

11月本館スケジュール



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
	1	2	3	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				

Aチケット
 Bチケット
 キッズ

AB連続受講
 Aチケット2枚で受講可能
 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
 マンスリーチケット対象
 ※チケットと現金の併用不可です。
 ※金額表記は全て税込価格です。

	月	火	水	木	金	土	日
10時	別館C 11/3(木祝)	11/3(木祝) 12:00~13:20 スーパーストレッチ スペシャル①	別館C 11/23(水祝)	11/23(水祝) 12:00~13:20 キッズアクロ 幼児/初級スペシャル	引き続き感染防止に ご協力お願い致します	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	12:00~13:20 キッズ跳び箱スペシャル 担当講師:よしき先生	14:00~15:20 スーパーストレッチ スペシャル②	11:00~12:15 キッズエアリアルリング ワークショップ	14:00~15:20 キッズアクロ 中/上/育スペシャル	★ 11:00~11:50 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	14:00~15:20 キッズ鉄棒スペシャル 担当講師:よしき先生	※各スペシャルクラス 会員様:Bチケット×1 体験の方:¥3,850	12:30~13:45 ホイールストレッチ ワークショップ	※各スペシャルクラス 会員様:Aチケット×1 体験の方:¥3,300	★ 12:00~12:50 大人の体操 小川	★ 12:00~12:50 アクロ/バック転 小川	★ 12:00~12:50 アクロバック転 よしき
13時	※別館開講※ ※各スペシャルクラス 会員様:Aチケット×1 体験の方:¥3,300	いつものレッスンより 30分長いので とってもお得! お子様は別館、 保護者様は本館で レッスンを楽しみ頂く ことも可能です☆ミ	14:00~15:15 大人エアリアルシルク ワークショップ	※各スペシャルクラス 会員様:Aチケット×1 体験の方:¥3,300		13:00~13:50 アクロ/バック転 小川	★ 13:00~13:50 キッズアクロ 幼/初
14時	普段のキッズクラスでは 練習できない鉄棒と 跳び箱を特訓できる 特別なクラスです!	※別館開講※ 内容や金額等の詳細は、 別館スケジュールを ご確認ください☆ミ	14:00~15:15 大人エアリアルシルク ワークショップ	いつものレッスンより 30分長いので とってもお得~! この機会に昇級を 目指しちゃおう☆ミ	★ 14:00~14:50 アクロ/バック転 小川		★ 14:00~14:50 キッズアクロ 幼/初
15時					15:00~15:50 アクロ/バック転 小川	15:00~15:50 キッズアクロ 幼/初	15:00~15:50 キッズアクロ 幼/初
16時	16:00~16:50 キッズアクロ 幼/初	★ 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	NEW 16:00~16:50 キッズブレイクアクロ のすけ	★ 16:00~16:50 キッズアクロ 幼/初	16:00~16:50 キッズアクロ 幼/初	16:00~16:50 キッズアクロ 幼/初
17時	17:00~17:50 キッズアクロ 幼/初	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	NEW 17:00~17:50 キッズバック転 のすけ	17:00~17:50 キッズアクロ 幼/初	17:00~17:50 キッズアクロ 幼/初	17:00~17:50 キッズアクロ 中/上/育
18時	18:00~18:50 キッズアクロ 幼/初	18:00~18:50 キッズバック転 よしき	18:00~18:50 キッズアクロ 中/上/育	NEW 18:00~18:50 キッズバック転 のすけ	18:00~18:50 キッズアクロ 幼/初	★ 18:00~18:50 キッズアクロ 幼/初	18:00~18:50 3Dアクロ/単発バック転 シャー
19時	19:00~19:50 キッズアクロ 中/上/育	★ 19:00~19:50 大人の体操 よしき	★ 19:00~19:50 バック転 シャー	★ 19:00~19:50 アクロ/バック転 よしき	19:00~19:50 バック転 よしき	19:00~19:50 バック転 よしき	19:00~19:50 3Dアクロ/単発バック転 シャー
20時	20:00~20:50 3Dアクロ/単発バック転 シャー	20:00~20:50 大人の体操 よしき	20:00~20:50 バック転 シャー	20:00~20:50 アクロ/バック転 よしき	20:00~20:50 バック転 よしき	20:00~20:50 3Dアクロ/単発バック転 よしき	★ 20:00~20:50 スーパーストレッチ あすか
21時	★ 21:00~21:50 3Dアクロ/単発バック転 シャー	★ 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 シャー	★ 21:00~21:50 ブレイクアクロ/単発バック転 よしき	★ 21:00~21:50 バック転 よしき	★ 21:00~21:50 3Dアクロ/単発バック転 よしき	★ 21:00~21:50 スーパーストレッチ あすか

・つばさ基地のレッスンは全て事前予約制となっております。

・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)



つばさ基地別館C
板橋区向原2-3-5
Tel.03-5926-9369



つばさ基地本館
板橋区向原2-10-7
Tel.03-6789-0015