

Mapila柏店 8月代行表

日付	曜日	時間	担当者	レッスン	強度	代行者
2026/8/17	月	18:30-19:30	Kamiya	HIP & LEGS	★★	ののか
2026/8/17	月	20:30-21:30	Kamiya	UPPERBODY	★	ののか
2026/8/20	木	10:00-11:00	Kamiya	UPPERBODY	★	ののか
2026/8/24	月	18:30-19:30	Kamiya	HIP & LEGS⇒BASIC2	★★	ユウカ
2026/8/24	月	20:30-21:30	Kamiya	UPPERBODY	★	ユウカ

お盆営業		8月16日(日)	8月17日(月)	8月18日(火)	8月19日(水)	8月20日(木)	8月21日(金)	8月22日(土)	8月23日(日)
9:00									
9:30	9:00～10:00 BASIC2 ユウカ ★★							9:00～10:00 LOWER BODY Kamiya ★	9:00～10:00 BASIC2 ユウカ ★★
10:00									
10:30	10:30～11:30 ONTHEBEAT♪ ユウカ ★	10:30～11:30 BODY MAKE 山田 美佳 ★★	10:00～11:00 STRETCH Eri ★	10:00～11:00 FULL BODY 【タワー】 井田 英恵 ★★	10:00～11:00 UPPER BODY Kamiya ★		10:30～11:30 BASIC1 りさ ★	10:30～11:30 WAIST りさ ★★	10:30～11:30 BASIC1 ユウカ ★
11:00									
11:30			11:30～12:15 HIP&LEGS Eri ★★						
12:00	12:00～12:45 UPPER BODY ユウカ ★						12:00～13:00 BODY MAKE りさ ★★	12:00～13:00 BASIC1 りさ ★	
12:30					12:30～13:30 LOWER BODY asami ★	12:30～13:30 BASIC2 asami ★★			
13:00		13:00～14:00 BASIC1 chii ★							
13:30									
14:00					14:00～15:00 ADVANCE asami ★★★	14:00～15:00 BASIC1 asami ★			
14:30	14:30～15:30 HIP&LEGS 山田 美佳 ★★	14:30～15:30 BASIC2 chii ★★					14:30～15:30 BASIC2 山田 美佳 ★★		14:30～15:30 HIP&LEGS Kamiya ★★
15:00								15:00～16:00 STRETCH 【タワー】 keiko ★	
15:30									
16:00	16:00～17:00 BASIC1 山田 美佳 ★		16:00～17:00 BASIC2 shione ★★				16:00～17:00 LOWER BODY 山田 美佳 ★		16:00～17:00 BASIC1 Kamiya ★
16:30								16:30～17:30 BASIC2 【タワー】 keiko ★★	
17:00									
17:30	17:30 閉館								17:30 閉館
18:00								18:00 閉館	
18:30		18:30～19:30 HIP&LEGS Kamiya ★★							
19:00			19:00～20:00 BODY MAKE takako ★★	19:00～20:00 BASIC1 keiko ★	19:00～19:45 BASIC2【タワー】 takako ★★				
19:30							19:30～20:30 BASIC1 Kamiya ★		
20:00									
20:30		20:30～21:30 UPPER BODY Kamiya ★				20:30～21:30 LOWER BODY 【タワー】 takako ★			
21:00			21:00～22:00 BASIC1 takako ★	21:00～22:00 BASIC2 keiko ★★			21:00～22:00 BACK&ARMS Kamiya ★★		
21:30									
22:00		22:00 閉館				22:00 閉館			
22:30			22:30 閉館	22:30 閉館			22:30 閉館		

