

2025年11月レッスンスケジュール Rintosull 田無店(全スタジオ:女性専用)

※2025年11月20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。

【マシンピラティス】

強度	レッスン名	時間	
2.5	◎ピラLower+	Lower Body Make-up+	50分
2.5	◎ピラUpper+	Upper Body Make-up+	50分
2.5	◎ピラB+	Basic+	50分
2.5	◎ピラTotalBody	Total Body	30分
2.5	◎ピラStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ピラReBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ピラChestSR	Chest Spine Release	30分
3	◎ピラH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ピラBackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎ピラHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ピラRefCore	Refresh Core	30分
3	◎ピラPerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	SP	RintosullIMIX Christmas2025	30分
3.5	◎ピラWaist+	Waist Shape+	50分
3.5	◎ピラB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ピラcore	Shape up Core	30分
3.5	◎ピラControlF	Control Flow	30分

【SP:特別レッスン】

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) 09:40-10:25	1	見学会(2.45)	岸峯綾乃
1(土) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	藤原菜央子
1(土) 14:50-15:35	1	見学会(2.45)	熊谷依莉
1(土) 17:10-17:55	1	見学会(2.45)	岸峯綾乃
3(月) 09:40-10:25	1	見学会(2.45)	橋本怜有乃
3(月) 12:00-12:45	1	見学会(2.45)	岸峯綾乃
3(月) 16:30-17:15	1	見学会(2.45)	閑口春佳
4(火) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	岸峯綾乃
4(火) 10:50-11:35	1	見学会(2.45)	閑口春佳
4(火) 19:45-20:30	1	見学会(2.45)	熊谷依莉
5(水) 10:10-10:55	1	見学会(2.45)	岸峯綾乃
5(水) 19:30-20:15	1	見学会(2.45)	閑口春佳
6(木) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	藤原菜央子
6(木) 12:30-13:15	1	見学会(2.45)	岸峯綾乃
6(木) 17:10-17:55	1	見学会(2.45)	藤原菜央子
7(金) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	藤原菜央子
7(金) 12:10-12:55	1	見学会(2.45)	閑口春佳
7(金) 17:10-17:55	1	見学会(2.45)	橋本怜有乃
7(金) 18:30-19:15	1	見学会(2.45)	閑口春佳
8(土) 11:10-11:55	1	見学会(2.45)	橋本怜有乃
8(土) 14:20-15:05	1	見学会(2.45)	岸峯綾乃
10(月) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	橋本怜有乃
10(月) 12:30-13:15	1	見学会(2.45)	閑口春佳
10(月) 17:10-17:55	1	見学会(2.45)	藤原菜央子
10(月) 19:30-20:15	1	見学会(2.45)	熊谷依莉
11(火) 10:10-10:55	1	見学会(2.45)	橋本怜有乃
11(火) 12:30-13:15	1	見学会(2.45)	岸峯綾乃
11(火) 17:30-18:15	1	見学会(2.45)	閑口春佳
11(火) 18:50-19:35	1	見学会(2.45)	熊谷依莉
12(水) 11:10-11:55	1	見学会(2.45)	岸峯綾乃
12(水) 12:30-13:15	1	見学会(2.45)	閑口春佳
12(水) 17:10-17:55	1	見学会(2.45)	藤原菜央子
13(木) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	岸峯綾乃
13(木) 13:50-14:35	1	見学会(2.45)	熊谷依莉
13(木) 18:30-19:15	1	見学会(2.45)	橋本怜有乃
14(金) 10:10-10:55	1	見学会(2.45)	熊谷依莉
14(金) 12:10-12:55	1	見学会(2.45)	閑口春佳
14(金) 18:30-19:15	1	見学会(2.45)	藤原菜央子
15(土) 10:20-11:05	1	見学会(2.45)	閑口春佳
15(土) 14:20-15:05	1	見学会(2.45)	岸峯綾乃
17(月) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	岸峯綾乃
17(月) 18:10-18:55	1	見学会(2.45)	藤原菜央子
18(火) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	岸峯綾乃
18(火) 17:30-18:15	1	見学会(2.45)	藤原菜央子
18(火) 19:50-20:35	1	見学会(2.45)	閑口春佳
19(水) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	橋本怜有乃
19(水) 11:10-11:55	1	見学会(2.45)	熊谷依莉
20(木) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	藤原菜央子
20(木) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	橋本怜有乃
20(木) 17:30-18:15	1	見学会(2.45)	熊谷依莉
20(木) 19:50-20:35	1	見学会(2.45)	岸峯綾乃

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
21(金) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	橋本怜有乃
21(金) 12:30-13:15	1	見学会(2.45)	藤原菜央子
21(金) 18:10-18:55	1	見学会(2.45)	岸峯綾乃
22(土) 08:20-09:05	1	見学会(2.45)	熊谷依莉
22(土) 11:00-11:45	1	見学会(2.45)	岸峯綾乃
22(土) 15:15-16:00	1	見学会(2.45)	橋本怜有乃
24(月) 08:20-09:05	1	見学会(2.45)	藤原菜央子
24(月) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	閑口春佳
24(月) 14:10-14:55	1	見学会(2.45)	熊谷依莉
25(火) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	橋本怜有乃
25(火) 11:40-12:25	1	見学会(2.45)	熊谷依莉
25(火) 13:50-14:35	1	見学会(2.45)	岸峯綾乃
25(火) 18:50-19:35	1	見学会(2.45)	橋本怜有乃
26(水) 08:50-09:35	1	見学会(2.45)	藤原菜央子
26(水) 10:50-11:35	1	見学会(2.45)	閑口春佳
26(水) 17:10-17:55	1	見学会(2.45)	岸峯綾乃
26(水) 19:30-20:15	1	見学会(2.45)	藤原菜央子
27(木) 10:50-11:35	1	見学会(2.45)	閑口春佳
27(木) 16:10-16:55	1	見学会(2.45)	岸峯綾乃
27(木) 19:30-20:15	1	見学会(2.45)	橋本怜有乃
28(金) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	藤原菜央子
28(金) 13:40-14:25	1	見学会(2.45)	岸峯綾乃
29(土) 10:40-11:25	1	見学会(2.45)	熊谷依莉

… 常温レッスン SP … 特別レッスン
 … 体験レッスン予約可能 WS … プレミアムワークショップ
10分 … 10分講座 (追加料金あり)

10分
 レッスン前 18:30-19:30 レッスン名 インストラクター名
10分
 レッスン後 21:00-22:00 レッスン名 インストラクター名
10分
 レッスン後 10分講座

【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+

