

# アクション&スタジオ アクロバット つばさ基地

## スケジュール

営業時間10:00~22:00  
(水曜のみ) 14:00~22:00



|    |    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|----|
| 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  |
| 4  | 5  | 6  | 7  | 8  | 9  | 10 |
| 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 |
| 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 |

|  |
|--|
| AB連続受講<br>Aチケット2枚で受講可能<br>(同一講師に限る)              |
| キッズアクロ育成→育成トレーニング<br>A1枚で連続受講可能<br>※育トレのみの場合はA1枚 |
| マークは<br>マンスリーチケット対象                              |

※全クラス予約制となっております。

| 時間  | 月   | 火   | 水  | 木  | 金  | 土  | 日  |   |  |
|-----|---|---|--|--|--|--|--|---|--|
| 10時 | <b>キッズアクロ 春分の日SP★</b><br><b>3/21(木)</b><br>① 体験/初級 12:00~13:25<br>② 中/上/育 14:00~15:25<br><br>会員:Aチケット1枚 体験:¥3,240<br><br>Aチケット1枚で たっぷり1時間25分! とってもお得な人気のクラスですので こちらもご予約はお早めに♪ |   | <b>マンスリーチケットのご案内</b><br><br>マークのあるクラスは <b>マンスリーチケット(スタンダード)</b> で1か月間受け放題!<br><br>また、つばさ基地全てのクラスが受講できる <b>マンスリーゴールドチケット</b> もあります! 詳しくは受付まで♪ | <b>キッズ無料体験 説明会</b><br><b>3/21(木)</b><br><b>10:00~10:55</b>   |  | 10:00~10:55<br><b>キッズバック転 よしき</b>          | 10:00~10:55<br><b>アクロ/バック転 黒木</b>        |   |  |
| 11時 |   | 11:00~11:55 ★<br><b>アクロ/バック転 野本</b>                     | マークのあるクラスは <b>マンスリーチケット(スタンダード)</b> で1か月間受け放題!<br><br>また、つばさ基地全てのクラスが受講できる <b>マンスリーゴールドチケット</b> もあります! 詳しくは受付まで♪                             | 12:00~12:55 ★<br><b>大人の体操 黒木</b>   | 11:00~11:55 ★<br><b>大人の体操 黒木</b>   | 11:00~11:55<br><b>キッズバック転 よしき</b>          | 11:00~11:55<br><b>アクロ/バック転 黒木</b>        |   |  |
| 12時 |   | 12:00~12:55 ★<br><b>アクロ/バック転 野本</b>                     | 12:00~12:55 ★<br><b>アクロ/バック転 野本</b>  | 12:00~12:55 ★<br><b>大人の体操 黒木</b>   | 12:00~12:55 ★<br><b>大人の体操 黒木</b>   | 12:00~12:55<br><b>キッズバック転 よしき</b>          | 12:00~12:55 ★<br><b>アクロ/バック転 小川</b>      | 12:00~12:55 ★<br><b>キッズアクロ 黒木/よしき 中上育</b>   |  |
| 13時 |   | 13:00~13:55 ★<br><b>アクロ/バック転 野本</b>                     | 13:00~13:55 ★<br><b>アクロ/バック転 野本</b>  | 13:00~13:55 ★<br><b>3Dアクロ/単発バック転 仙田</b>  | 13:00~13:55 ★<br><b>3Dアクロ/単発バック転 仙田</b>  | 13:00~13:55 ★<br><b>かんたんアクロ つばさ</b>        | 13:00~13:55<br><b>アクロバック転 小川</b>         | 13:00~13:55<br><b>アクロバック転 スーパーストレッチ つばさ</b> | 13:00~13:55<br><b>キッズアクロ つばさ/よしき 初中育</b> |
| 14時 |   | 14:00~14:55 ★<br><b>アクロ/バック転 野本</b>                     | 14:00~14:55 ★<br><b>アクロ/バック転 野本</b>  | <b>春の強化合宿</b><br><b>4/1~3(月~水)</b><br>詳細&申込用紙は 受付にて 配布中です♪   | <b>会員様限定!!</b><br><b>半田先生の特別施術</b><br><b>3/16(土)</b><br>17:00~21:00(※1コマ30分)<br>担当講師 半田<br>1コマ(A2枚or¥4,320税込)<br>予約の取れないサロン、トリガーのゴッドハンド・半田学先生による特別施術になります♪<br>身体のお悩みがある方はぜひ一度施術を受けてみてください! | 14:00~14:55 ★<br><b>アクロバック転 小川</b>         | 14:00~14:55 ★<br><b>スーパーストレッチ つばさ</b>    | 14:00~14:55 ★<br><b>かんたんアクロ つばさ</b>         | 14:00~14:55<br><b>キッズアクロ つばさ/よしき 初中上</b> |
