

※2026年10月09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10月09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	レッスンの名		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	◎ﾋﾞｰRefBody	Refresh Body	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	◎ﾋﾞｰPerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	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
3.5	◎ﾋﾞｰControlF	Control Flow	30分
4	◎ﾋﾞｰA+	Advance+	50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(木) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高岡里杏
1(木) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川満安莉
2(金) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	杉本裕子
2(金) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吉野天音
3(土) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川満安莉
3(土) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	杉本裕子
5(月) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吉野天音
6(火) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川満安莉
6(火) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川満安莉
7(水) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	杉本裕子
7(水) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川満安莉
8(木) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吉野天音
8(木) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清水優花
9(金) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高岡里杏
9(金) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吉野天音
10(土) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中澤美宇
10(土) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中澤美宇
10(土) 18:10-18:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吉野天音
12(月) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中澤美宇
12(月) 15:00-15:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	吉野天音
13(火) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中澤美宇
13(火) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川満安莉
14(水) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中澤美宇
14(水) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中澤美宇
15(木) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川満安莉
15(木) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川満安莉
16(金) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高岡里杏
17(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中澤美宇
17(土) 15:00-15:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中澤美宇
19(月) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川満安莉
19(月) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	金田愛里
20(火) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	金田愛里
20(火) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川満安莉
22(木) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中澤美宇
22(木) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中澤美宇
23(金) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	金田愛里
23(金) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中澤美宇
24(土) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中澤美宇
24(土) 16:00-16:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川満安莉
26(月) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高岡里杏
27(火) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	高岡里杏
27(火) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中島奈央
28(水) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中澤美宇
28(水) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中島奈央
29(木) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中島奈央
29(木) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中澤美宇
30(金) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中澤美宇
30(金) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川満安莉
31(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中島奈央

