

※2026年07月15日02:16 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PerBackBody Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic Power Basic	45分
3	Ex45ﾋﾞﾗRefCore [Extra45]Refresh Core	45分
3	Ex45ﾋﾞﾗRefBody [Extra45]Refresh Body	45分
3.5	◎ﾋﾞﾗWaist+ Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗJumpM Jump Movement+	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗB&A+ Back&Arms+	50分
3.5	◎ﾋﾞﾗcore Shape up Core	30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

【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(土) 12:00-12:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	荒牧美世
1(土) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩月花蓮
3(月) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	大村凜菜
3(月) 16:10-16:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	荒牧美世
3(月) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	荒牧美世
4(火) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩月花蓮
4(火) 17:30-18:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	荒牧美世
5(水) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	大村凜菜
5(水) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩月花蓮
6(木) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩月花蓮
6(木) 18:20-18:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	大村凜菜
7(金) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	大村凜菜
8(土) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	荒牧美世
8(土) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	大村凜菜
10(月) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	大村凜菜
10(月) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩月花蓮
11(火) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	荒牧美世
11(火) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	大村凜菜
11(火) 15:00-15:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	大村凜菜
12(水) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩月花蓮
12(水) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	荒牧美世
13(木) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	大村凜菜
13(木) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	荒牧美世
17(月) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩月花蓮
17(月) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	大村凜菜
18(火) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩月花蓮
18(火) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩月花蓮
19(水) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	大村凜菜
19(水) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩月花蓮
20(木) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	大村凜菜
20(木) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩月花蓮
21(金) 17:30-18:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	大村凜菜
21(金) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩月花蓮
22(土) 09:20-09:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	荒牧美世
22(土) 14:40-15:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	荒牧美世
24(月) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	大村凜菜
24(月) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	荒牧美世
25(火) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	大村凜菜
25(火) 18:50-19:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	荒牧美世
26(水) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩月花蓮
26(水) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	荒牧美世
28(金) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩月花蓮
28(金) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	大村凜菜
29(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	荒牧美世
29(土) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	荒牧美世
31(月) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	荒牧美世
31(月) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	岩月花蓮

