

※2026年07月21日02:09 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。

	1日(土)	2日(日)	3日(月)	4日(火)	5日(水)	6日(木)	7日(金)	8日(土)	9日(日)	10日(月)	11日(火)	12日(水)	13日(木)	14日(金)	15日(土)	16日(日)	17日(月)	18日(火)	19日(水)	20日(木)	21日(金)	22日(土)	23日(日)	24日(月)	
	Aスタジオ	-	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	-	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	-	-	-	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	-	Aスタジオ

[illegible]

【マシンピラティス】

強度	レッスン名		時間
2.5	◎ﾋﾞﾗLower+	Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗUpper+	Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗB+	Basic+	50分
2.5	◎ﾋﾞﾗStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗChestSR	Chest Spine Release	30分
3	◎ﾋﾞﾗH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞﾗRefCore	Refresh Core	30分
3	Ex45ﾋﾞﾗRefCore	[Extra45]Refresh Core	45分
3.5	◎ﾋﾞﾗWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗB&A+	Back&Arms+	50分
4	◎ﾋﾞﾗA+	Advance+	50分

【SP:特別レッスン】

👑=トップインストラクター

レッスンの日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山口有恵
1(土) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	大西麻以
1(土) 14:00-14:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山口有恵
1(土) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上桃香
4(火) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	山口有恵
4(火) 18:20-18:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上桃香
5(水) 19:50-20:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上桃香
6(木) 17:10-17:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	山口有恵
7(金) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	井上梨子
7(金) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	井上梨子
8(土) 10:40-11:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	山口有恵
8(土) 14:20-14:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上桃香
8(土) 16:40-17:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上桃香
10(月) 18:20-18:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	山口有恵
11(火) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上桃香
12(水) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	井上梨子
12(水) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	大西麻以
12(水) 19:40-20:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	山口有恵
13(木) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	山口有恵
13(木) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上桃香
13(木) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	山口有恵
13(木) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	大西麻以
17(月) 10:00-10:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山口有恵
17(月) 18:50-19:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上桃香
17(月) 21:10-21:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上桃香
18(火) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	山口有恵
18(火) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	大西麻以
18(火) 19:40-20:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	山口有恵
19(水) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上桃香
20(木) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	山口有恵
20(木) 18:20-18:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上桃香
21(金) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山口有恵
21(金) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山口有恵
22(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上桃香
22(土) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上桃香
22(土) 14:00-14:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山口有恵
22(土) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上桃香
25(火) 18:20-18:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	山口有恵
27(木) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山口有恵
28(金) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	井上梨子
28(金) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	井上梨子
28(金) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上桃香
28(金) 19:40-20:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	井上梨子
29(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上桃香
29(土) 10:00-10:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	村上桃香
29(土) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	山口有恵
29(土) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	山口有恵
31(月) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	山口有恵
31(月) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	山口有恵
31(月) 19:20-19:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	山口有恵

