

※2026年07月26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。

※2026年07月26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	◎ﾋﾞｭLower+	Lower Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞｭUpper+	Upper Body Make-up +	50分
2.5	◎ﾋﾞｭB+	Basic+	50分
2.5	◎ﾋﾞｭStretchC	Stretch&Conditioning	30分
2.5	◎ﾋﾞｭRefBody	Refresh Body	30分
2.5	Rin-Ballet	Rin-Ballet	30分
3	◎ﾋﾞｭH&L+	Hip&Legs+	50分
3	◎ﾋﾞｭRefCore	Refresh Core	30分
3	Ex45ﾋﾞｭRefCore	【Extra45】Refresh Core	45分
3.5	◎ﾋﾞｭWaist+	Waist Shape +	50分
3.5	◎ﾋﾞｭB&A+	Back&Arms+	50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
1(土) 10:40-11:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	牧野類
1(土) 14:40-15:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	牧野類
3(月) 09:00-09:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	牧野類
3(月) 18:40-19:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	牧野類
4(火) 10:20-10:50	3	Rintosul MIX Summer 2026	斎藤優海
4(火) 18:40-19:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	清水優花
5(水) 11:40-12:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	斎藤優海
5(水) 21:00-21:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	清水優花
6(木) 12:40-13:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	長尾美和
6(木) 20:00-20:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	牧野類
7(金) 11:40-12:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	清水優花
7(金) 17:20-17:50	3	Rintosul MIX Summer 2026	清水優花
8(土) 10:40-11:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	長尾美和
8(土) 17:00-17:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	清水優花
10(月) 09:00-09:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	斎藤優海
10(月) 21:00-21:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	長尾美和
14(金) 11:20-11:50	3	Rintosul MIX Summer 2026	清水優花
14(金) 21:20-21:50	3	Rintosul MIX Summer 2026	斎藤優海
15(土) 10:40-11:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	牧野類
15(土) 17:00-17:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	斎藤優海
17(月) 09:00-09:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	清水優花
17(月) 21:00-21:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	斎藤優海
18(火) 12:10-12:40	3	Rintosul MIX Summer 2026	清水優花
18(火) 18:40-19:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	斎藤優海
19(水) 11:50-12:20	3	Rintosul MIX Summer 2026	牧野類
19(水) 21:20-21:50	3	Rintosul MIX Summer 2026	斎藤優海
20(木) 11:40-12:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	牧野類
20(木) 21:00-21:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	斎藤優海
21(金) 11:40-12:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	清水優花
21(金) 18:40-19:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	牧野類
22(土) 09:20-09:50	3	Rintosul MIX Summer 2026	清水優花
22(土) 14:40-15:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	牧野類
24(月) 09:00-09:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	清水優花
24(月) 21:00-21:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	斎藤優海
25(火) 10:20-10:50	3	Rintosul MIX Summer 2026	清水優花
25(火) 18:40-19:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	斎藤優海
26(水) 11:20-11:50	3	Rintosul MIX Summer 2026	牧野類
26(水) 18:40-19:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	清水優花
28(金) 12:40-13:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	斎藤優海
28(金) 21:00-21:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	牧野類
29(土) 10:20-10:50	3	Rintosul MIX Summer 2026	清水優花
29(土) 14:40-15:10	3	Rintosul MIX Summer 2026	清水優花
31(月) 09:00-09:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	清水優花
31(月) 20:00-20:30	3	Rintosul MIX Summer 2026	清水優花

○ … 常温レッスン
 ● … 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+

