

2025年11月レッスンスケジュール Rintosull ミナノバ相模原店(全スタジオ:女性専用)

※2025年11月28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	⑩ビラLower+	Lower Body Make-up +	50分
2.5	⑩ビラUpper+	Upper Body Make-up +	50分
2.5	⑩ビラB+	Basic+	50分
2.5	⑩ビラTotalBody	Total Body	30分
2.5	⑩ビラStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	⑩ビラRefBody	Refresh Body	30分
3	⑩ビラH&L+	Hip&Legs+	50分
3	⑩ビラBackStyle	Beauty Back Style	30分
3	⑩ビラHipLine	Make Hip Line	30分
3	⑩ビラRefCore	Refresh Core	30分
3	SP	RintosullMIX Christmas2025	30分
3.5	⑩ビラWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	⑩ビラB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	⑩ビラcore	Shape up Core	30分
4	⑩ビラA+	Advance+	50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)	13:30-14:15	1 見学会(2.45)	高岡優希
3(月)	11:30-12:15	1 見学会(2.45)	三島里佳子
3(月)	14:10-14:55	1 見学会(2.45)	恒川香菜
3(月)	16:30-17:15	1 見学会(2.45)	恒川香菜
4(火)	18:20-19:05	1 見学会(2.45)	平山まみ
5(水)	11:30-12:15	1 見学会(2.45)	高岡優希
6(木)	10:20-11:05	1 見学会(2.45)	平山まみ
7(金)	16:30-17:15	1 見学会(2.45)	三島里佳子
8(土)	09:40-10:25	1 見学会(2.45)	平良美季
8(土)	12:10-12:55	1 見学会(2.45)	三島里佳子
8(土)	17:30-18:15	1 見学会(2.45)	平良美季
10(月)	09:10-09:55	1 見学会(2.45)	平山まみ
10(月)	11:00-11:45	1 見学会(2.45)	平良美季
10(月)	12:30-13:15	1 見学会(2.45)	高岡優希
10(月)	18:00-18:45	1 見学会(2.45)	平良美季
10(月)	19:30-20:15	1 見学会(2.45)	平山まみ
11(火)	09:40-10:25	1 見学会(2.45)	高岡優希
11(火)	11:50-12:35	1 見学会(2.45)	三島里佳子
11(火)	17:40-18:25	1 見学会(2.45)	平良美季
12(水)	10:20-11:05	1 見学会(2.45)	三島里佳子
12(水)	12:15-13:00	1 見学会(2.45)	平山まみ
12(水)	16:40-17:25	1 見学会(2.45)	平良美季
12(水)	18:30-19:15	1 見学会(2.45)	平山まみ
13(木)	10:40-11:25	1 見学会(2.45)	高岡優希
13(木)	12:50-13:35	1 見学会(2.45)	清水梨菜
13(木)	16:20-17:05	1 見学会(2.45)	三島里佳子
13(木)	18:00-18:45	1 見学会(2.45)	平山まみ
14(金)	10:30-11:15	1 見学会(2.45)	高岡優希
14(金)	12:50-13:35	1 見学会(2.45)	恒川香菜
14(金)	18:10-18:55	1 見学会(2.45)	三島里佳子
15(土)	09:10-09:55	1 見学会(2.45)	恒川香菜
15(土)	11:30-12:15	1 見学会(2.45)	高岡優希
15(土)	14:10-14:55	1 見学会(2.45)	平良美季
15(土)	16:10-16:55	1 見学会(2.45)	三島里佳子
17(月)	10:20-11:05	1 見学会(2.45)	三島里佳子
17(月)	16:30-17:15	1 見学会(2.45)	三島里佳子
17(月)	18:40-19:25	1 見学会(2.45)	平良美季
18(火)	10:20-11:05	1 見学会(2.45)	高岡優希
18(火)	12:40-13:25	1 見学会(2.45)	清水梨菜
18(火)	15:10-15:55	1 見学会(2.45)	平良美季
18(火)	18:20-19:05	1 見学会(2.45)	清水梨菜
19(水)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	三島里佳子
19(水)	11:30-12:15	1 見学会(2.45)	高岡優希
19(水)	16:40-17:25	1 見学会(2.45)	高岡優希
19(水)	19:10-19:55	1 見学会(2.45)	高岡優希
20(木)	10:30-11:15	1 見学会(2.45)	平山まみ
20(木)	19:10-19:55	1 見学会(2.45)	平山まみ
21(金)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	三島里佳子
21(金)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	平良美季
21(金)	18:30-19:15	1 見学会(2.45)	平良美季
22(土)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	平山まみ

レッスン日時	頻度	レッスン名	担当インストラクター
22(土)	11:40-12:25	1 見学会(2.45)	三島里佳子
22(土)	15:30-16:15	1 見学会(2.45)	西中穂莉
22(土)	17:40-18:25	1 見学会(2.45)	三島里佳子
24(月)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	平山まみ
24(月)	12:00-12:45	1 見学会(2.45)	三島里佳子
24(月)	15:30-16:15	1 見学会(2.45)	平山まみ
24(月)	17:30-18:15	1 見学会(2.45)	三島里佳子
25(火)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	平良美季
25(火)	16:40-17:25	1 見学会(2.45)	三島里佳子
25(火)	19:20-20:05	1 見学会(2.45)	平良美季
26(水)	09:50-10:35	1 見学会(2.45)	平山まみ
26(水)	13:40-14:25	1 見学会(2.45)	平良美季
26(水)	17:00-17:45	1 見学会(2.45)	高岡優希
28(金)	10:20-11:05	1 見学会(2.45)	平山まみ
28(金)	12:40-13:25	1 見学会(2.45)	平山まみ
28(金)	17:40-18:25	1 見学会(2.45)	平良美季
28(金)	19:40-20:25	1 見学会(2.45)	高岡優希
29(土)	09:20-10:05	1 見学会(2.45)	三島里佳子
29(土)	11:30-12:15	1 見学会(2.45)	平山まみ
29(土)	15:00-15:45	1 見学会(2.45)	高岡優希

○ … 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分講座 (追加料金あり)

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



[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+