| 15時 | 15:00~15:55 ★<br><b>スーパーストレッチ Mio</b>   | <b>3/27,28(水・木) 愛のスパルタ 100合宿</b><br>人気の合宿ですので お申込はお早めに! | 16:00~16:55 ★<br><b>スーパーストレッチ Mio</b>  | 17:00~21:00(※1コマ30分)<br>担当講師 半田<br>1コマ(A2枚or¥4,320税込)<br>予約の取れないサロン、トリガーのゴッドハンド・半田学先生による特別施術になります♪<br>身体のお悩みがある方はぜひ一度施術を受けてみてください! | 15:00~15:55 ★<br><b>アクロバック転 小川</b>   | 15:00~15:55 ★<br><b>スーパーストレッチ つばさ</b>      | 15:00~15:55<br><b>キッズアクロ つばさ/よしき 初中上</b> | 15:00~15:55<br><b>キッズアクロ つばさ/小川 中上育</b>     |  |
| 16時 | 16:00~16:55 ★<br><b>スーパーストレッチ Mio</b>   |   | 16:00~16:55 ★<br><b>スーパーストレッチ Mio</b>  | 17:00~17:55 ★<br><b>キッズバック転 八木</b>   | 16:00~16:55<br><b>キッズアクロ 小川/シゲル</b>  | 16:00~16:55<br><b>キッズアクロ 小川</b>            | 16:00~16:55<br><b>キッズアクロ つばさ/よしき/シゲル</b> | 16:00~16:55<br><b>キッズアクロ 小川</b>             | 16:00~16:55<br><b>キッズアクロ 小川</b>          |
| 17時 | 17:00~17:55<br><b>キッズアクロ 小川/よしき 初中</b>  | 17:00~17:55 ★<br><b>キッズバック転 黒木/シゲル</b>                  | 17:00~17:55 ★<br><b>スーパーストレッチ Mio</b>  | 17:00~17:55<br><b>キッズバック転 八木</b>   | 17:00~17:55<br><b>キッズアクロ つばさ/小川/シゲル</b>  | 17:00~17:55<br><b>キッズアクロ つばさ/よしき/シゲル</b>   | 17:00~17:55<br><b>キッズアクロ つばさ/よしき/シゲル</b> | 17:00~17:55<br><b>バック転 小川</b>               |  |
| 18時 | 18:00~18:55<br><b>キッズアクロ 小川/よしき 初中育</b>   | 18:00~18:55 ★<br><b>キッズバック転 黒木/シゲル</b>                  | 18:00~18:55 ★<br><b>キッズアクロ 小川/よしき 中上育</b>  | 18:00~18:55 ★<br><b>キッズバック転 八木</b>   | 18:00~18:55 ★<br><b>キッズアクロ つばさ/小川/シゲル</b>  | 18:00~18:55 ★<br><b>キッズアクロ つばさ/よしき/シゲル</b> | 18:00~18:55 ★<br><b>バック転 小川/シゲル</b>      | 18:00~18:55<br><b>バック転 小川</b>               |  |
| 19時 | 19:00~19:55 ★<br><b>キッズアクロ 小川/よしき 育成トレーニング</b>  | 19:00~19:55 ★<br><b>大人の体操 黒木/シゲル</b>                    | 19:00~19:55 ★<br><b>バック転 小川/よしき</b>  | 19:00~19:55 ★<br><b>エアリアル シルク入門 MIKA</b>   | 19:00~19:55 ★<br><b>3Dアクロ/単発バック転 八木/よしき</b>  | 19:00~19:55 ★<br><b>バック転 黒木/シゲル</b>        | 19:00~19:55 ★<br><b>バック転 小川/シゲル</b>      | 19:00~19:55 ★<br><b>忍者アクション 妃羽理</b>         |  |
| 20時 | 20:00~20:55 ★<br><b>ボールクラス keiko</b>  | 20:00~20:55 ★<br><b>大人の体操 黒木/シゲル</b>                    | 20:00~20:55 ★<br><b>バック転 小川/よしき</b>  | 20:00~20:55 ★<br><b>エアリアル シルク初/中/上 MIKA</b>  | 20:00~20:55 ★<br><b>3Dアクロ/単発バック転 八木/よしき</b>  | 20:00~20:55 ★<br><b>アクション基礎 つばさ</b>        | 20:00~20:55 ★<br><b>バック転 黒木/シゲル</b>      | 20:00~20:55 ★<br><b>ムーブメント1 タツヤ</b>         |  |
| 21時 | 21:00~21:55 ★<br><b>ボールクラス keiko</b>  | 21:00~21:55 ★<br><b>大人の体操 黒木/シゲル</b>                    | 21:00~21:55 ★<br><b>バック転 小川/よしき</b>  | 21:00~21:55 ★<br><b>3Dアクロ/単発バック転 八木/よしき</b>  | 21:00~21:55 ★<br><b>エアリアル シルク初/中/上 MIKA</b>  | 21:00~21:55 ★<br><b>アクション応用 つばさ</b>        | 21:00~21:55 ★<br><b>バック転 黒木</b>          | 21:00~21:55 ★<br><b>ムーブメント2 タツヤ</b>         |  |

- ・1レッスン55分となっております。(特別クラス除く) ※クラス、講師は予告無く変更となる場合がございますが、その際はご了承くださいませ。
- ・パーソナル(プライベート)レッスンをご希望の場合は内容や日時等を受付またはお電話でご相談ください。
- ・キャンセルは前日20時までとなっております。前日20時以降のご連絡は、キャンセル料が発生いたします。(A/B/Cクラス:500円/パーソナル:全額)
- ・ボール/ダンスエアリアルレンタル利用可能時間【月・火・木・金=11:00~15:55】【土=20:00~21:55】

携帯サイトはこちら→



※スタジオ開場時間~イベント時を除く~  
 土・日 9:30~  
 月・火・木・金 10:00~  
 水 14:00~

**スタジオ つばさ基地**  
 板橋区向原2-10-7  
 Tel.03-6789-0015