	8月24日(月)	8月25日(火)	8月26日(水)	8月27日(木)	8月28日(金)	8月29日(土)	8月30日(日)	8月31日(月)
9:00		休館日					9:00～10:00 BASIC2 ユウカ ★★	休館日
9:30						9:00～10:00 LOWER BODY Kamiya ★		
10:00			10:00～11:00 FULL BODY 【タワー】 井田 英恵 ★★	10:00～11:00 UPPER 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 ユウカ ★	
11:00								
11:30								
12:00					12:00～13:00 BODY MAKE りさ ★★	12:00～13:00 BASIC1 りさ ★	12:00～12:45 UPPER BODY ユウカ ★	
12:30			12:30～13:30 LOWER BODY asami ★	12:30～13:30 BASIC2 asami ★★				
13:00	13:00～14:00 BASIC1 chii ★							
13:30								
14:00			14:00～15:00 ADVANCE asami ★★★	14:00～15:00 BASIC1 asami ★	14:30～15:30 BASIC2 山田 美佳 ★★	15:00～16:00 STRETCH 【タワー】 keiko ★	14:30～15:30 HIP & LEGS takako ★★	
14:30	14:30～15:30 BASIC2 chii ★★							
15:00								
15:30								
16:00					16:00～17:00 LOWER BODY 山田 美佳 ★		16:00～17:00 BASIC1 takako ★	
16:30						16:30～17:30 BASIC2 【タワー】 keiko ★★		
17:00								
17:30							17:30 閉館	
18:00						18:00 閉館		
18:30	18:30～19:30 HIP & LEGS Kamiya ★★							
19:00			19:00～20:00 BASIC1 keiko ★	19:00～19:45 BASIC2【タワー】 takako ★★	19:30～20:30 BASIC1 Kamiya ★			
19:30								
20:00								
20:30	20:30～21:30 UPPER BODY Kamiya ★			20:30～21:30 LOWER BODY 【タワー】 takako ★				
21:00			21:00～22:00 BASIC2 keiko ★★		21:00～22:00 BACK & ARMS Kamiya ★★			
21:30								
22:00	22:00 閉館			22:00 閉館				
22:30		22:30 閉館	22:30 閉館		22:30 閉館			22:30 閉館

	9月1日(火)	9月2日(水)	9月3日(木)	9月4日(金)	9月5日(土)	9月6日(日)	9月7日(月)	9月8日(火)
9:00					休館日	9:00～10:00 BASIC2 ユウカ ★★		
9:30								
10:00	10:00～11:00 STRETCH Eri ★	10:00～11:00 FULL BODY 【タワー】 井田 英恵 ★★	10:00～11:00 UPPER BODY ユウカ ★					10:00～11:00 STRETCH Eri ★
10:30				10:30～11:30 BASIC1 りさ ★		10:30～11:30 BASIC1 ユウカ ★	10:30～11:30 BODY MAKE 山田 美佳 ★★	
11:00								
11:30	11:30～12:15 HIP&LEGS Eri ★★							11:30～12:15 HIP&LEGS Eri ★★
12:00								
12:30				12:00～13:00 BODY MAKE りさ ★★				
13:00		12:30～13:30 LOWER BODY asami ★	12:30～13:30 BASIC2 asami ★★					
13:30							13:00～14:00 BASIC1 chii ★	
14:00	14:00～15:00 UPPER BODY shione ★	14:00～15:00 ADVANCE asami ★★★	14:00～15:00 BASIC1 asami ★					
14:30				14:30～15:30 BASIC2 りさ ★★		14:30～15:30 HIP&LEGS Kamiya ★★	14:30～15:30 BASIC2 chii ★★	
15:00								
15:30								
16:00	16:00～17:00 BASIC2 shione ★★			16:00～17:00 LOWER BODY りさ ★		16:00～17:00 BASIC1 Kamiya ★		16:00～17:00 BASIC2 shione ★★
16:30								
17:00								
17:30						17:30 閉館		
18:00								
18:30							18:30～19:30 HIP&LEGS ののか ★★	
19:00	19:00～20:00 ADVANCE 【タワー】 takako ★★★	19:00～20:00 BASIC1 keiko ★	19:00～19:45 BASIC2 takako ★★					19:00～20:00 BODY MAKE 【タワー】 takako ★★
19:30				19:30～20:30 BASIC1 調整中 ★				
20:00								
20:30			20:30～21:30 LOWER BODY takako ★				20:30～21:30 UPPER BODY ののか ★	
21:00	21:00～22:00 BASIC1 【タワー】 takako ★	21:00～22:00 BASIC2 keiko ★★		21:00～22:00 BACK&ARMS 調整中 ★★				21:00～22:00 BASIC1 【タワー】 takako ★
21:30								
22:00			22:00 閉館				22:00 閉館	
22:30	22:30 閉館	22:30 閉館		22:30 閉館				22:30 閉館

