

※2026年09月21日02:06 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09月21日02:06 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]

強度	レッスンの名	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TotalBody Total Body	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗStretchC Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ﾋﾞﾗRefBody Refresh Body	30分
2.5	Rin-Ballet Rin-Ballet	30分
3	◎ﾋﾞﾗH&L+ Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞﾗBackStyle Beauty Back Style	30分
3	◎ﾋﾞﾗHipLine Make Hip Line	30分
3	◎ﾋﾞﾗRefCore Refresh Core	30分
3	Boost Upper&Lower Boost Upper&Lower	45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
3.5	◎ﾋﾞﾗ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	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	年度	レッスン名		担当インストラクター	
1(木)	13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	
1(木)	18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	金岡新奈	
2(金)	13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	金岡新奈	
2(金)	16:00-16:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	金岡新奈	
3(土)	10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	
3(土)	15:40-16:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	金岡新奈	
5(月)	13:50-14:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	
5(月)	17:40-18:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岩崎奏子	
6(火)	12:50-13:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	
7(水)	18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	
9(金)	13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	
9(金)	18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	金岡新奈	
10(土)	11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	金岡新奈	
10(土)	15:40-16:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	
12(月)	10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	
12(月)	15:40-16:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	金岡新奈	
13(火)	13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	
13(火)	16:30-17:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	
14(水)	14:30-15:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岩崎奏子	
14(水)	20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡崎夏音	
15(木)	15:00-15:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡崎夏音	
15(木)	20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	
16(金)	11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡崎夏音	
16(金)	13:50-14:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岡崎夏音	
16(金)	21:20-21:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	
17(土)	10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	
17(土)	15:40-16:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	
19(月)	11:30-12:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	
23(金)	10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	
23(金)	14:00-14:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	金岡新奈	
23(金)	20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	
24(土)	11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	
24(土)	15:40-16:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	
26(月)	14:30-15:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	
26(月)	17:40-18:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岩崎奏子	
26(月)	21:20-21:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	
27(火)	15:20-15:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	岩崎奏子	
28(水)	14:30-15:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	堀真弓	
29(木)	10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	
29(木)	14:00-14:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	堀真弓	
29(木)	18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	
30(金)	11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	
30(金)	20:20-20:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	
31(土)	11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	
31(土)	14:20-14:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	鈴木さくら	

