

※2026年10月24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10月24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。

	1日(日)	2日(月)	3日(火)	4日(水)	5日(木)	6日(金)	7日(土)	8日(日)	9日(月)	10日(火)	11日(水)	12日(木)	13日(金)	14日(土)	15日(日)	16日(月)	17日(火)	18日(水)	19日(木)	20日(金)	21日(土)	22日(日)	23日(月)	24日(火)
	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	—	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	—	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	Aスタジオ	—	Aスタジオ	Aスタジオ
	08:00-08:50 ◎ヒュUpper+ 三島		08:00-08:50 ◎ヒュUpper+ 三島				08:00-08:50 ◎ヒュUpper+ 山本萌衣							08:00-08:50 ◎ヒュLower+ 福田							08:00-08:50 ◎ヒュLower+ 小林		08:00-08:50 ◎ヒュLower+ 福田	
09:50-10:40 ◎ヒュLower+ 小林	09:30-10:20 ◎ヒュUpper+ 小林	09:50-10:40 ◎ヒュLower+ 三島	09:30-10:20 ◎ヒュUpper+ 小林	09:30-10:20 ◎ヒュLower+ 福田	09:30-10:20 ◎ヒュUpper+ 三島	09:50-10:40 ◎ヒュLower+ 山本萌衣		09:30-10:20 ◎ヒュLower+ 小林	09:30-10:20 ◎ヒュUpper+ 山本萌衣	09:30-10:20 ◎ヒュLower+ 山本萌衣	09:30-10:20 ◎ヒュUpper+ 山本萌衣	09:30-10:20 ◎ヒュLower+ 福田	09:30-10:20 ◎ヒュUpper+ 小林		09:30-10:20 ◎ヒュUpper+ 三島	09:30-10:20 ◎ヒュLower+ 三島	09:30-10:20 ◎ヒュUpper+ 三島	09:30-10:20 ◎ヒュLower+ 山本萌衣	09:30-10:20 ◎ヒュUpper+ 山本萌衣	09:30-10:20 ◎ヒュLower+ 小林		09:30-10:20 ◎ヒュLower+ 福田	09:30-10:20 ◎ヒュUpper+ 山本萌衣	
11:40-12:30 ◎ヒュUpper+ 三島	11:30-12:20 ◎ヒュLower+ 三島	11:40-12:30 ◎ヒュUpper+ 福田	11:30-12:20 ◎ヒュLower+ 小林	11:30-12:20 ◎ヒュUpper+ 福田	11:30-12:20 ◎ヒュUpper+ 三島	11:40-12:30 ◎ヒュLower+ 山本夕依		11:20-12:10 ◎ヒュUpper+ 小林	11:20-12:10 ◎ヒュLower+ 山本萌衣	11:20-12:10 ◎ヒュUpper+ 山本萌衣	11:20-12:10 ◎ヒュLower+ 山本萌衣	11:20-12:10 ◎ヒュUpper+ 山本萌衣	11:00-11:50 ◎ヒュLower+ 小林		11:00-11:50 ◎ヒュLower+ 三島	11:00-11:50 ◎ヒュLower+ 小林	11:00-11:50 ◎ヒュLower+ 山本夕依	11:00-11:50 ◎ヒュUpper+ 山本萌衣	11:00-11:50 ◎ヒュLower+ 佐藤	11:00-11:50 ◎ヒュUpper+ 小林		11:00-11:50 ◎ヒュLower+ 三島	11:00-11:50 ◎ヒュLower+ 山本萌衣	
13:30-14:20 ◎ヒュLower+ 小林	13:30-14:20 ◎ヒュUpper+ 三島	13:30-14:20 ◎ヒュLower+ 山本萌衣		13:30-14:20 ◎ヒュLower+ 山本夕依	13:30-14:20 ◎ヒュUpper+ 山本夕依	13:30-14:20 ◎ヒュLower+ 山本夕依		13:10-14:00 ◎ヒュLower+ 山本萌衣	13:10-14:00 ◎ヒュUpper+ 小林	13:10-14:00 ◎ヒュLower+ 山本夕依	13:10-14:00 ◎ヒュUpper+ 山本夕依	13:10-14:00 ◎ヒュLower+ 福田		14:00-14:50 ◎ヒュLower+ 福田				14:00-14:50 ◎ヒュLower+ 小林		14:00-14:50 ◎ヒュLower+ 三島	14:00-14:50 ◎ヒュUpper+ 山本夕依		14:00-14:50 ◎ヒュLower+ 三島	14:00-14:50 ◎ヒュLower+ 山本夕依
15:20-16:10 ◎ヒュUpper+ 山本夕依		15:20-16:10 ◎ヒュUpper+ 福田				15:20-16:10 ◎ヒュUpper+ 三島								15:30-16:20 ◎ヒュUpper+ 渡邊						15:30-16:20 ◎ヒュLower+ 山本萌衣		15:30-16:20 ◎ヒュLower+ 小林		
17:10-18:00 ◎ヒュLower+ 福田		17:10-18:00 ◎ヒュLower+ 山本萌衣				17:10-18:00 ◎ヒュLower+ 三島			16:50-17:40 ◎ヒュUpper+ 山本萌衣	16:50-17:40 ◎ヒュLower+ 小林	16:50-17:40 ◎ヒュUpper+ 山本夕依	16:50-17:40 ◎ヒュLower+ 山本夕依	16:50-17:40 ◎ヒュUpper+ 福田	17:00-17:50 ◎ヒュLower+ 渡邊			16:10-17:00 ◎ヒュUpper+ 三島		16:10-17:00 ◎ヒュUpper+ 山本萌衣		17:00-17:50 ◎ヒュUpper+ 山本萌衣		17:00-17:50 ◎ヒュLower+ 小林	
													</											

[illegible]

【マシンピラティス】

強度	レッスン名		時間
2.5	◎ビラLower+	Lower Body Make-up+	50分
2.5	◎ビラUpper+	Upper Body Make-up+	50分

○ 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愛護いただけません。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

18:30-19:30
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

21:00-22:00
レッスン名
インストラクター名


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+
				