

※2026年08月19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]

【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RefBody	Refresh Body	30分
2.5	◎ヒューChestSR	Chest Spine Release	30分
2.5	Ex45ヒューTotalBody	[Extra45] Total Body	45分
2.5	Ex45ヒューChestSR	[Extra45] Chest Spine Release	45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RefCore	Refresh Core	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	Strong Hip&Legs	Strong Hip&Legs	45分
3.5	Ex45ヒューCore	[Extra45] Shape up Core	45分
4	◎ヒューA+	Advance+	50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

レッスンの日	時間	人数	レッスン名	担当講師
16(水)	12:10-12:40	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山本彩加
16(水)	20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山本彩加
17(木)	10:45-11:15	3	Rintosull MIX Halloween 2026	益子春果
18(金)	13:25-13:55	3	Rintosull MIX Halloween 2026	竹田風香
18(金)	21:20-21:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	益子春果
19(土)	12:00-12:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	益子春果
19(土)	17:00-17:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	益子春果
21(月)	08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山本彩加
21(月)	14:20-14:50	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山本彩加
22(火)	10:35-11:05	3	Rintosull MIX Halloween 2026	益子春果
22(火)	12:45-13:15	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山本彩加
23(水)	12:50-13:20	3	Rintosull MIX Halloween 2026	益子春果
23(水)	17:35-18:05	3	Rintosull MIX Halloween 2026	竹田風香
26(土)	08:00-08:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	益子春果
26(土)	15:00-15:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山本彩加
28(月)	10:30-11:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	竹田風香
28(月)	20:00-20:30	3	Rintosull MIX Halloween 2026	山本彩加
30(水)	13:30-14:00	3	Rintosull MIX Halloween 2026	益子春果
30(水)	18:40-19:10	3	Rintosull MIX Halloween 2026	竹田風香

○ … 常速レッスン
● … 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)

【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も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。


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