

※2025年07月31日02:02 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。

※2025年07月31日02:02 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	◎ヒップLower+	Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎ヒップUpper+	Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ヒップB+	Basic+	50分
3	◎ヒップH&L+	Hip&Legs+	50分
3.5	◎ヒップWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ヒップB&A+	Back&Arms+	50分

【SP:特別レッスン】

👑=トップインストラクター

レッスンの日	曜日	レッスン名	担当インストラクター
1(火)	12:20-13:05	見学会(2.45)	亀井彩寧
1(火)	17:05-17:50	見学会(2.45)	武藤朱音
2(水)	10:50-11:35	見学会(1.45)	武藤朱音
2(水)	16:20-17:05	見学会(2.45)	山田悠
3(木)	10:50-11:35	見学会(1.45)	高橋実耶果
3(木)	12:20-13:05	見学会(1.45)	山田悠
3(木)	17:00-17:45	見学会(2.45)	山田悠
4(金)	12:20-13:05	見学会(2.45)	高橋実耶果
4(金)	15:30-16:15	見学会(2.45)	小島李紗
5(土)	10:50-11:35	見学会(2.45)	亀井彩寧
5(土)	12:20-13:05	見学会(2.45)	武藤朱音
5(土)	16:30-17:15	見学会(2.45)	武藤朱音
5(土)	17:55-18:40	見学会(1.45)	小島李紗
7(月)	09:30-10:15	見学会(2.45)	山田悠
7(月)	10:50-11:35	見学会(2.45)	高橋実耶果
7(月)	18:20-19:05	見学会(2.45)	小島李紗
8(火)	09:20-10:05	見学会(1.45)	高橋実耶果
8(火)	12:20-13:05	見学会(2.45)	武藤朱音
8(火)	13:55-14:40	見学会(2.45)	亀井彩寧
8(火)	15:50-16:35	見学会(1.45)	亀井彩寧
9(水)	09:20-10:05	見学会(1.45)	武藤朱音
9(水)	12:20-13:05	見学会(2.45)	山田悠
9(水)	16:20-17:05	見学会(2.45)	小島李紗
10(木)	12:20-13:05	見学会(1.45)	武藤朱音
10(木)	15:50-16:35	見学会(2.45)	亀井彩寧
10(木)	18:50-19:35	見学会(1.45)	武藤朱音
11(金)	09:20-10:05	見学会(1.45)	小島李紗
11(金)	12:20-13:05	見学会(1.45)	山田悠
11(金)	15:30-16:15	見学会(2.45)	山田悠
11(金)	16:20-17:05	見学会(1.45)	高橋実耶果
12(土)	10:50-11:35	見学会(1.45)	山田悠
12(土)	12:20-13:05	見学会(1.45)	武藤朱音
12(土)	15:50-16:35	見学会(1.45)	高橋実耶果
14(月)	09:20-10:05	見学会(2.45)	山田悠
14(月)	12:20-13:05	見学会(2.45)	高橋実耶果
14(月)	16:20-17:05	見学会(2.45)	亀井彩寧
15(火)	09:20-10:05	見学会(2.45)	
15(火)	13:50-14:35	見学会(2.45)	武藤朱音
15(火)	17:50-18:35	見学会(1.45)	高橋実耶果
16(水)	12:20-13:05	見学会(2.45)	武藤朱音
16(水)	16:20-17:05	見学会(2.45)	亀井彩寧
17(木)	10:50-11:35	見学会(1.45)	小島李紗
17(木)	15:50-16:35	見学会(1.45)	高橋実耶果
18(金)	09:20-10:05	見学会(1.45)	武藤朱音
18(金)	12:20-13:05	見学会(1.45)	亀井彩寧
18(金)	16:20-17:05	見学会(1.45)	小島李紗
18(金)	17:50-18:35	見学会(1.45)	高橋実耶果
19(土)	10:50-11:35	見学会(2.45)	武藤朱音
19(土)	12:20-13:05	見学会(1.45)	小島李紗
19(土)	15:20-16:05	見学会(1.45)	高橋実耶果
21(月)	10:50-11:35	見学会(1.45)	亀井彩寧

レッスンの日	曜日	レッスン名	担当インストラクター
21(月)	13:50-14:35	見学会(2.45)	小島李紗
21(月)	15:30-16:15	見学会(1.45)	高橋実耶果
21(月)	16:50-17:35	見学会(2.45)	武藤朱音
22(火)	12:20-13:05	見学会(2.45)	亀井彩寧
22(火)	16:20-17:05	見学会(2.45)	小島李紗
22(火)	18:00-18:45	見学会(1.45)	高橋実耶果
22(火)	19:20-20:05	見学会(2.45)	武藤朱音
23(水)	09:20-10:05	見学会(1.45)	亀井彩寧
23(水)	12:20-13:05	見学会(2.45)	山田悠
23(水)	15:50-16:35	見学会(2.45)	高橋実耶果
24(木)	12:20-13:05	見学会(2.45)	亀井彩寧
24(木)	15:50-16:35	見学会(2.45)	武藤朱音
25(金)	10:50-11:35	見学会(2.45)	高橋実耶果
25(金)	17:50-18:35	見学会(1.45)	武藤朱音
26(土)	10:50-11:35	見学会(2.45)	小島李紗
26(土)	13:50-14:35	見学会(2.45)	武藤朱音
26(土)	15:30-16:15	見学会(1.45)	山田悠
26(土)	16:50-17:35	見学会(1.45)	高橋実耶果
28(月)	11:00-11:45	見学会(2.45)	亀井彩寧
28(月)	12:20-13:05	見学会(2.45)	山田悠
28(月)	15:50-16:35	見学会(2.45)	高橋実耶果
29(火)	09:20-10:05	見学会(1.45)	武藤朱音
30(水)	10:50-11:35	見学会(1.45)	武藤朱音
30(水)	17:50-18:35	見学会(2.45)	小島李紗

○ … 常温レッスン
● … 体験レッスン予約可能
10分 10分講座

18:30-19:30
レッスン名
インストラクター名
10分

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)

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
場合はご愛顧いただけません。
お時間に余裕をもってお越しください。

Rintosull

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+



【PC/スマートフォン】 www.rintosull.jp