

MAPILA KASHIWA STUDIO TIMETABLE

マピラ柏 12月～スタジオスケジュール

月	火	水	木	金	土	日
9:00					9:00~10:00 BASIC1 kamiya ★	9:00~10:00 UPPER BODY Kana ★
9:30		週替わりレッスン				
10:00	10:00~11:00 UPPER BODY Eri ★	10:00~11:00 BASIC2 井田 英恵 ★★	10:00~11:00 LOWER BODY kamiya ★			
10:30	10:30~11:30 BODY MAKE 山田 美佳 ★★			10:30~11:30 BASIC1 りさ ★	10:30~11:30 WAIST りさ ★★	10:30~11:30 BASIC1 Kana ★
11:00						
11:30	11:30~12:30 HIP&LEGS Eri ★★					
12:00		週替わりレッスン		12:00~13:00 BODY MAKE りさ ★★	12:00~13:00 LOWER BODY りさ ★	
12:30		12:30~13:30 UPPER BODY asami ★	12:30~13:30 BASIC2 asami ★★			
13:00	13:00~14:00 BASIC1 chii ★					13:30~14:30 BASIC2 Kamiya ★★
13:30						
14:00	14:00~15:00 STRETCH YUI ★		14:00~15:00 BASIC1 asami ★	14:30~15:30 BASIC2 STAFF ★★	時間変更	
14:30	14:30~15:30 BASIC2 chii ★★				15:00~16:00 STRETCH keiko ★	
15:00						
15:30						
16:00	16:00~17:00 BASIC2 YUI ★★			16:00~17:00 LOWER BODY shione ★		16:00~17:00 LOWER BODY Kamiya ★
16:30					16:30~17:30 HIP&LEGS keiko ★★	
17:00						
17:30						
18:00					18:00 閉館	18:00 閉館
18:30	18:30~19:30 HIP&LEGS 井田 英恵 ★★		18:30~19:30 BASIC2 takako ★★		《営業時間》 平日 9:30~22:30 土日祝 8:30~18:00 《休館日》 5日・15日・25日 29日・30日・31日	
19:00	19:00~20:00 BODY MAKE takako ★★	19:00~20:00 LOWER BODY keiko ★		19:00~20:00 BASIC1 Kana ★		
19:30					毎週木曜日 12:30~13:30 週替わりで BASIC2 with jump board の レッスンを行います。 毎週水曜日 10:00~11:00 毎週金曜日 21:00~22:00 週替わりで BACK&ARMS の レッスンを行います。	
20:00				週替わりレッスン		
20:30	20:30~21:30 BASIC1 井田 英恵 ★	21:00~22:00 BASIC1 takako ★	20:30~21:30 LOWER BODY takako ★	21:00~22:00 BASIC2 Kana ★★		
21:00						
21:30						
22:00						
22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館	22:30 閉館		

※全てのレッスンは定員25名です。

※インストラクターは予告なしに変更となる場合がございます。緊急代行等はLINEにて配信いたします。

※会員様のレッスン予約は不要です。

※チェックインはレッスン開始30分前から5分前までとなります。

5分前を過ぎてしまいますと、レッスン受講が出来かねますのでご了承ください。

※同日2本目のレッスン、時間外利用料は一律1,980円(税込)でご参加いただけます。

Mapila柏店 12月代行表

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度	代行者
12月7日	日	9:00-10:00	Kana	UPPER BODY	★	Kamiya
12月7日	日	10:30-11:30	Kana	BASIC 1	★	ユウカ
12月12日	金	14:30-15:30	STAFF	BASIC2	★★	Kamiya
12月12日	金	19:00-20:00	Kana	BASIC1	★	Kamiya
12月12日	金	21:00-22:00	Kana	BASIC2	★★	Kamiya
12月13日	土	9:00-10:00	Kamiya	BASIC1	★	りさ
12月14日	日	9:00-10:00	Kana	UPPER BODY	★	Kamiya
12月14日	日	10:30-11:30	Kana	BASIC 1	★	Kamiya
12月14日	日	13:30-14:30	kamiya	BASIC2	★★	shione
12月14日	日	16:00-17:00	kamiya	LOWER BODY	★	shione
12/19 12/26	金	14:30-15:30	STAFF	BASIC2	★★	shione
12月19日	金	19:00-20:00	Kana	BASIC 1	★	Kamiya
12月21日	日	9:00-10:00	Kana	UPPER BODY	★	Kamiya
12月21日	日	10:30-11:30	Kana	BASIC 1	★	ユウカ
12月26日	金	10:30-11:30	りさ	BASIC1	★	Kamiya
12月26日	金	12:00-13:00	りさ	BODY MAKE	★★	Kamiya
12月26日	金	19:00-20:00	Kana	BASIC 1	★	Kamiya
12月26日	金	21:00-22:00	Kana	BASIC2	★	Kamiya
12月28日	日	9:00-10:00	Kana	UPPER BODY	★	Kamiya
12月28日	日	10:30-11:30	Kana	BASIC 1	★	ユウカ

Mapila柏店 12月 週替わりレッスン

12/4 12/18	木	12:30-13:30	asami	BASIC2 with Jump Board	★★	
12/10 12/24	水	10:00-11:00	井田 英恵	BACK&ARMS	★★	
12月19日	金	21:00-22:00	Kamiya	BACK&ARMS	★★	

年末年始の営業案内

平素はご愛顧を賜り、誠にありがとうございます。

誠に勝手ながら、下記の期間中
年末年始休業とさせていただきます。

ご迷惑お掛けいたしますが、
何卒ご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます。



2025年	12/27 (土)	12/28 (日)	12/29 (月)	12/30 (火)	12/31 (水)	
マピラ 柏	通常営業	通常営業	お休み	お休み	お休み	
カルド 南柏	通常営業	通常営業	通常営業	お休み	お休み	
2026年	1/1 (木)	1/2 (金)	1/3 (土)	1/4 (日)	1/5 (月)	1/6 (火)
マピラ 柏	お休み	お休み	お休み	通常営業	特別営業	通常営業
カルド 南柏	お休み	お休み	お休み	お休み	通常営業	通常営業

新年は1月4日から営業いたします。

1月5日(月)特別営業いたします。

来年も皆様にご満足頂けるサービスを
心がける所存でございますので、
より一層のご支援を賜りますよう、お願い申し上げます。



Mapila
PILATES STUDIO

