

※2026年08月30日02:07 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08月30日02:07 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	レッスン名		時間
2.5	◎ヒュLower+	Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎ヒュUpper+	Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ヒュB+	Basic+	50分
2.5	◎ヒュTotalBody	Total Body	30分
2.5	◎ヒュStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ヒュRefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ヒュChestSR	Chest Spine Release	30分
2.5	Rin-Ballet	Rin-Ballet	30分
2.5	Ex45ヒュStretchC	[Extra45]Stretch&Conditioning	45分
2.5	Ex45ヒュChestSR	[Extra45]Chest Spine Release	45分
2.5	Ex45ヒュBallet	[Extra45]Rin-Ballet	45分
3	◎ヒュH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ヒュBackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎ヒュHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ヒュRefCore	Refresh Core	30分
3	◎ヒュPerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3.5	◎ヒュWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ヒュJumpM	Jump Movement+	50分
3.5	◎ヒュB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ヒュcore	Shape up Core	30分
3.5	◎ヒュ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	◎ヒュA+	Advance+	50分
4	Cardio Reform Blast	Cardio Reform Blast	30分
4	Power Waist Shape	Power Waist Shape	45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	曜日	レッスン名	担当インストラクター
16(水)	13:30-14:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	大久保麻由
17(木)	10:30-11:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	田中柚葉
17(木)	12:30-13:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	豊田祐衣
17(木)	18:00-18:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	萬壽優奈
18(金)	09:30-10:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	田中柚葉
18(金)	15:20-15:50	3 Rintosull MIX Halloween 2026	田中柚葉
18(金)	17:40-18:10	3 Rintosull MIX Halloween 2026	萬壽優奈
18(金)	20:00-20:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	豊田祐衣
21(月)	08:00-08:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	大久保麻由
21(月)	11:40-12:10	3 Rintosull MIX Halloween 2026	萬壽優奈
21(月)	14:00-14:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	大久保麻由
21(月)	17:40-18:10	3 Rintosull MIX Halloween 2026	豊田祐衣
23(水)	09:20-09:50	3 Rintosull MIX Halloween 2026	豊田祐衣
23(水)	11:30-12:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	萬壽優奈
23(水)	15:20-15:50	3 Rintosull MIX Halloween 2026	萬壽優奈
25(金)	20:00-20:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	田中柚葉
26(土)	10:20-10:50	3 Rintosull MIX Halloween 2026	大久保麻由
26(土)	12:40-13:10	3 Rintosull MIX Halloween 2026	田中柚葉
26(土)	17:40-18:10	3 Rintosull MIX Halloween 2026	田中柚葉
29(火)	09:30-10:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	豊田祐衣
29(火)	11:50-12:20	3 Rintosull MIX Halloween 2026	萬壽優奈
29(火)	21:20-21:50	3 Rintosull MIX Halloween 2026	大久保麻由
30(水)	13:10-13:40	3 Rintosull MIX Halloween 2026	田中柚葉
30(水)	19:20-19:50	3 Rintosull MIX Halloween 2026	萬壽優奈

☐ 常選レッスン ☒ 体験レッスン予約可能 10分 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)		【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も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。	
レッスン前 10分講座		レッスン後 10分講座			
10分 18:30-19:30 レッスン名 イnstラg名		10分 21:00-22:00 レッスン名 イnstラg名			


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+
				