

※2026年10月15日02:17 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】

種別	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RefBody Refresh Body	30分
2.5	Rin-Ballet Rin-Ballet	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	Ex45ヒューRefBody [Extra45] Refresh Body	45分
3	Ex45ヒューHipLine [Extra45] Make Hip Line	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
3.5	Strong Hip&Legs Strong Hip&Legs	45分
3.5	Strong Back&Arms Strong Back&Arms	45分
3.5	Ex45ヒューControlF [Extra45] Control Flow	45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

レッスン日時	曜日	レッスン名	担当インストラクター
11(水)	09:00-09:30	1.5 Imprint technique ~ゆっくり動こう~	中島彩
16(月)	10:30-11:00	3 Rintosull MIX Christmas 2026	久保井さくら
16(月)	19:45-20:15	3 Rintosull MIX Christmas 2026	山口きらり
17(火)	13:00-13:30	3 Rintosull MIX Christmas 2026	小寺山麗奈
17(火)	17:10-17:40	3 Rintosull MIX Christmas 2026	久保井さくら
18(水)	10:20-10:50	1.5 Imprint technique ~ゆっくり動こう~	中島彩
18(水)	11:30-12:00	3 Rintosull MIX Christmas 2026	小寺山麗奈
18(水)	21:20-21:50	3 Rintosull MIX Christmas 2026	山本希帆
19(木)	09:00-09:30	3 Rintosull MIX Christmas 2026	山口きらり
19(木)	11:15-11:45	1.5 Imprint technique ~ゆっくり動こう~	中島彩
19(木)	19:50-20:20	3 Rintosull MIX Christmas 2026	山本希帆
20(金)	10:25-10:55	3 Rintosull MIX Christmas 2026	小寺山麗奈
21(土)	12:25-12:55	3 Rintosull MIX Christmas 2026	山本希帆
21(土)	15:40-16:10	3 Rintosull MIX Christmas 2026	久保井さくら
23(月)	08:00-08:30	3 Rintosull MIX Christmas 2026	山口きらり
23(月)	12:00-12:30	3 Rintosull MIX Christmas 2026	久保井さくら
24(火)	13:00-13:30	3 Rintosull MIX Christmas 2026	山口きらり
24(火)	18:20-18:50	3 Rintosull MIX Christmas 2026	中島彩
26(木)	12:00-12:30	3 Rintosull MIX Christmas 2026	山本希帆
26(木)	19:50-20:20	3 Rintosull MIX Christmas 2026	久保井さくら
27(金)	09:00-09:30	3 Rintosull MIX Christmas 2026	山本希帆
27(金)	18:20-18:50	3 Rintosull MIX Christmas 2026	山口きらり
28(土)	12:15-12:45	3 Rintosull MIX Christmas 2026	山本希帆
28(土)	17:10-17:40	3 Rintosull MIX Christmas 2026	山口きらり
30(月)	19:50-20:20	3 Rintosull MIX Christmas 2026	山本希帆

○ …常溫レッスン ● …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 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

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