

※2026年10月14日02:06 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10月14日02:06 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。

1日(木)		2日(金)		3日(土)		4日(日)		5日(月)		6日(火)		7日(水)		8日(木)		9日(金)		10日(土)		11日(日)		12日(月)		13日(火)		14日(水)		15日(木)		16日(金)		17日(土)		18日(日)		19日(月)		20日(火)		21日(水)		22日(木)		23日(金)		24日(土)							
Aスタジオ		Aスタジオ		Aスタジオ		-		Aスタジオ		Aスタジオ		Aスタジオ		Aスタジオ		Aスタジオ		Aスタジオ		-		Aスタジオ		Aスタジオ		-		Aスタジオ		Aスタジオ		Aスタジオ		-		Aスタジオ		Aスタジオ		Aスタジオ		Aスタジオ		Aスタジオ		Aスタジオ							

[illegible]

【マシンビラティス】

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	◎ﾋﾞﾗChestSR	Chest Spine Release	30分
2.5	Ex45ﾋﾞﾗStretchC	【Extra45】Stretch&Conditioning	45分
2.5	Ex45ﾋﾞﾗChestSR	【Extra45】Chest Spine Release	45分
3	◎ﾋﾞﾗH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞﾗHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ﾋﾞﾗRefCore	Refresh Core	30分
3	◎ﾋﾞﾗPerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	Ex45ﾋﾞﾗRefCore	【Extra45】Refresh Core	45分
3	Ex45ﾋﾞﾗPerBackBody	【Extra45】Perfect Back 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	Ex45ﾋﾞﾗControlF	【Extra45】Control Flow	45分
4	◎ﾋﾞﾗA+	Advance+	50分

【SP-特別レッスン】

👑=トッピンストラクター

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) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	新垣真帆
1(木) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清島美鈴
2(金) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山城七緒
2(金) 17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	進柚野
3(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	神里まき
3(土) 15:40-16:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清島美鈴
5(月) 11:20-11:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清島美鈴
5(月) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山城七緒
6(火) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	神里まき
6(火) 17:30-18:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清島美鈴
7(水) 11:20-11:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	神里まき
7(水) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	進柚野
8(木) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	新垣真帆
8(木) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清島美鈴
9(金) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	新垣真帆
9(金) 17:30-18:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	新垣真帆
10(土) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清島美鈴
10(土) 15:50-16:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山城七緒
12(月) 10:40-11:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	新垣真帆
12(月) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	新垣真帆
13(火) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清島美鈴
13(火) 18:20-18:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清島美鈴
15(木) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山城七緒
15(木) 20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	進柚野
16(金) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清島美鈴
16(金) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	神里まき
17(土) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	進柚野
17(土) 16:50-17:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山城七緒
19(月) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清島美鈴
19(月) 17:40-18:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	神里まき
20(火) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清島美鈴
20(火) 17:00-17:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山城七緒
21(水) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清島美鈴
21(水) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山城七緒
22(木) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	神里まき
22(木) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	神里まき
23(金) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	新垣真帆
23(金) 17:30-18:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	神里まき
24(土) 11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山城七緒
24(土) 14:20-14:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	新垣真帆
26(月) 10:20-10:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	新垣真帆
26(月) 19:40-20:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清島美鈴
27(火) 12:20-12:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	新垣真帆
27(火) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	神里まき
28(水) 09:00-09:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	大城千佳
28(水) 17:30-18:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	進柚野
29(木) 11:20-11:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清島美鈴
29(木) 18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山城七緒
30(金) 12:40-13:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	神里まき
30(金) 21:00-21:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	新垣真帆
31(土) 08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山城七緒

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) 16:00-16:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	清島美鈴

○ … 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

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

【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+

