

※2025年11月29日02:00 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
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
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	◎ﾋﾞｭPerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	SP	RintosulIMIX Christmas2025	30分
3.5	◎ﾋﾞｭWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞｭJumpM	Jump Movement+	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	◎ﾋﾞｭControlF	Control Flow	30分
4	◎ﾋﾞｭA+	Advance+	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(土) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	深見天音
1(土) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	西原智香
1(土) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	原牧生
1(土) 15:00-15:45	1	見学会(2.45)	深見天音
3(月) 09:00-09:45	1	見学会(2.45)	野添凪
3(月) 11:00-11:45	1	見学会(2.45)	原牧生
3(月) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	西原智香
3(月) 15:15-16:00	1	見学会(2.45)	野添凪
4(火) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	西原智香
4(火) 12:00-12:45	1	見学会(2.45)	野添凪
4(火) 18:30-19:15	1	見学会(2.45)	原牧生
4(火) 20:00-20:45	1	見学会(2.45)	深見天音
5(水) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	水本沙生
5(水) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	西原智香
5(水) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	原牧生
5(水) 19:30-20:15	1	見学会(2.45)	深見天音
6(木) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	水本沙生
6(木) 12:00-12:45	1	見学会(2.45)	野添凪
6(木) 18:00-18:45	1	見学会(2.45)	原牧生
6(木) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	深見天音
7(金) 09:40-10:25	1	見学会(2.45)	西原智香
7(金) 12:30-13:15	1	見学会(2.45)	吉原侑香
7(金) 16:00-16:45	1	見学会(2.45)	水本沙生
7(金) 17:30-18:15	1	見学会(2.45)	野添凪
8(土) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	深見天音
8(土) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	野添凪
8(土) 13:30-14:15	1	見学会(2.45)	原牧生
8(土) 16:00-16:45	1	見学会(2.45)	西原智香
10(月) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	吉原侑香
10(月) 12:10-12:55	1	見学会(2.45)	深見天音
10(月) 16:30-17:15	1	見学会(2.45)	水本沙生
10(月) 18:20-19:05	1	見学会(2.45)	野添凪
11(火) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	原牧生
11(火) 12:10-12:55	1	見学会(2.45)	小山めぐみ
11(火) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	野添凪
11(火) 19:00-19:45	1	見学会(2.45)	水本沙生
12(水) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	西原智香
12(水) 12:00-12:45	1	見学会(2.45)	原牧生
12(水) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	西原智香
12(水) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	野添凪
13(木) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	西原智香
13(木) 12:10-12:55	1	見学会(2.45)	深見天音
13(木) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	水本沙生
13(木) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	野添凪
14(金) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	深見天音
14(金) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	原牧生
14(金) 16:45-17:30	1	見学会(2.45)	深見天音
14(金) 18:00-18:45	1	見学会(2.45)	西原智香
15(土) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	水本沙生
15(土) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	西原智香
15(土) 13:00-13:45	1	見学会(2.45)	野添凪

レッスン日時	会場	レッスン名	担当インストラクター
15(土) 14:30-15:15	1	見学会(2.45)	原牧生
17(月) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	水本沙生
17(月) 12:10-12:55	1	見学会(2.45)	深見天音
17(月) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	西原智香
17(月) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	原牧生
18(火) 09:40-10:25	1	見学会(2.45)	野添凪
18(火) 11:00-11:45	1	見学会(2.45)	國田紗衣
18(火) 18:00-18:45	1	見学会(2.45)	原牧生
18(火) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	水本沙生
19(水) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	國田紗衣
19(水) 12:00-12:45	1	見学会(2.45)	野添凪
19(水) 17:30-18:15	1	見学会(2.45)	水本沙生
19(水) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	原牧生
20(木) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	西原智香
20(木) 12:00-12:45	1	見学会(2.45)	野添凪
20(木) 17:30-18:15	1	見学会(2.45)	深見天音
20(木) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	水本沙生
21(金) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	野添凪
21(金) 12:00-12:45	1	見学会(2.45)	西原智香
21(金) 17:30-18:15	1	見学会(2.45)	原牧生
21(金) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	高橋真帆
22(土) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	深見天音
22(土) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	野添凪
22(土) 13:30-14:15	1	見学会(2.45)	西原智香
22(土) 15:30-16:15	1	見学会(2.45)	水本沙生
24(月) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	深見天音
24(月) 11:30-12:15	1	見学会(2.45)	野添凪
24(月) 13:30-14:15	1	見学会(2.45)	原牧生
24(月) 16:00-16:45	1	見学会(2.45)	吉原侑香
25(火) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	國田紗衣
25(火) 12:10-12:55	1	見学会(2.45)	深見天音
25(火) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	原牧生
25(火) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	水本沙生
26(水) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	野添凪
26(水) 12:10-12:55	1	見学会(2.45)	水本沙生
26(水) 17:30-18:15	1	見学会(2.45)	吹坂理央
26(水) 19:40-20:25	1	見学会(2.45)	西原智香
27(木) 09:30-10:15	1	見学会(2.45)	深見天音
27(木) 12:10-12:55	1	見学会(2.45)	水本沙生
27(木) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	西原智香
27(木) 18:30-19:15	1	見学会(2.45)	西原智香
27(木) 19:30-20:15	1	見学会(2.45)	野添凪
28(金) 10:00-10:45	1	見学会(2.45)	西原智香
28(金) 12:10-12:55	1	見学会(2.45)	原牧生
28(金) 17:00-17:45	1	見学会(2.45)	原牧生
28(金) 19:00-19:45	1	見学会(2.45)	野添凪
29(土) 10:30-11:15	1	見学会(2.45)	西原智香
29(土) 12:00-12:45	1	見学会(2.45)	水本沙生
29(土) 14:30-15:15	1	見学会(2.45)	小山めぐみ
29(土) 16:00-16:45	1	見学会(2.45)	原牧生

<p>○ … 常選レッスン ● … 体験レッスン予約可能</p> <p>10分 … 10分講座</p>	<p>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)</p>	<p>【注意事項】</p> <ul style="list-style-type: none"> ●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もしまった場合はご来園いただけません。お時間には余裕をもってお越しください。
<p>レッスン前 10分講座</p>	<p>レッスン後 10分講座</p>	


Rintosull

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+

【PC/スマートフォン】 www.rintosull.jp