

※2026年10月14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。

※2026年10月14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	レッスンの名		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BackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎ﾋﾞﾗﾞHipLine	Make Hip Line	30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	Ex45L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
3.5	Strong Back&Arms	Strong Back&Arms	45分
4	◎ﾋﾞﾗﾞA+	Advance+	50分
4	Cardio Reform Blast	Cardio Reform Blast	30分

【SP:特別レッスン】

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)	10:30-11:00	Rintosul MIX Halloween 2026	影山咲子
1(木)	17:20-17:50	Rintosul MIX Halloween 2026	影山咲子
2(金)	09:30-10:00	Rintosul MIX Halloween 2026	影山咲子
2(金)	17:20-17:50	Rintosul MIX Halloween 2026	影山咲子
2(金)	21:00-21:30	Rintosul MIX Halloween 2026	湯浅姫乃
3(土)	16:10-16:40	Rintosul MIX Halloween 2026	西田梨緒
5(月)	12:10-12:40	Rintosul MIX Halloween 2026	影山咲子
6(火)	09:30-10:00	Rintosul MIX Halloween 2026	影山咲子
6(火)	18:40-19:10	Rintosul MIX Halloween 2026	影山咲子
7(水)	12:10-12:40	Rintosul MIX Halloween 2026	湯浅姫乃
7(水)	19:00-19:30	Rintosul MIX Halloween 2026	湯浅姫乃
8(木)	11:50-12:20	Rintosul MIX Halloween 2026	西田梨緒
8(木)	18:30-19:00	Rintosul MIX Halloween 2026	湯浅姫乃
9(金)	13:10-13:40	Rintosul MIX Halloween 2026	影山咲子
9(金)	20:00-20:30	Rintosul MIX Halloween 2026	影山咲子
10(土)	10:50-11:20	Rintosul MIX Halloween 2026	湯浅姫乃
10(土)	14:10-14:40	Rintosul MIX Halloween 2026	湯浅姫乃
12(月)	14:50-15:20	Rintosul MIX Halloween 2026	西田梨緒
13(火)	11:50-12:20	Rintosul MIX Halloween 2026	影山咲子
13(火)	21:00-21:30	Rintosul MIX Halloween 2026	影山咲子
14(水)	09:30-10:00	Rintosul MIX Halloween 2026	湯浅姫乃
14(水)	21:00-21:30	Rintosul MIX Halloween 2026	西田梨緒
15(木)	10:50-11:20	Rintosul MIX Halloween 2026	影山咲子
15(木)	17:20-17:50	Rintosul MIX Halloween 2026	影山咲子
16(金)	12:10-12:40	Rintosul MIX Halloween 2026	影山咲子
16(金)	18:40-19:10	Rintosul MIX Halloween 2026	影山咲子
17(土)	17:30-18:00	Rintosul MIX Halloween 2026	湯浅姫乃
19(月)	17:20-17:50	Rintosul MIX Halloween 2026	影山咲子
19(月)	21:00-21:30	Rintosul MIX Halloween 2026	湯浅姫乃
20(火)	18:40-19:10	Rintosul MIX Halloween 2026	湯浅姫乃
20(火)	21:00-21:30	Rintosul MIX Halloween 2026	影山咲子
22(木)	18:30-19:00	Rintosul MIX Halloween 2026	影山咲子
23(金)	13:10-13:40	Rintosul MIX Halloween 2026	影山咲子
23(金)	19:00-19:30	Rintosul MIX Halloween 2026	影山咲子
24(土)	14:50-15:20	Rintosul MIX Halloween 2026	湯浅姫乃
26(月)	12:10-12:40	Rintosul MIX Halloween 2026	影山咲子
26(月)	20:50-21:20	Rintosul MIX Halloween 2026	西田梨緒
27(火)	20:00-20:30	Rintosul MIX Halloween 2026	影山咲子
28(水)	13:10-13:40	Rintosul MIX Halloween 2026	湯浅姫乃
28(水)	18:40-19:10	Rintosul MIX Halloween 2026	湯浅姫乃
29(木)	09:30-10:00	Rintosul MIX Halloween 2026	西田梨緒
29(木)	17:30-18:00	Rintosul MIX Halloween 2026	湯浅姫乃
30(金)	10:50-11:20	Rintosul MIX Halloween 2026	影山咲子
30(金)	18:40-19:10	Rintosul MIX Halloween 2026	湯浅姫乃
31(土)	09:30-10:00	Rintosul MIX Halloween 2026	影山咲子
31(土)	13:50-14:20	Rintosul MIX Halloween 2026	影山咲子

