

※2026年08月23日02:00 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08月23日02:00 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TotalBody Total Body	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗStretchC Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗRefBody Refresh Body	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗChestSR Chest Spine Release	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	◎ﾋﾞﾗPerBackBody Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic Power Basic	45分
3	Ex45ﾋﾞﾗRefBody [Extra45]Refresh Body	45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core Shape up Core	30分
3.5	Strong Hip&Legs Strong Hip&Legs	45分
3.5	Strong Back&Arms Strong Back&Arms	45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
1(土) 14:10-14:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	堀川杏実
1(土) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	的野ちはる
1(土) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	的野ちはる
3(月) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	的野ちはる
3(月) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	的野ちはる
4(火) 11:30-12:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	堀川杏実
4(火) 13:50-14:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	堀川杏実
6(木) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	的野ちはる
6(木) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	的野ちはる
7(金) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	的野ちはる
8(土) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	堀川杏実
8(土) 15:00-15:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	堀川杏実
8(土) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	的野ちはる
10(月) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	的野ちはる
14(金) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	的野ちはる
14(金) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	堀川杏実
14(金) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	堀川杏実
15(土) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	堀川杏実
15(土) 13:40-14:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	堀川杏実
17(月) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	島田幸芽
17(月) 15:00-15:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	島田幸芽
17(月) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	堀川杏実
18(火) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	的野ちはる
18(火) 16:10-16:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	的野ちはる
19(水) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	的野ちはる
19(水) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	的野ちはる
20(木) 11:30-12:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	的野ちはる
21(金) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	的野ちはる
21(金) 14:40-15:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	的野ちはる
21(金) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	島田幸芽
22(土) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	島田幸芽
22(土) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	島田幸芽
24(月) 13:50-14:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	的野ちはる
24(月) 16:40-17:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	島田幸芽
24(月) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	島田幸芽
25(火) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	島田幸芽
25(火) 15:50-16:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	島田幸芽
25(火) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	島田幸芽
27(木) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	島田幸芽
27(木) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	的野ちはる
29(土) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	的野ちはる
29(土) 14:40-15:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	的野ちはる
29(土) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	島田幸芽
31(月) 17:50-18:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	島田幸芽

○ … 常溫レッスン	SP … 特別レッスン	【注意事項】
● … 体験レッスン予約可能	WS … プレミアムワークショップ (追加料金あり)	
10分 … 10分講座		● スケジュール、担当インストラクターは 予告なく変更の場合がございますので、 予めご了承ください。
10分 … 10分講座		● レッスンの開始時間を過ぎてしまっ た場合はご愛顧いただけません。 お時間にも余裕をもってお越しください。
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 … 10分講座	
	21:00-22:00 レッスン名 インストラクター名	
	10分 … 10分講座	



【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+

