 2026	中鉢美樹
7(金) 18:40-19:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	中鉢美樹
8(土) 10:40-11:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	今井千晴
8(土) 15:10-15:40	3	Rintosul MIX Summer 2026	中鉢美樹
10(月) 09:30-10:00	3	Rintosul MIX Summer 2026	今井千晴
10(月) 20:50-21:20	3	Rintosul MIX Summer 2026	中鉢美樹
15(土) 08:00-08:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	今井千晴
15(土) 11:40-12:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	今井千晴
15(土) 14:30-15:00	3	Rintosul MIX Summer 2026	今井千晴
17(月) 12:10-12:40	3	Rintosul MIX Summer 2026	今井千晴
17(月) 17:50-18:20	3	Rintosul MIX Summer 2026	今井千晴
17(月) 20:00-20:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	宇佐美凛乃
18(火) 13:10-13:40	3	Rintosul MIX Summer 2026	宇佐美凛乃
18(火) 21:20-21:50	3	Rintosul MIX Summer 2026	宇佐美凛乃
19(水) 09:30-10:00	3	Rintosul MIX Summer 2026	今井千晴
19(水) 11:30-12:00	3	Rintosul MIX Summer 2026	今井千晴
19(水) 18:30-19:00	3	Rintosul MIX Summer 2026	今井千晴
20(木) 17:30-18:00	3	Rintosul MIX Summer 2026	宇佐美凛乃
20(木) 19:50-20:20	3	Rintosul MIX Summer 2026	宇佐美凛乃
22(土) 09:00-09:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	今井千晴
22(土) 15:10-15:40	3	Rintosul MIX Summer 2026	宇佐美凛乃
24(月) 10:50-11:20	3	Rintosul MIX Summer 2026	宇佐美凛乃
24(月) 17:40-18:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	今井千晴
25(火) 12:10-12:40	3	Rintosul MIX Summer 2026	宇佐美凛乃
25(火) 19:00-19:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	今井千晴
25(火) 21:20-21:50	3	Rintosul MIX Summer 2026	今井千晴
26(水) 10:30-11:00	3	Rintosul MIX Summer 2026	宇佐美凛乃
26(水) 19:40-20:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	今井千晴
28(金) 20:00-20:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	宇佐美凛乃
29(土) 09:20-09:50	3	Rintosul MIX Summer 2026	今井千晴
29(土) 16:30-17:00	3	Rintosul MIX Summer 2026	宇佐美凛乃
31(月) 10:30-11:00	3	Rintosul MIX Summer 2026	宇佐美凛乃
31(月) 17:30-18:00	3	Rintosul MIX Summer 2026	今井千晴
31(月) 21:00-21:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	今井千晴

○ … 常温レッスン
 ● … 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)

【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+

