

# アクション&スタジオ アクロバットスタジオ つばさ基地

## スケジュール

営業時間(場合により変動有り) 月・火・水・木 14:00~22:00  
金・土・日 10:00~22:00

月	火	水	木	金	土	日
3	4	5	6	7	1	2
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24/31	25	26	27	28	29	30

Aチケット  
Bチケット  
キッズ

A/B連続受講  
Aチケット2枚で受講可能  
(同一講師に限る)

キッズ加育成→育成トレーニング  
A1枚で連続受講可能  
※育トシのみの場合はA1枚

★マークは  
マンズリーチケット対象

※全クラス予約制となっております。  
※金額表記は全て税込価格です。

10時	月	火	水	木	金	土	日
10時	引き続き コロナウィルス 感染防止に ご協力お願い致します	5/3,4(月、火) 愛のスパルタ100会宿 お申込はお早めに!	5/5(水祝) <b>お得</b>	半田先生の特別施術 5/22(土) 担当:中村	11:00~11:50 大人の体操 小川	10:00~10:50 キッズバック転 小川	10:00~10:50 アクロ/バック転 よしき
11時	ご来店頂きましたら まず検温と消毒に ご協力お願い致します。	最近忘れ物が 多発しております! お帰りの際は今一度 お持物の確認と 更衣室やトイレ、 荷物を置いた場所の 再確認の程 よろしくお願致します!	10:00~10:55 キッズアクロ 無料体験説明会 ※つばさ基地に初めて お越しの方対象	17:00~21:00(※1コマ30分) ※何コマでも予約可 料金:1コマ(A2枚or¥4,400)	12:00~12:50 大人の体操 小川	11:00~11:50 キッズバック転 小川	11:00~11:50 アクロ/バック転 よしき
12時	お客様同士の3密を 少しでも回避できるよう ご見学場所や レッスンの進行も工夫 して参りますので ご理解ご協力を よろしくお願 致します!	(特に多いお忘れ物として 靴下や練習着、タオル アクセサリ等... 忘れ物は受付近くの棚に 保管しております☆彡)	12:00~13:20 キッズアクロ 幼児/初級スペシャル	筋膜調整サロン TRIGGER(トリガー)の ゴッドハンド・中村先生による 特別施術になります♪	13:00~13:50 かんたんアクロ つばさ	12:00~12:50 アクロバック転 小川 スーパーストレッチ つばさ	12:00~12:50 キッズアクロ 幼/初 : 中/上/育
13時			14:00~15:20 キッズアクロ 中/上/育スペシャル ※各スペシャルクラス Aチケット1枚で受講可能 体験の方 一回/¥3,300	理学療法士の先生が 身体のお悩みに 筋膜調整にてアプローチ していく施術となります! 身体に違和感を感じたり 痛みを和らげたいという方は 是非ご参加ください!	14:00~14:50 アクロバック転 小川 スーパーストレッチ つばさ	13:00~13:50 アクロバック転 小川 スーパーストレッチ つばさ	13:00~13:50 キッズアクロ 幼/初 : 中/上/育
14時					15:00~15:50 アクロバック転 小川 スーパーストレッチ つばさ	14:00~14:50 かんたんアクロ つばさ	14:00~14:50 キッズアクロ 幼/初 : 中/上/育
15時						15:00~15:50 キッズアクロ 幼/初 : 中/上/育	15:00~15:50 キッズアクロ 幼/初 : 中/上/育
16時	★ 16:00~16:50 ストレッチ Mio キッズアクロ 幼/初 : 中/上/育	NEW 16:00~16:50 キッズブレイクアクロ よしき	★ 16:00~16:50 ストレッチ Mio キッズアクロ 幼/初 : 中/上/育	NEW 16:00~16:50 キッズブレイクアクロ よしき	★ 16:00~16:50 キッズアクロ 幼/初 : 中/上/育	16:00~16:50 キッズアクロ 幼/初 : 中/上/育	16:00~16:50 キッズアクロ 中/上/育 : 育成トレーニング
17時	★ 17:00~17:50 ストレッチ Mio キッズアクロ 幼/初 : 中/上/育	17:00~17:50 キッズバック転 よしき キッズエアリアル シルク satoka	★ 17:00~17:50 ストレッチ Mio キッズアクロ 幼/初 : 中/上/育	17:00~17:50 キッズバック転 よしき	★ 17:00~17:50 キッズアクロ 幼/初 : 中/上/育	17:00~17:50 キッズアクロ 幼/初 : 中/上/育	17:00~17:50 バック転 濱田
18時	18:00~18:50 キッズアクロ 幼/初 : 中/上/育	18:00~18:50 キッズバック転 よしき キッズエアリアル リング satoka	18:00~18:50 キッズアクロ 中/上/育 : 育成トレーニング	18:00~18:50 キッズバック転 よしき	★ 18:00~18:50 キッズアクロ 幼/初 : 中/上/育	★ 18:00~18:50 キッズアクロ 幼/初 : 中/上/育	18:00~18:50 バック転 濱田
19時	19:00~19:50 キッズアクロ 中/上/育 : 育成トレーニング	19:00~19:50 大人の体操 よしき エアリアル シルク satoka	★ 19:00~19:50 バック転 小川 エアリアル シルク入門 MIKA	NEW 19:00~19:50 アクロ/バック転 よしき	19:00~19:50 バック転 濱田	★ 19:00~19:50 バック転 濱田 エアリアル リング MAI	★ 19:00~19:50 忍者アクション 妃羽理 : バック転 濱田
20時	★ 20:00~20:50 ポールクラス keiko 3Dアクロ/ 単発バック転 よしき	20:00~20:50 大人の体操 よしき エアリアル リング satoka	★ 20:00~20:50 バック転 小川 エアリアル シルク初/中/上 MIKA	NEW 20:00~20:50 アクロ/バック転 よしき : アクション基礎 つばさ	20:00~20:50 バック転 濱田	★ 20:00~20:50 3Dアクロ/ 単発バック転 よしき : エアリアル リング MAI	★ 20:00~20:50 忍者 アクション 妃羽理 : バック転 濱田 : シルク 初/中/上 MAI
21時	★ 21:00~21:50 ポールクラス keiko 3Dアクロ/ 単発バック転 よしき	NEW 21:00~21:50 3Dアクロ/エクストリームキック よしき	★ 21:00~21:50 バック転 小川	NEW 21:00~21:50 ブレイクアクロ/ 単発バック転 よしき : アクション応用 つばさ	21:00~21:50 バック転 濱田	★ 21:00~21:50 3Dアクロ/ 単発バック転 よしき : エアリアル シルク初/中/上 MAI	★ 21:00~21:50 忍者 アクション 妃羽理 : バック転 濱田 : シルク 初/中/上 MAI

・1レッスン50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)

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