

※2026年08月30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。

2020年10月10日(土) 10月11日(日) 10月12日(月) 10月13日(火) 10月14日(水) 10月15日(木) 10月16日(金) 10月17日(土) 10月18日(日) 10月19日(月) 10月20日(火) 10月21日(水) 10月22日(木) 10月23日(金) 10月24日(土) 10月25日(日) 10月26日(月) 10月27日(火) 10月28日(水) 10月29日(木) 10月30日(金) 10月31日(土) 11月1日(日) 11月2日(月) 11月3日(火) 11月4日(水) 11月5日(木) 11月6日(金) 11月7日(土) 11月8日(日) 11月9日(月) 11月10日(火) 11月11日(水) 11月12日(木) 11月13日(金) 11月14日(土) 11月15日(日) 11月16日(月) 11月17日(火) 11月18日(水) 11月19日(木) 11月20日(金) 11月21日(土) 11月22日(日) 11月23日(月) 11月24日(火) 11月25日(水) 11月26日(木) 11月27日(金) 11月28日(土) 11月29日(日) 11月30日(月) 12月1日(火) 12月2日(水) 12月3日(木) 12月4日(金) 12月5日(土) 12月6日(日) 12月7日(月) 12月8日(火) 12月9日(水) 12月10日(木) 12月11日(金) 12月12日(土) 12月13日(日) 12月14日(月) 12月15日(火) 12月16日(水) 12月17日(木) 12月18日(金) 12月19日(土) 12月20日(日) 12月21日(月) 12月22日(火) 12月23日(水) 12月24日(木) 12月25日(金) 12月26日(土) 12月27日(日) 12月28日(月) 12月29日(火) 12月30日(水) 12月31日(木) 2021年1月1日(金) 2021年1月2日(土) 2021年1月3日(日) 2021年1月4日(月) 2021年1月5日(火) 2021年1月6日(水) 2021年1月7日(木) 2021年1月8日(金) 2021年1月9日(土) 2021年1月10日(日) 2021年1月11日(月) 2021年1月12日(火) 2021年1月13日(水) 2021年1月14日(木) 2021年1月15日(金) 2021年1月16日(土) 2021年1月17日(日) 2021年1月18日(月) 2021年1月19日(火) 2021年1月20日(水) 2021年1月21日(木) 2021年1月22日(金) 2021年1月23日(土) 2021年1月24日(日) 2021年1月25日(月) 2021年1月26日(火) 2021年1月27日(水) 2021年1月28日(木) 2021年1月29日(金) 2021年1月30日(土) 2021年1月31日(日) 2021年2月1日(月) 2021年2月2日(火) 2021年2月3日(水) 2021年2月4日(木) 2021年2月5日(金) 2021年2月6日(土) 2021年2月7日(日) 2021年2月8日(月) 2021年2月9日(火) 2021年2月10日(水) 2021年2月11日(木) 2021年2月12日(金) 2021年2月13日(土) 2021年2月14日(日) 2021年2月15日(月) 2021年2月16日(火) 2021年2月17日(水) 2021年2月18日(木) 2021年2月19日(金) 2021年2月20日(土) 2021年2月21日(日) 2021年2月22日(月) 2021年2月23日(火) 2021年2月24日(水) 2021年2月25日(木) 2021年2月26日(金) 2021年2月27日(土) 2021年2月28日(日) 2021年2月29日(月) 2021年3月1日(火) 2021年3月2日(水) 2021年3月3日(木) 2021年3月4日(金) 2021年3月5日(土) 2021年3月6日(日) 2021年3月7日(月) 2021年3月8日(火) 2021年3月9日(水) 2021年3月10日(木) 2021年3月11日(金) 2021年3月12日(土) 2021年3月13日(日) 2021年3月14日(月) 2021年3月15日(火) 2021年3月16日(水) 2021年3月17日(木) 2021年3月18日(金) 2021年3月19日(土) 2021年3月20日(日) 2021年3月21日(月) 2021年3月22日(火) 2021年3月23日(水) 2021年3月24日(木) 2021年3月25日(金) 2021年3月26日(土) 2021年3月27日(日) 2021年3月28日(月) 2021年3月29日(火) 2021年3月30日(水) 2021年3月31日(木) 2021年4月1日(金) 2021年4月2日(土) 2021年4月3日(日) 2021年4月4日(月) 2021年4月5日(火) 2021年4月6日(水) 2021年4月7日(木) 2021年4月8日(金) 2021年4月9日(土) 2021年4月10日(日) 2021年4月11日(月) 2021年4月12日(火) 2021年4月13日(水) 2021年4月14日(木) 2021年4月15日(金) 2021年4月16日(土) 2021年4月17日(日) 2021年4月18日(月) 2021年4月19日(火) 2021年4月20日(水) 2021年4月21日(木) 2021年4月22日(金) 2021年4月23日(土) 2021年4月24日(日) 2021年4月25日(月) 2021年4月26日(火) 2021年4月27日(水) 2021年4月28日(木) 2021年4月29日(金) 2021年4月30日(土) 2021年5月1日(日) 2021年5月2日(月) 2021年5月3日(火) 2021年5月4日(水) 2021年5月5日(木) 2021年5月6日(金) 2021年5月7日(土) 2021年5月8日(日) 2021年5月9日(月) 2021年5月10日(火) 2021年5月11日(水) 2021年5月12日(木) 2021年5月13日(金) 2021年5月14日(土) 2021年5月15日(日) 2021年5月16日(月) 2021年5月17日(火) 2021年5月18日(水) 2021年5月19日(木) 2021年5月20日(金) 2021年5月21日(土) 2021年5月22日(日) 2021年5月23日(月) 2021年5月24日(火) 2021年5月25日(水) 2021年5月26日(木) 2021年5月27日(金) 2021年5月28日(土) 2021年5月29日(日) 2021年5月30日(月) 2021年5月31日(火) 2021年6月1日(水) 2021年6月2日(木) 2021年6月3日(金) 2021年6月4日(土) 2021年6月5日(日) 2021年6月6日(月) 2021年6月7日(火) 2021年6月8日(水) 2021年6月9日(木) 2021年6月10日(金) 2021年6月11日(土) 2021年6月12日(日) 2021年6月13日(月) 2021年6月14日(火) 2021年6月15日(水) 2021年6月16日(木) 2021年6月17日(金) 2021年6月18日(土) 2021年6月19日(日) 2021年6月20日(月) 2021年6月21日(火) 2021年6月22日(水) 2021年6月23日(木) 2021年6月24日(金) 2021年6月25日(土) 2021年6月26日(日) 2021年6月27日(月) 2021年6月28日(火) 2021年6月29日(水) 2021年6月30日(木) 2021年7月1日(金) 2021年7月2日(土) 2021年7月3日(日) 2021年7月4日(月) 2021年7月5日(火) 2021年7月6日(水) 2021年7月7日(木) 2021年7月8日(金) 2021年7月9日(土) 2021年7月10日(日) 2021年7月11日(月) 2021年7月12日(火) 2021年7月13日(水) 2021年7月14日(木) 2021年7月15日(金) 2021年7月16日(土) 2021年7月17日(日) 2021年7月18日(月) 2021年7月19日(火) 2021年7月20日(水) 2021年7月21日(木) 2021年7月22日(金) 2021年7月23日(土) 2021年7月24日(日) 2021年7月25日(月) 2021年7月26日(火) 2021年7月27日(水) 2021年7月28日(木) 2021年7月29日(金) 2021年7月30日(土) 2021年7月31日(日) 2021年8月1日(月) 2021年8月2日(火) 2021年8月3日(水) 2021年8月4日(木) 2021年8月5日(金) 2021年8月6日(土) 2021年8月7日(日) 2021年8月8日(月) 2021年8月9日(火) 2021年8月10日(水) 2021年8月11日(木) 2021年8月12日(金) 2021年8月13日(土) 2021年8月14日(日) 2021年8月15日(月) 2021年8月16日(火) 2021年8月17日(水) 2021年8月18日(木) 2021年8月19日(金) 2021年8月20日(土) 2021年8月21日(日) 2021年8月22日(月) 2021年8月23日(火) 2021年8月24日(水) 2021年8月25日(木) 2021年8月26																							
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

