

※2026年09月15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。

※2026年09月15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]

【マシンビラティス】

強度	レッスンの名		時間
2.5	◎L'うLower+	Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎L'うUpper+	Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎L'うB+	Basic+	50分
2.5	◎L'うTotalBody	Total Body	30分
2.5	◎L'うStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎L'うRefBody	Refresh Body	30分
2.5	Rin-Ballet	Rin-Ballet	30分
2.5	Ex45L'うStretchC	[Extra45]Stretch&Conditioning	45分
2.5	Ex45L'うChestSR	[Extra45]Chest Spine Release	45分
3	◎L'うH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎L'うBackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎L'うHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎L'うRefCore	Refresh Core	30分
3	◎L'うPerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Ex45L'うHipLine	[Extra45]Make Hip Line	45分
3	Ex45L'うBackStyle	[Extra45]Beauty Back Style	45分
3	Ex45L'うPerBackBody	[Extra45]Perfect Back Body	45分
3.5	◎L'うWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎L'うJumpM	Jump Movement+	50分
3.5	◎L'うB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎L'うcore	Shape up Core	30分
3.5	◎L'うControlF	Control Flow	30分
3.5	Strong Hip&Legs	Strong Hip&Legs	45分
3.5	Ex45L'うControlF	[Extra45]Control Flow	45分
3.5	Ex45L'うcore	[Extra45]Shape up Core	45分
4	◎L'う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	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(木) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	白岩志保
1(木) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	末廣このは
2(金) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	本田真夕
2(金) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中里心菜
3(土) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	末廣このは
3(土) 14:30-15:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	末廣このは
5(月) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	金田美乃里
5(月) 21:10-21:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中里心菜
6(火) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中里心菜
6(火) 18:50-19:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中里心菜
7(水) 17:30-18:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	金田美乃里
7(水) 19:50-20:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	末廣このは
8(木) 14:10-14:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	白岩志保
8(木) 18:50-19:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	末廣このは
9(金) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	金田美乃里
9(金) 19:50-20:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	金田美乃里
10(土) 10:40-11:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	末廣このは
10(土) 15:20-15:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	金田美乃里
12(月) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	白岩志保
12(月) 16:00-16:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	本田真夕
13(火) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	金田美乃里
13(火) 17:30-18:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	末廣このは
14(水) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中里心菜
14(水) 17:30-18:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	白岩志保
15(木) 17:30-18:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	末廣このは
15(木) 19:50-20:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	白岩志保
16(金) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	末廣このは
16(金) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	本田真夕
17(土) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	末廣このは
17(土) 16:00-16:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	金田美乃里
19(月) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中里心菜
19(月) 18:30-19:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	末廣このは
20(火) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中里心菜
20(火) 19:50-20:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	末廣このは
22(木) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中里心菜
22(木) 17:30-18:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	金田美乃里
23(金) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	末廣このは
23(金) 21:10-21:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中里心菜
24(土) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	末廣このは
24(土) 11:00-11:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	末廣このは
26(月) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	金田美乃里
26(月) 21:10-21:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	末廣このは
27(火) 16:30-17:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	金田美乃里
27(火) 18:50-19:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中里心菜
28(水) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	白岩志保
28(水) 20:10-20:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	末廣このは
29(木) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	中里心菜
29(木) 18:10-18:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	末廣このは
30(金) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	金田美乃里
30(金) 18:30-19:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	末廣このは
31(土) 13:50-14:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	金田美乃里

レッスン日時	強度	レッスン名	担当インストラクター
31(土) 18:30-19:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	金田美乃里

○ … 常週レッスン

● … 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)

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

10分

21:00-22:00

レッスン名
インストラクター名

10分

レッスン後
10分講座

【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。



【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+

