

※2026年07月24日02:07 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RefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ﾋﾞｰChestSR	Chest Spine Release	30分
2.5	Rin-Ballet	Rin-Ballet	30分
3	◎ﾋﾞｰH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞｰRefCore	Refresh Core	30分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3	Ex45ﾋﾞｰRefCore	[Extra45]Refresh Core	45分
3.5	◎ﾋﾞｰWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞｰJumpM	Jump Movement+	50分
3.5	◎ﾋﾞｰB&A+	Back&Arms+	50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

レッスンの日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(土) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	高嶋真帆
3(月) 13:25-13:55	3	Rintosull MIX Summer 2026	蒔田唯
3(月) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	蒔田唯
4(火) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	三沢恵里香
4(火) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	蒔田唯
4(火) 19:50-20:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	蒔田唯
5(水) 17:15-17:45	3	Rintosull MIX Summer 2026	蒔田唯
6(木) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	三沢恵里香
6(木) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	蒔田唯
7(金) 17:30-18:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	三沢恵里香
8(土) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	蒔田唯
8(土) 12:20-12:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	三沢恵里香
8(土) 15:50-16:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	蒔田唯
10(月) 11:30-12:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	三沢恵里香
10(月) 18:50-19:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	三沢恵里香
14(金) 13:20-13:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	三沢恵里香
14(金) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	蒔田唯
15(土) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	三沢恵里香
15(土) 15:40-16:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	蒔田唯
17(月) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	蒔田唯
17(月) 18:50-19:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	高嶋真帆
18(火) 10:30-11:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	蒔田唯
18(火) 19:50-20:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	蒔田唯
19(水) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	蒔田唯
19(水) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	三沢恵里香
20(木) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	蒔田唯
20(木) 19:50-20:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	蒔田唯
21(金) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	高嶋真帆
21(金) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	蒔田唯
22(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	三沢恵里香
24(月) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	蒔田唯
24(月) 19:50-20:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	高嶋真帆
25(火) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	蒔田唯
25(火) 17:30-18:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	高嶋真帆
27(木) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Summer 2026	三沢恵里香
28(金) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	蒔田唯
28(金) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	高嶋真帆
28(金) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	三沢恵里香
29(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	蒔田唯
29(土) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	高嶋真帆
29(土) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	高嶋真帆
31(月) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	三沢恵里香

○ … 常時レッスン
● … 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っ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

10分

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

10分

21:00 - 22:00
レッスン名
インストラクター名



【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+

