

※2026年08月25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08月25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]

14日(月)		15日(火)		16日(水)		17日(木)	18日(金)		19日(土)		20日(日)	21日(月)		22日(火)		23日(水)		24日(木)	25日(金)		26日(土)		27日(日)			
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	-			
						臨時休業					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	◎ヒールLower+	Lower Body Make-up+	50分
2.5	◎ヒールUpper+	Upper Body Make-up+	50分
2.5	◎ヒールB+	Basic+	50分
2.5	◎ヒールTotalBody	Total Body	30分
2.5	◎ヒールRefBody	Refresh Body	30分
3	◎ヒールH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ヒールRefCore	Refresh Core	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3.5	◎ヒールWaist+	Waist Shape+	50分
3.5	◎ヒールB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ヒール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	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	人数	レッスン名	担当インストラクター
16(水) 13:25-13:55	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川縁紗香
16(水) 19:00-19:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川縁紗香
18(金) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川縁紗香
18(金) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	福田知子
19(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	福田知子
19(土) 16:00-16:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川縁紗香
21(月) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	福田知子
21(月) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川縁紗香
22(火) 09:15-09:45	3	Rintosull MIX Halloween 2026	福田知子
22(火) 16:00-16:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川縁紗香
23(水) 13:40-14:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川縁紗香
25(金) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川縁紗香
25(金) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	福田知子
26(土) 12:55-13:25	3	Rintosull MIX Halloween 2026	福田知子
26(土) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	福田知子
28(月) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川縁紗香
28(月) 16:25-16:55	3	Rintosull MIX Halloween 2026	福田知子
29(火) 10:45-11:15	3	Rintosull MIX Halloween 2026	福田知子
29(火) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	福田知子
30(水) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川縁紗香
30(水) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	川縁紗香

○ … 常溫レッスン	SP … 特別レッスン	【注意事項】
● … 体験レッスン予約可能	WS … プレミアムワークショップ (追加料金あり)	
10分 … 10分講座		● 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。
レッスン前 10分講座	18:30-19:30 レッスン名 インストラクター名	● レッスンの開始時間を過ぎました 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	


Rintosull

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+

【PC/スマートフォン】 www.rintosull.jp