	9月9日(水)	9月10日(木)	9月11日(金)	9月12日(土)	9月13日(日)	9月14日(月)	9月15日(火)
9:00							休館日
9:30				9:00～10:00 LOWER BODY 調整中 ★	9:00～10:00 BASIC2 ユウカ ★★		
10:00	10:00～11:00 FULL BODY 【タワー】 井田 英恵 ★★	10:00～11:00 UPPER BODY ユウカ ★					
10:30			10:30～11:30 BASIC1 りさ ★	10:30～11:30 WAIST りさ ★★	10:30～11:30 BASIC1 ユウカ ★	10:30～11:30 BODY MAKE 山田 美佳 ★★	
11:00							
11:30							
12:00			12:00～13:00 BODY MAKE りさ ★★	12:00～13:00 BASIC1 りさ ★	12:00～12:45 UPPER BODY ユウカ ★		
12:30	12:30～13:30 LOWER BODY asami ★	12:30～13:30 BASIC2 asami ★★					
13:00						13:00～14:00 BASIC1 山田 美佳 ★	
13:30							
14:00	14:00～15:00 ADVANCE asami ★★★	14:00～15:00 BASIC1 asami ★					
14:30			14:30～15:30 BASIC2 山田 美佳 ★★		14:30～15:30 HIP & LEGS Kamiya ★★	14:30～15:30 BASIC2 山田 美佳 ★★	
15:00				15:00～16:00 STRETCH 【タワー】 keiko ★			
15:30							
16:00			16:00～17:00 LOWER BODY 山田 美佳 ★		16:00～17:00 BASIC1 Kamiya ★		
16:30				16:30～17:30 BASIC2 【タワー】 keiko ★★			
17:00							
17:30					17:30 閉館		
18:00				18:00 閉館			
18:30						18:30～19:30 HIP & LEGS ののか ★★	
19:00	19:00～20:00 BASIC1 keiko ★	19:00～19:45 BASIC2 takako ★★	19:30～20:30 BASIC1 調整中 ★				
19:30							
20:00							
20:30		20:30～21:30 LOWER BODY takako ★				20:30～21:30 UPPER BODY ののか ★	
21:00	21:00～22:00 BASIC2 keiko ★★		21:00～22:00 BACK & ARMS 調整中 ★★				
21:30							
22:00		22:00 閉館				22:00 閉館	
22:30	22:30 閉館		22:30 閉館				

