







【SP:特別レッスン】

👑=トップインストラクター  
担当インストラクター

| レッスン日時            | 強度 | レッスン名                     | 担当インストラクター |
|-------------------|----|---------------------------|------------|
| 16(木) 10:50-11:20 | 3  | Rintosull MIX Summer 2026 | 大井なぎさ      |
| 16(木) 18:50-19:20 | 3  | Rintosull MIX Summer 2026 | 佐々木奈々      |
| 17(金) 09:30-10:00 | 3  | Rintosull MIX Summer 2026 | 佐々木奈々      |
| 20(月) 10:45-11:15 | 3  | Rintosull MIX Summer 2026 | 柴橋歩香       |
| 20(月) 17:10-17:40 | 3  | Rintosull MIX Summer 2026 | 柴橋歩香       |
| 21(火) 20:10-20:40 | 3  | Rintosull MIX Summer 2026 | 佐々木奈々      |
| 22(水) 13:30-14:00 | 3  | Rintosull MIX Summer 2026 | 佐々木奈々      |
| 22(水) 21:10-21:40 | 3  | Rintosull MIX Summer 2026 | 大井なぎさ      |
| 24(金) 13:30-14:00 | 3  | Rintosull MIX Summer 2026 | 佐々木奈々      |
| 24(金) 20:10-20:40 | 3  | Rintosull MIX Summer 2026 | 大井なぎさ      |
| 25(土) 08:00-08:30 | 3  | Rintosull MIX Summer 2026 | 柴橋歩香       |
| 25(土) 13:20-13:50 | 3  | Rintosull MIX Summer 2026 | 大井なぎさ      |
| 27(月) 09:30-10:00 | 3  | Rintosull MIX Summer 2026 | 貴田穂乃香      |
| 27(月) 18:50-19:20 | 3  | Rintosull MIX Summer 2026 | 大井なぎさ      |
| 28(火) 10:50-11:20 | 3  | Rintosull MIX Summer 2026 | 柴橋歩香       |
| 28(火) 21:30-22:00 | 3  | Rintosull MIX Summer 2026 | 貴田穂乃香      |
| 30(木) 10:50-11:20 | 3  | Rintosull MIX Summer 2026 | 柴橋歩香       |
| 30(木) 17:30-18:00 | 3  | Rintosull MIX Summer 2026 | 佐々木奈々      |
| 31(金) 13:30-14:00 | 3  | Rintosull MIX Summer 2026 | 大井なぎさ      |
| 31(金) 18:50-19:20 | 3  | Rintosull MIX Summer 2026 | 貴田穂乃香      |

○ ... 常週レッスン      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  
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

**【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](http://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+