

※2026年10月08日02:05 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RefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗChestSR	Chest Spine Release	30分
2.5	Ex45CﾗChestSR	[Extra45]Chest Spine Release	45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	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3	Ex45CﾗRefCore	[Extra45]Refresh Core	45分
3	Ex45CﾗRefBody	[Extra45]Refresh Body	45分
3	Ex45CﾗHipLine	[Extra45]Make Hip Line	45分
3	Ex45CﾗBackStyle	[Extra45]Beauty Back Style	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	◎ﾋﾞﾗControlF	Control Flow	30分
3.5	Strong Hip&Legs	Strong Hip&Legs	45分
3.5	Strong Back&Arms	Strong Back&Arms	45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) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田尾安梨奈
1(木) 14:10-14:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田尾安梨奈
2(金) 14:30-15:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田尾安梨奈
2(金) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	島田幸芽
3(土) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	南保一葉
3(土) 16:40-17:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	遠藤花歩
5(月) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	島田幸芽
5(月) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	遠藤花歩
6(火) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	南保一葉
6(火) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田尾安梨奈
7(水) 11:30-12:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	島田幸芽
7(水) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田尾安梨奈
8(木) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	島田幸芽
8(木) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	南保一葉
9(金) 14:10-14:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	南保一葉
9(金) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	南保一葉
10(土) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	島田幸芽
10(土) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田尾安梨奈
12(月) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田尾安梨奈
12(月) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田尾安梨奈
13(火) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	島田幸芽
13(火) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	南保一葉
14(水) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田尾安梨奈
14(水) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田尾安梨奈
15(木) 15:00-15:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	南保一葉
15(木) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	南保一葉
16(金) 11:30-12:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	松本陽向
16(金) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田尾安梨奈
17(土) 14:10-14:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	松本陽向
17(土) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	南保一葉
19(月) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田尾安梨奈
19(月) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田尾安梨奈
20(火) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	南保一葉
20(火) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田尾安梨奈
22(木) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	島田幸芽
22(木) 15:00-15:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	南保一葉
23(金) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	南保一葉
23(金) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	南保一葉
24(土) 17:30-18:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田尾安梨奈
24(土) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	遠藤花歩
26(月) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田尾安梨奈
26(月) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	南保一葉
27(火) 14:10-14:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田尾安梨奈
27(火) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	島田幸芽
28(水) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	南保一葉
28(水) 15:10-15:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	南保一葉
29(木) 12:50-13:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	南保一葉
29(木) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	田尾安梨奈
30(金) 11:30-12:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	島田幸芽
30(金) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	南保一葉
31(土) 14:10-14:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	南保一葉

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)	20:00-20:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	田尾安梨奈

○ … 常週レッスン
● … 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)

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+

