

※2026年08月26日02:05 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08月26日02:05 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]

14日(月)		15日(火)		16日(水)		17日(木)	18日(金)		19日(土)		20日(日)	21日(月)		22日(火)		23日(水)	24日(木)		25日(金)		26日(土)		27日(日)			
Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	-	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	-	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	-	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	-			
						臨時休業					定休日					定休日							定休日			

[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	Ex45ヒューTotalBody [Extra45]Total Body	45分
2.5	Ex45ヒューStretchC [Extra45]Stretch&Conditioning	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	Ex45ヒューRefCore [Extra45]Refresh Core	45分
3	Ex45ヒューReBody [Extra45]Refresh Body	45分
3.5	◎ヒューWaist+ Waist Shape+	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

【SP:特別レッスン】

👑=トップインストラクター

レッスン日時	曜日	レッスン名	担当インストラクター
16(水)	13:10-13:40	3 Rintosull MIX Halloween 2026	久保井さくら
16(水)	16:50-17:20	3 Rintosull MIX Halloween 2026	山本愛梨
18(金)	09:00-09:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	三木菜摘
18(金)	18:10-18:40	3 Rintosull MIX Halloween 2026	山口きらり
19(土)	09:30-10:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	山本愛梨
19(土)	15:40-16:10	3 Rintosull MIX Halloween 2026	山本愛梨
21(月)	08:00-08:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	久保井さくら
21(月)	15:20-15:50	3 Rintosull MIX Summer 2026	山本愛梨
22(火)	09:30-10:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	山口きらり
22(火)	16:10-16:40	3 Rintosull MIX Halloween 2026	山本愛梨
24(木)	10:10-10:40	3 Rintosull MIX Summer 2026	三木菜摘
24(木)	17:10-17:40	3 Rintosull MIX Halloween 2026	山口きらり
24(木)	21:20-21:50	3 Rintosull MIX Summer 2026	久保井さくら
25(金)	09:00-09:30	3 Rintosull MIX Summer 2026	三木菜摘
25(金)	18:20-18:50	3 Rintosull MIX Summer 2026	山口きらり
26(土)	11:00-11:30	3 Rintosull MIX Halloween 2026	山口きらり
26(土)	16:20-16:50	3 Rintosull MIX Summer 2026	久保井さくら
28(月)	10:30-11:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	山口きらり
28(月)	17:10-17:40	3 Rintosull MIX Halloween 2026	山口きらり
29(火)	10:30-11:00	3 Rintosull MIX Halloween 2026	三木菜摘
29(火)	16:50-17:20	3 Rintosull MIX Halloween 2026	久保井さくら
30(水)	13:10-13:40	3 Rintosull MIX Halloween 2026	山口きらり
30(水)	19:50-20:20	3 Rintosull MIX Halloween 2026	久保井さくら

○ ……常速レッスン ● ……体験レッスン予約可能	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cheduler、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ました場合はお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 10分講座 レッスン前 10分講座	18:30-19:30 レッスン名 インストラクター一名 10分	21:00-22:00 レッスン名 インストラクター一名 10分
	レッスン後 10分講座	


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+
				