

※2026年08月22日02:08 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
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	Ex45ヒューRefBody	[Extra45]Refresh Body	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

レッスン日時	人数	レッスン名	担当インストラクター	
15(火)	12:50-13:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	内山美理
16(水)	11:50-12:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	坂田ゆき
16(水)	20:20-20:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤星良
17(木)	15:10-15:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	坂田ゆき
17(木)	19:10-19:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	坂田ゆき
18(金)	15:10-15:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	坂田ゆき
18(金)	20:20-20:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	内山美理
19(土)	11:40-12:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤星良
19(土)	14:50-15:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	久野真衣
19(土)	18:00-18:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤星良
21(月)	10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤星良
22(火)	20:20-20:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	加藤星良
23(水)	11:20-11:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	坂田ゆき
23(水)	16:50-17:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	坂田ゆき
24(木)	10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	内山美理
24(木)	15:00-15:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	内山美理
24(木)	17:50-18:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	久野真衣
26(土)	12:50-13:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	内山美理
26(土)	18:00-18:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	内山美理
28(月)	15:00-15:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	坂田ゆき
28(月)	19:10-19:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	坂田ゆき
29(火)	10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	坂田ゆき
29(火)	19:10-19:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	久野真衣
30(水)	11:20-11:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	内山美理
30(水)	14:10-14:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	内山美理

○ … 常通レッスン	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。
	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		


Rintosull

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+

【PC/スマートフォン】 www.rintosull.jp