

※2026年07月15日02:13 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(土)		2日(日)		3日(月)		4日(火)		5日(水)		6日(木)		7日(金)		8日(土)		9日(日)		10日(月)		11日(火)		12日(水)		13日(木)		14日(金)		15日(土)		16日(日)		17日(月)		18日(火)		19日(水)		20日(木)		21日(金)		22日(土)		23日(日)		24日(月)			
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StretchC Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ﾋﾞｰRefBody Refresh Body	30分
3	◎ﾋﾞｰH&L+ Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞｰBackStyle Beauty Back Style	30分
3	◎ﾋﾞｰRefCore Refresh Core	30分
3	◎ﾋﾞｰPerBackBody Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic Power Basic	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
3.5	◎ﾋﾞｰControlF Control Flow	30分
3.5	Strong Hip&Legs Strong Hip&Legs	45分
3.5	Strong Back&Arms Strong Back&Arms	45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
3(月)	10:50-11:20	3 Rintosull MIX Summer 2026	武田桃茄
3(月)	14:10-14:40	3 Rintosull MIX Summer 2026	武田桃茄
4(火)	12:10-12:40	3 Rintosull MIX Summer 2026	武田桃茄
4(火)	16:00-16:30	3 Rintosull MIX Summer 2026	武田桃茄
5(水)	16:40-17:10	3 Rintosull MIX Summer 2026	武田桃茄
5(水)	21:20-21:50	3 Rintosull MIX Summer 2026	武田桃茄
6(木)	10:30-11:00	3 Rintosull MIX Summer 2026	竹田風香
6(木)	14:10-14:40	3 Rintosull MIX Summer 2026	武田桃茄
6(木)	17:50-18:20	3 Rintosull MIX Summer 2026	武田桃茄
8(土)	08:00-08:30	3 Rintosull MIX Summer 2026	竹田風香
8(土)	15:20-15:50	3 Rintosull MIX Summer 2026	武田桃茄
10(月)	11:40-12:10	3 Rintosull MIX Summer 2026	武田桃茄
20(木)	12:10-12:40	3 Rintosull MIX Summer 2026	竹田風香
20(木)	18:50-19:20	3 Rintosull MIX Summer 2026	竹田風香
21(金)	10:50-11:20	3 Rintosull MIX Summer 2026	竹田風香
21(金)	17:25-17:55	3 Rintosull MIX Summer 2026	竹田風香
22(土)	09:00-09:30	3 Rintosull MIX Summer 2026	竹田風香
22(土)	14:00-14:30	3 Rintosull MIX Summer 2026	竹田風香
24(月)	20:00-20:30	3 Rintosull MIX Summer 2026	竹田風香
25(火)	18:40-19:10	3 Rintosull MIX Summer 2026	竹田風香

○ 常溫レッスン ● 体験レッス予約可能 10分	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てしまっ た場合はご受講いただけません。 お時間之余裕をもってお越しください。
16:30-19:30 レッスン名 インストラクター名 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

【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+ 
--	---	--	---	--