

※2025年07月24日02:09 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。

※2025年07月24日02:09 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]

[illegible]

【マシンピラティス】

強度	レッスン名		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
3	◎ﾋﾞｭH&L+	Hip&Legs+	50分
3.5	◎ﾋﾞｭWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞｭB&A+	Back&Arms+	50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(金) 13:50-14:35	1	見学会(2.45)	佐久間奏楓
1(金) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	大村凜菜
1(金) 17:50-18:35	1	見学会(2.45)	丸山花鈴
2(土) 10:50-11:35	1	見学会(2.45)	丸山花鈴
2(土) 12:20-13:05	1	見学会(2.45)	清野瑛恵
2(土) 15:20-16:05	1	見学会(2.45)	井上美優
2(土) 16:50-17:35	1	見学会(2.45)	丸山花鈴
4(月) 10:50-11:35	1	見学会(2.45)	大村凜菜
4(月) 13:50-14:35	1	見学会(2.45)	井上美優
4(月) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	佐久間奏楓
4(月) 17:50-18:35	1	見学会(2.45)	清野瑛恵
5(火) 09:20-10:05	1	見学会(2.45)	丸山花鈴
5(火) 12:20-13:05	1	見学会(2.45)	丸山花鈴
5(火) 19:20-20:05	1	見学会(2.45)	井上美優
6(水) 10:50-11:35	1	見学会(2.45)	清野瑛恵
6(水) 13:50-14:35	1	見学会(2.45)	丸山花鈴
6(水) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	佐久間奏楓
6(水) 19:20-20:05	1	見学会(2.45)	丸山花鈴
7(木) 10:50-11:35	1	見学会(2.45)	大村凜菜
7(木) 13:50-14:35	1	見学会(2.45)	井上美優
7(木) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	佐久間奏楓
7(木) 19:20-20:05	1	見学会(2.45)	佐久間奏楓
8(金) 10:50-11:35	1	見学会(2.45)	丸山花鈴
8(金) 13:50-14:35	1	見学会(2.45)	井上美優
8(金) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	大村凜菜
8(金) 17:50-18:35	1	見学会(2.45)	大村凜菜
9(土) 10:50-11:35	1	見学会(2.45)	佐久間奏楓
9(土) 12:20-13:05	1	見学会(2.45)	清野瑛恵
9(土) 15:20-16:05	1	見学会(2.45)	丸山花鈴
11(月) 09:20-10:05	1	見学会(2.45)	丸山花鈴
11(月) 12:20-13:05	1	見学会(2.45)	丸山花鈴
11(月) 13:50-14:35	1	見学会(2.45)	佐久間奏楓
11(月) 16:50-17:35	1	見学会(2.45)	佐久間奏楓
15(金) 10:50-11:35	1	見学会(2.45)	佐久間奏楓
15(金) 13:50-14:35	1	見学会(2.45)	井上美優
15(金) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	清野瑛恵
15(金) 19:20-20:05	1	見学会(2.45)	丸山花鈴
16(土) 10:50-11:35	1	見学会(2.45)	佐久間奏楓
16(土) 13:50-14:35	1	見学会(2.45)	大村凜菜
16(土) 16:50-17:35	1	見学会(2.45)	丸山花鈴
18(月) 10:50-11:35	1	見学会(2.45)	丸山花鈴
18(月) 13:50-14:35	1	見学会(2.45)	丸山花鈴
18(月) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	大村凜菜
18(月) 19:20-20:05	1	見学会(2.45)	大村凜菜
19(火) 09:20-10:05	1	見学会(2.45)	丸山花鈴
19(火) 17:50-18:35	1	見学会(2.45)	佐久間奏楓
20(水) 10:50-11:35	1	見学会(2.45)	清野瑛恵
20(水) 12:20-13:05	1	見学会(2.45)	大村凜菜
20(水) 19:20-20:05	1	見学会(2.45)	清野瑛恵
21(木) 12:20-13:05	1	見学会(2.45)	清野瑛恵
21(木) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	丸山花鈴

	レッスンの日時	強度	レッスンの名	担当インストラクター
21(木)	19:20-20:05	1	見学会(2.45)	丸山花鈴
22(金)	13:50-14:35	1	見学会(2.45)	佐久間奏楓
22(金)	15:30-16:15	1	見学会(2.45)	丸山花鈴
22(金)	19:20-20:05	1	見学会(2.45)	丸山花鈴
23(土)	10:50-11:35	1	見学会(2.45)	佐久間奏楓
23(土)	13:50-14:35	1	見学会(2.45)	大村凜菜
23(土)	15:20-16:05	1	見学会(2.45)	清野瑛恵
25(月)	10:50-11:35	1	見学会(2.45)	井上美優
25(月)	13:50-14:35	1	見学会(2.45)	丸山花鈴
25(月)	15:30-16:15	1	見学会(2.45)	清野瑛恵
26(火)	10:50-11:35	1	見学会(2.45)	大村凜菜
26(火)	13:50-14:35	1	見学会(2.45)	清野瑛恵
26(火)	19:20-20:05	1	見学会(2.45)	丸山花鈴
27(水)	10:50-11:35	1	見学会(2.45)	清野瑛恵
27(水)	15:00-15:45	1	見学会(2.45)	井上美優
27(水)	19:20-20:05	1	見学会(2.45)	佐久間奏楓
28(木)	12:20-13:05	1	見学会(2.45)	丸山花鈴
28(木)	13:50-14:35	1	見学会(2.45)	大村凜菜
28(木)	19:20-20:05	1	見学会(2.45)	大村凜菜
29(金)	12:20-13:05	1	見学会(2.45)	丸山花鈴
29(金)	15:00-15:45	1	見学会(2.45)	丸山花鈴
29(金)	19:20-20:05	1	見学会(2.45)	清野瑛恵
30(土)	10:50-11:35	1	見学会(2.45)	大村凜菜
30(土)	13:50-14:35	1	見学会(2.45)	井上美優
30(土)	15:20-16:05	1	見学会(2.45)	清野瑛恵

… 常温レッスン

… 体験レッスン予約可能

… 10分講座

SP … 特別レッスン

WS … プレミアムワークショップ
(追加料金あり)

… 10分

レッスン前
10分講座

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
10分講座

21:00-22:00
レッスン名
インストラクター名

10分

【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。

Rintosull

【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+