

※2026年09月24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	レッスンの名	時間
2.5	◎ヒューLower+ Lower Body Make-up+	50分
2.5	◎ヒューUpper+ Upper Body Make-up+	50分
2.5	◎ヒューB+ Basic+	50分
2.5	◎ヒューTotalBody Total Body	30分
2.5	◎ヒューRefBody Refresh Body	30分
2.5	◎ヒューChestSR Chest Spine Release	30分
3	◎ヒューH&L+ Hip&Legs+	50分
3	◎ヒューHipLine Make Hip Line	30分
3	◎ヒューRefCore Refresh Core	30分
3	◎ヒューPerBackBody Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower Boost Upper&Lower	45分
3.5	◎ヒューWaist+ Waist Shape+	50分
3.5	◎ヒューB&A+ Back&Arms+	50分
3.5	◎ヒューcore Shape up Core	30分
3.5	Strong Hip&Legs Strong Hip&Legs	45分
3.5	Strong Back&Arms Strong Back&Arms	45分
4	◎ヒューA+ Advance+	50分

【SP:特別レッスン】

👑=トップインストラクター

レッスン日時	曜日	レッスン名	担当インストラクター
16(水)	11:50-12:20	3 Rintosull MIX Halloween 2026	山口怜奈
16(水)	18:40-19:10	3 Rintosull MIX Halloween 2026	鬼武すずな
17(木)	12:10-12:40	3 Rintosull MIX Halloween 2026	戸川未唯
18(金)	09:30-10:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	戸川未唯
18(金)	11:50-12:20	3 Rintosull MIX Halloween 2026	鬼武すずな
19(土)	10:20-10:50	3 Rintosull MIX Halloween 2026	山口怜奈
19(土)	14:20-14:50	3 Rintosull MIX Halloween 2026	山口怜奈
21(月)	18:10-18:40	3 Rintosull MIX Halloween 2026	戸川未唯
22(火)	09:50-10:20	3 Rintosull MIX Halloween 2026	鬼武すずな
22(火)	12:10-12:40	3 Rintosull MIX Halloween 2026	山口怜奈
22(火)	17:00-17:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	戸川未唯
23(水)	09:50-10:20	3 Rintosull MIX Halloween 2026	鬼武すずな
23(水)	17:00-17:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	戸川未唯
25(金)	09:30-10:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	山口怜奈
25(金)	18:30-19:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	鬼武すずな
26(土)	17:00-17:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	戸川未唯
28(月)	09:30-10:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	山口怜奈
28(月)	13:10-13:40	3 Rintosull MIX Halloween 2026	鬼武すずな
28(月)	18:40-19:10	3 Rintosull MIX Halloween 2026	山口怜奈
29(火)	10:50-11:20	3 Rintosull MIX Halloween 2026	戸川未唯
29(火)	17:10-17:40	3 Rintosull MIX Halloween 2026	鬼武すずな
30(水)	10:50-11:20	3 Rintosull MIX Halloween 2026	鬼武すずな
30(水)	17:20-17:50	3 Rintosull MIX Halloween 2026	戸川未唯

☐ 常溫レッスン ☒ 体験レッスン予約可能	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。 ● レッソ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。
10分 … 10分講座		
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