

12月本館スケジュール

アクション&アクロバット スタジオ つばさ基地

MERRY CHRISTMAS



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
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	

Aチケット
 Bチケット
 キッズ

↓ AB連続受講(同一講師に限る) 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 AI 枚で連続受講可能 ※育トシのみの場合はAI 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	12/26(月) 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 12:00~13:20 キッズアクロ 幼児/初級スペシャル 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 ・会員様:Aチケット×1 (会員様チケット払い制) ・体験の方:¥3,300	12/27(火) 10:00~13:00 ウィンタースクール ※事前支払い制※ ・会員様¥4,950 or Aチケット×2と 500円券1枚 (現金とチケットの 併用不可) ・体験の方¥7,700 12/27(火) 14:00~15:20 キッズランポリン スペシャル 会員様:Aチケット×1 (会員様チケット払い制) 体験の方:¥3,300	別館C 12/28(水) 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 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:Aチケット×1 (会員様チケット払い制) 体験の方:¥3,300 通常クラスより30分長く 練習できる 特別なクラスです!	別館C 12/17(土) ①15:00~16:00 ②17:00~18:00 現役フィジーカーによる 糖質制限ダイエットと 自重トレーニング ワークショップ ※各60分1回 Aチケット×1 or ¥2,200 会員体験同一価格 現役フィジーカーであり パーソナルトレーナーの けいた先生監修! ケトジェニックダイエットの 座学とトレーニングを実施 でレクチャーします! 対象年齢:中学生以上	冬期休暇 12/30~1/4 ※1/5(木)16:00~営業開始 ★ 11:00~11:50 大人の体操 小川 ★ 12:00~12:50 大人の体操 小川 ★ 14:00~14:50 アクロ/バック転 小川 ★ 15:00~15:50 アクロ/バック転 小川 ★ 16:00~16:50 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 ★ 18:00~18:50 キッズアクロ 幼/初 中/上/育 ★ 19:00~19:50 バック転 よしき ★ 20:00~20:50 バック転 よしき ★ 21:00~21:50 バック転 よしき	10:00~10:50 キッズバック転 小川 11:00~11:50 キッズバック転 小川 12:00~12:50 アクロ/バック転 小川 13:00~13:50 アクロ/バック転 小川 引き続き感染防止に ご協力お願い致します 15:00~15:50 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 17:00~17:50 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 19:00~19:50 バック転 よしき 20:00~20:50 3Dアクロ/単発バック転 シャヤー 21:00~21:50 3Dアクロ/単発バック転 シャヤー	10:00~10:50 アクロ/バック転 よしき 11:00~11:50 アクロバック転 よしき 12:00~12:50 アクロバック転 よしき 13:00~13:50 キッズアクロ 幼/初 中/上/育 14:00~14:50 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 16:00~16:50 キッズアクロ 幼/初 中/上/育 17:00~17:50 キッズアクロ 中/上/育 育成トレーニング 18:00~18:50 3Dアクロ/単発バック転 シャヤー 19:00~19:50 3Dアクロ/単発バック転 シャヤー ★ 20:00~20:50 スーパーストレッチ あすか ★ 21:00~21:50 スーパーストレッチ あすか
11時							
12時							
13時							
14時							
15時							
16時	16:00~16:50 キッズアクロ 幼/初 中/上/育	★ 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	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 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 幼/初 中/上/育
17時	17:00~17:50 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	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 中/上/育	★ 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 中/上/育 育成トレーニング
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	18:00~18:50 キッズアクロ 中/上/育 育成トレーニング	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 中/上/育	★ 18:00~18:50 キッズアクロ 幼/初 中/上/育	18:00~18:50 3Dアクロ/単発バック転 シャヤー
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	★ 19:00~19:50 バック転 シャヤー	★ 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 シャヤー
20時	20:00~20:50 3Dアクロ/単発バック転 シャヤー スーパーストレッチ MIZUKI	★ 20:00~20:50 大人の体操 よしき	20:00~20:50 バック転 シャヤー	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 シャヤー スーパーストレッチ MIZUKI	★ 21:00~21:50 3Dアクロ/エクストリームキッズ よしき	21:00~21:50 バック転 シャヤー	★ 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