

※2026年10月09日02:04 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10月09日02:04 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	◎ﾋﾞｰLower+	Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞｰUpper+	Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞｰB+	Basic+	50分
2.5	◎ﾋﾞｰTotalBody	Total Body	30分
2.5	◎ﾋﾞｰStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ﾋﾞｰRefBody	Refresh Body	30分
2.5	Ex45ﾋﾞｰStretchC	[Extra45]Stretch&Conditioning	45分
3	◎ﾋﾞｰH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞｰHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ﾋﾞｰRefCore	Refresh Core	30分
3	Boost Upper&Lower		45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3	Ex45ﾋﾞｰPerBackBody	[Extra45]Perfect Back Body	45分
3.5	◎ﾋﾞｰWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞｰB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ﾋﾞｰ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
3.5	Ex45ﾋﾞｰControlF	[Extra45]Control Flow	45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	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(木) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柳町朱莉
2(金) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柳町朱莉
3(土) 13:20-13:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柳町朱莉
3(土) 17:50-18:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村恵
5(月) 11:30-12:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村恵
5(月) 18:50-19:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村恵
5(月) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	肥田野菜々
6(火) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村恵
6(火) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柳町朱莉
7(水) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村恵
7(水) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村恵
8(木) 17:50-18:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	肥田野菜々
8(木) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村恵
9(金) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柳町朱莉
9(金) 16:00-16:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柳町朱莉
10(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村恵
10(土) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村恵
12(月) 12:00-12:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柳町朱莉
12(月) 18:00-18:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柳町朱莉
13(火) 13:50-14:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村恵
13(火) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村恵
14(水) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	肥田野菜々
14(水) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柳町朱莉
15(木) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	肥田野菜々
16(金) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柳町朱莉
17(土) 10:40-11:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村恵
17(土) 14:00-14:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村恵
17(土) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柳町朱莉
19(月) 21:10-21:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	肥田野菜々
20(火) 12:30-13:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村恵
20(火) 18:00-18:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村恵
20(火) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柳町朱莉
21(水) 18:00-18:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柳町朱莉
23(金) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村恵
23(金) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村恵
24(土) 09:20-09:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柳町朱莉
24(土) 14:40-15:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柳町朱莉
24(土) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	肥田野菜々
26(月) 11:20-11:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村恵
26(月) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村恵
27(火) 10:00-10:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村恵
28(水) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柳町朱莉
28(水) 16:30-17:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村恵
29(木) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柳町朱莉
29(木) 16:20-16:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柳町朱莉
30(金) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柳町朱莉
30(金) 13:50-14:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村恵
30(金) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村恵
31(土) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柳町朱莉
31(土) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村恵
31(土) 14:40-15:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	柳町朱莉

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
31(土) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中村恵

○ … 常週レッスン
● … 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。

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



【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+