[illegible]

【マシンピラティス】

強度	レッスンの名		時間
2.5	◎ヒューLower+	Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎ヒューUpper+	Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ヒューB+	Basic+	50分
2.5	◎ヒューTotalBody	Total Body	30分
2.5	◎ヒューStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ヒューRefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ヒューChestSR	Chest Spine Release	30分
3	◎ヒューH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ヒューBackStyle	Beauty Back Style	30分
3	◎ヒューHipLine	Make Hip Line	30分
3	◎ヒューRefCore	Refresh Core	30分
3	◎ヒューPerBackBody	Perfect Back Body	30分
3	Boost Upper&Lower	Boost Upper&Lower	45分
3	Power Basic	Power Basic	45分
3.5	◎ヒューWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ヒューJumpM	Jump Movement+	50分
3.5	◎ヒューB&A+	Back&Arms+	50分
3.5	◎ヒューcore	Shape up Core	30分
3.5	◎ヒューControlF	Control Flow	30分
4	Cardio Reform Blast	Cardio Reform Blast	30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			会場	レッスン名	担当インストラクター
16(水)	17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026		永井歌恋
17(木)	21:20-21:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026		永井歌恋
18(金)	17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026		永井歌恋
19(土)	10:40-11:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026		竹田風香
19(土)	15:20-15:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026		永井歌恋
22(火)	10:40-11:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026		永井歌恋
22(火)	15:35-16:05	3	Rintosull MIX Halloween 2026		永井歌恋
24(木)	21:20-21:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026		永井歌恋
25(金)	09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026		永井歌恋
25(金)	14:25-14:55	3	Rintosull MIX Halloween 2026		永井歌恋
26(土)	08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026		永井歌恋
26(土)	16:00-16:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026		永井歌恋
28(月)	09:30-10:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026		永井歌恋
28(月)	13:10-13:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026		永井歌恋
28(月)	17:20-17:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026		永井歌恋
30(水)	12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026		山本彩加

○ … 常溫レッスン	SP … 特別レッスン	【注意事項】
● … 体験レッスン予約可能	WS … プレミアムワークショップ (追加料金あり)	
10分 … 10分講座		● 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。
	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	


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+
				