					祝日営業		祝日営業		祝日営業	
	9月16日(水)	9月17日(木)	9月18日(金)	9月19日(土)	9月20日(日)	9月21日(月)	9月22日(火)	9月23日(水)		
9:00										
9:30				9:00～10:00 LOWER BODY 調整中 ★	9:00～10:00 BASIC2 ユウカ ★★	9:00～10:00 STRETCH 山田 美佳 ★	9:00～10:00 やさしい BODY MAKE ユウカ ★★	9:00～10:00 LOWER BODY Kamiya ★		
10:00	10:00～11:00 FULL BODY 【タワー】 井田 英恵 ★★	10:00～11:00 UPPER BODY ユウカ ★								
10:30			10:30～11:30 BASIC1 りさ ★	10:30～11:30 WAIST りさ ★★	10:30～11:30 BASIC1 ユウカ ★	10:30～11:30 ADVANCE 山田 美佳 ★★★	10:30～11:30 BASIC1 ユウカ ★	10:30～11:30 WAIST Kamiya ★★		
11:00										
11:30										
12:00			12:00～13:00 BODY MAKE りさ ★★	12:00～13:00 BASIC1 りさ ★		12:00～13:00 BASIC2 山田 美佳 ★★		12:00～13:00 BASIC1 Kamiya ★		
12:30	12:30～13:30 LOWER BODY asami ★	12:30～13:30 BASIC2 asami ★★								
13:00										
13:30										
14:00	14:00～15:00 ADVANCE asami ★★★	14:00～15:00 BASIC1 asami ★	14:30～15:30 BASIC2 山田 美佳 ★★		14:30～15:30 HIP & LEGS Kamiya ★★	14:30～15:30 BASIC1 ののか ★	14:30～15:30 BASIC2 shione ★★	14:30～15:30 JUMP TO SHAPE ののか ★★★		
14:30				15:00～16:00 STRETCH 【タワー】 keiko ★						
15:00										
15:30										
16:00			16:00～17:00 LOWER BODY 山田 美佳 ★	16:30～17:30 BASIC2 【タワー】 keiko ★★	16:00～17:00 BASIC1 Kamiya ★	16:00～17:00 BODY MAKE ののか ★★	16:00～17:00 LOWER BODY shione ★	16:00～17:00 UPPERBODY ののか ★		
16:30										
17:00										
17:30					17:30 閉館	17:30 閉館	17:30 閉館	17:30 閉館		
18:00				18:00 閉館						
18:30										
19:00	19:00～20:00 BASIC1 keiko ★	19:00～19:45 BASIC2 takako ★★	19:30～20:30 BASIC1 調整中 ★							
19:30										
20:00										
20:30		20:30～21:30 LOWER BODY takako ★								
21:00	21:00～22:00 BASIC2 keiko ★★		21:00～22:00 BACK & ARMS 調整中 ★★							
21:30										
22:00		22:00 閉館								
22:30	22:30 閉館		22:30 閉館							

	9月24日(木)	9月25日(金)	9月26日(土)	9月27日(日)	9月28日(月)	9月29日(火)	9月30日(水)
9:00		休館日					休館日
9:30			9:00～10:00 LOWER BODY 調整中★	9:00～10:00 BASIC2 ユウカ★★			
10:00	10:00～11:00 UPPER BODY ユウカ★					10:00～11:00 STRETCH Eri★	
10:30			10:30～11:30 WAIST りさ★★	10:30～11:30 BASIC1 ユウカ★	10:30～11:30 BODY MAKE 山田 美佳★★		
11:00							
11:30						11:30～12:15 HIP & LEGS Eri★★	
12:00			12:00～13:00 BASIC1 りさ★	12:00～12:45 UPPER BODY ユウカ★			
12:30	12:30～13:30 BASIC2 asami★★						
13:00					13:00～14:00 BASIC1 chii★		
13:30							
14:00	14:00～15:00 BASIC1 asami★					14:00～15:00 UPPER BODY shione★	
14:30				14:30～15:30 HIP & LEGS Kamiya★★	14:30～15:30 BASIC2 chii★★		
15:00			15:00～16:00 STRETCH 【タワー】 keiko★				
15:30							
16:00				16:00～17:00 BASIC1 Kamiya★		16:00～17:00 BASIC2 shione★★	
16:30			16:30～17:30 BASIC2 【タワー】 keiko★★				
17:00							
17:30				17:30 閉館			
18:00			18:00 閉館				
18:30					18:30～19:30 HIP & LEGS ののか★★		
19:00	19:00～19:45 BASIC2 takako★★					19:00～20:00 ADVANCE 【タワー】 takako★★★	
19:30							
20:00							
20:30	20:30～21:30 LOWER BODY takako★				20:30～21:30 UPPER BODY ののか★		
21:00						21:00～22:00 BASIC1 【タワー】 takako★	
21:30							
22:00	22:00 閉館				22:00 閉館		
22:30		22:30 閉館				22:30 閉館	22:30 閉館