

※2026年08月23日02:04 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	◎ﾋﾞﾗﾞLower+	Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗﾞUpper+	Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗﾞB+	Basic+	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗﾞTotalBody	Total Body	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗﾞStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗﾞRefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗﾞChestSR	Chest Spine Release	30分
2.5	Rin-Ballet	Rin-Ballet	30分
3	◎ﾋﾞﾗﾞH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞﾗﾞRefCore	Refresh Core	30分
3	◎ﾋﾞﾗﾞPerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3	Ex45ﾗﾞﾗﾞRefCore	[Extra45]Refresh Core	45分
3.5	◎ﾋﾞﾗﾞWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗﾞJumpM	Jump Movement+	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗﾞB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗﾞCore	Shape up Core	30分
3.5	◎ﾋﾞﾗﾞControlF	Control Flow	30分
3.5	Strong Hip&Legs	Strong Hip&Legs	45分
4	◎ﾋﾞﾗﾞA+	Advance+	50分
4	Cardio Reform Blast	Cardio Reform Blast	30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

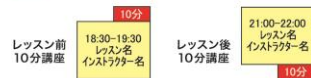
レッスンの日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(土) 09:20-09:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	奥村楓夏
1(土) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	榎本泉
3(月) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	川又奏子
3(月) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	瀬野萌子
4(火) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	瀬野萌子
4(火) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	奥村楓夏
5(水) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	川又奏子
5(水) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	榎本泉
5(水) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	川又奏子
6(木) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	福田真美
6(木) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	奥村楓夏
7(金) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	榎本泉
7(金) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	福田真美
8(土) 09:20-09:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	川又奏子
8(土) 14:40-15:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	奥村楓夏
10(月) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	福田真美
10(月) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	榎本泉
11(火) 10:40-11:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	奥村楓夏
11(火) 14:40-15:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	瀬野萌子
12(水) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	福田真美
12(水) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	榎本泉
13(木) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	川又奏子
17(月) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	福田真美
17(月) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	奥村楓夏
18(火) 12:50-13:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	川又奏子
18(火) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	奥村楓夏
20(木) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	奥村楓夏
20(木) 17:10-17:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	川又奏子
21(金) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	川又奏子
21(金) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	奥村楓夏
22(土) 09:20-09:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	瀬野萌子
24(月) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	福田真美
25(火) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	福田真美
25(火) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	福田真美
25(火) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	奥村楓夏
26(水) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	奥村楓夏
28(金) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	福田真美
29(土) 13:20-13:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	川又奏子
31(月) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	奥村楓夏
31(月) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	福田真美

○ … 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
 (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+

