

※2026年09月24日02:03 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。

<

14日(水)		15日(木)		16日(金)		17日(土)		18日(日)	19日(月)		20日(火)		21日(水)		22日(木)	23日(金)		24日(土)		25日(日)	26日(月)			
Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	—	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	—	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	—	Aスタジオ	Bスタジオ		
								定休日							定休日					定休日				

[illegible]

【マシンピラティス】

強度	レッスン名	時間
2.5	◎︎ﾄﾞﾗLower+ Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎︎ﾄﾞﾗUpper+ Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎︎ﾄﾞﾞB+ Basic+	50分
2.5	◎︎ﾄﾞﾗTotalBody Total Body	30分
2.5	Rin-Ballet Rin-Ballet	30分
3	◎︎ﾄﾞﾞH&L+ Hip&Legs+	50分
3	◎︎ﾄﾞﾞBackStyle Beauty Back Style	30分
3	◎︎ﾄﾞﾞRefCore Refresh Core	30分
3	◎︎ﾄﾞﾞPerBackBody Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic Power Basic	45分
3	Ex45㇏㇏RefCore 【Extra45】Refresh Core	45分
3.5	◎︎ﾄﾞﾞWaist+ Waist Shape +	50分
3.5	◎︎ﾄﾞﾞJumpM Jump Movement+	50分
3.5	◎︎ﾄﾞﾞB&A+ Back&Arms+	50分
3.5	◎︎ﾄﾞﾞControlF Control Flow	30分
4	◎︎ﾄﾞﾞA+ Advance+	50分
4	Cardio Reform Blast Cardio Reform Blast	30分

【ジム】

強度	レッスン名		時間
0.5	◇×マシンジム	マシンジム	60分
0.5	◇×マシンジム	【30分】マシンジム	30分

【SP:特別レッスン】

👑=トップインストラクター

レッスンの日	曜日	時間	レベル	レッスン名	担当インストラクター
1(木)		10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柴橋歩香
1(木)		17:30-18:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柴橋歩香
2(金)		13:30-14:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	宮下まどか
2(金)		18:50-19:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	宮下まどか
3(土)		08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	貴田穂乃香
3(土)		11:55-12:25	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柴橋歩香
5(月)		21:10-21:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	宮下まどか
6(火)		11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柴橋歩香
6(火)		18:50-19:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	貴田穂乃香
7(水)		21:20-21:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柴橋歩香
8(木)		10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	宮下まどか
9(金)		11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柴橋歩香
9(金)		20:10-20:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	大井なぎさ
10(土)		13:30-14:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柴橋歩香
10(土)		17:25-17:55	3	Rintosull MIX Halloween 2026	大井なぎさ
12(月)		10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	大井なぎさ
12(月)		14:45-15:15	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柴橋歩香
14(水)		09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	大井なぎさ
14(水)		18:50-19:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	宮下まどか
15(木)		13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	宮下まどか
15(木)		17:30-18:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	大井なぎさ
16(金)		13:00-13:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柴橋歩香
16(金)		21:10-21:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	宮下まどか
17(土)		08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	大井なぎさ
17(土)		14:50-15:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柴橋歩香
19(月)		09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柴橋歩香
19(月)		20:10-20:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	大井なぎさ
20(火)		12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	宮下まどか
20(火)		18:50-19:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	宮下まどか
21(水)		10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柴橋歩香
21(水)		17:30-18:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	宮下まどか
23(金)		12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柴橋歩香
23(金)		18:50-19:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	宮下まどか
24(土)		16:05-16:35	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柴橋歩香
26(月)		10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	貴田穂乃香
27(火)		21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	貴田穂乃香
28(水)		13:30-14:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	宮下まどか
28(水)		18:50-19:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	宮下まどか
29(木)		10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	宮下まどか
29(木)		21:30-22:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柴橋歩香
30(金)		09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柴橋歩香
30(金)		19:50-20:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	宮下まどか
31(土)		08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	大井なぎさ
31(土)		17:30-18:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柴橋歩香

○ --- 常時レッスン

● --- 体験レッスン予約可能

105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)

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+









