

※2026年07月28日02:09 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07月28日02:09 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	◎ﾋﾞｰLow+	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
3	◎ﾋﾞｰH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞｰHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ﾋﾞｰRefCore	Refresh Core	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45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B&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ﾋﾞｰcore	Shape up Core	30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	強度	レッスン名	担当インストラクター
1(土) 11:10-11:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	荻澤愛莉
1(土) 17:10-17:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	荻澤愛莉
3(月) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	門田玲菜
3(月) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	門田玲菜
4(火) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	荻澤愛莉
4(火) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	門田玲菜
5(水) 12:00-12:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	荻澤愛莉
5(水) 18:50-19:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	門田玲菜
6(木) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	齊藤郁吹
6(木) 18:30-19:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	荻澤愛莉
7(金) 10:40-11:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	門田玲菜
8(土) 08:30-09:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	荻澤愛莉
8(土) 16:30-17:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	門田玲菜
10(月) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	荻澤愛莉
10(月) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	門田玲菜
14(金) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	荻澤愛莉
14(金) 18:30-19:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	門田玲菜
15(土) 13:00-13:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	門田玲菜
15(土) 16:50-17:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	荻澤愛莉
17(月) 13:30-14:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	門田玲菜
17(月) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	稲田恭子
18(火) 19:40-20:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	稲田恭子
19(水) 13:10-13:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	門田玲菜
19(水) 18:50-19:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	門田玲菜
20(木) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	門田玲菜
21(金) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	荻澤愛莉
21(金) 19:50-20:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	門田玲菜
22(土) 10:00-10:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	門田玲菜
22(土) 15:40-16:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	門田玲菜
24(月) 09:30-10:00	3	Rintosull MIX Summer 2026	門田玲菜
24(月) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Summer 2026	荻澤愛莉
25(火) 10:50-11:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	荻澤愛莉
27(木) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	田原広美
27(木) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	荻澤愛莉
28(金) 12:10-12:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	田原広美
28(金) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	荻澤愛莉
29(土) 11:10-11:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	門田玲菜
29(土) 17:10-17:40	3	Rintosull MIX Summer 2026	荻澤愛莉
31(月) 11:50-12:20	3	Rintosull MIX Summer 2026	門田玲菜
31(月) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Summer 2026	荻澤愛莉

◎ … 常温レッスン

● … 体験レッスン
10分 … 10分講座

10

18:30-19:00

レッスン名
イントロクダ

1281777

SP … 特別レッスン

WS … プレミアムワ
(追加料金あ

21:00-22:00

レッスン名

インストラクター名

10分

【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+

