

※2026年07月15日02:10 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07月15日02:10 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	◎ﾋﾞｭLower+	Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞｭUpper+	Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞｭB+	Basic+	50分
2.5	◎ﾋﾞｭTotalBody	Total Body	30分
2.5	◎ﾋﾞｭStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ﾋﾞｭRefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ﾋﾞｭChestSR	Chest Spine Release	30分
2.5	Rin-Ballet	Rin-Ballet	30分
3	◎ﾋﾞｭH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞｭBackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎ﾋﾞｭHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ﾋﾞｭRefCore	Refresh Core	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3	Ex45ﾋﾞｭRefCore	[Extra45]Refresh Core	45分
3.5	◎ﾋﾞｭWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞｭB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ﾋﾞｭ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	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

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩崎奏子
1(土) 14:00-14:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩崎奏子
3(月) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	川添友理奈
3(月) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山本彩加
4(火) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩崎奏子
4(火) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	川添友理奈
5(水) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山本彩加
6(木) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩崎奏子
6(木) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	山本彩加
7(金) 14:30-15:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	山本彩加
7(金) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山本彩加
8(土) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	山本彩加
8(土) 16:00-16:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山本彩加
10(月) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	山本彩加
10(月) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	川添友理奈
11(火) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	川添友理奈
11(火) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	川添友理奈
12(水) 15:30-16:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	山本彩加
12(水) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	山本彩加
13(木) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩崎奏子
13(木) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山本彩加
17(月) 15:00-15:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山本彩加
18(火) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	山本彩加
18(火) 13:20-13:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	川添友理奈
18(火) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	山本彩加
19(水) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩崎奏子
19(水) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	川添友理奈
19(水) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	川添友理奈
20(木) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山本彩加
20(木) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩崎奏子
21(金) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	山本彩加
21(金) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	川添友理奈
22(土) 10:40-11:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	川添友理奈
22(土) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	川添友理奈
24(月) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	川添友理奈
25(火) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	川添友理奈
25(火) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	川添友理奈
25(火) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩崎奏子
27(木) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	山本彩加
27(木) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山本彩加
28(金) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	川添友理奈
28(金) 16:30-17:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	川添友理奈
29(土) 09:20-09:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩崎奏子
29(土) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	川添友理奈
31(月) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩崎奏子
31(月) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	川添友理奈

