

# 9月本館

## アクションスタジオ 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 13:00～22:00  
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(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  
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 <b>本館</b>	火 <b>別館C</b>	水	木 <b>別館C</b>	金 <b>別館C</b>	土	日
10時	9/18(月祝)	9/1(金) アイソレーションクラス	9/2,9(土) ポール&ムーブ ワークショップ	9/3(日) ストリートワークアウト ワークショップ	9月から毎週金曜 アイソレーション クラスが誕生!	10:00～10:50 キッズバック転	10:00～10:50 アクロ/バック転 よしき
11時	10:00～10:55 キッズアクロ 無料体験説明会	18:00～18:50 (満5歳～中学3年生)	13:00～13:50(本館)	10:30～11:30 (小中学生対象)	ダンスをしてみたいけど 何から始めたらいいか 分からない...	11:00～11:50 キッズバック転	11:00～11:50 アクロ/バック転 よしき
12時	12:00～13:20 キッズアクロ 幼児/初級スペシャル	19:00～19:50 (満8歳以上)	14:10～15:00(別館)	10:30～11:30 (小中学生対象)	そんな方におすすめの 基礎から学べて 身体の強化に繋がる おすすめのクラスです!	12:00～12:50 アクロ/バック転	12:00～12:50 アクロ/バック転 よしき
13時	14:00～15:20 キッズアクロ 中/上/育スペシャル	各1回会員体験ともに ¥1,650 ※クラス新設につき キャンペーン価格です!	待望のポールクラスと、 都内でも体験できる所が あまりないフライングポールを 楽しんでいただける ワークショップ開催です! 体幹トレーニングの一環 としてアクロバットの 強化にも繋がります!	14:00～15:00 (高校生以上対象)	基礎から学べて 身体の強化に繋がる おすすめのクラスです!	13:00～13:50 アクロ/バック転	13:00～13:50 キッズアクロ 幼/初 中/上/育
14時	※各スペシャルクラス 会員様:Aチケット×1 体験の方:¥3,300	ダンスの基礎であり 最も大切な技術である アイソレーションを リズムに合わせて 楽しく習得しましょう☆ 自分の身体に向き合うこと で技のクオリティアップも 期待できます!	会員様各1回: Bチケット×1 or ¥2,750 体験の方各1回:¥3,850	関東初上陸のトレーニング 器具で、ジャングルジムを 大きくしたような鉄棒です。 それを使ったトリックを 覚えて楽しくトレーニング しましょう!	14:00～14:50 アクロ/バック転	14:00～14:50 アクロ/バック転	14:00～14:50 キッズアクロ 幼/初 中/上/育
15時			2クラス連続受講で 割引あり!お得です! 詳細はHPIにてご確認ください		15:00～15:50 アクロ/バック転	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 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 おまめ	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 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 おまめ	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 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 おまめ	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 のすけ	NEW 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 キッズアクロ 幼/初 中/上/育	★ 18:00～18:50 キッズ忍者アクション 妃羽理
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	★ 19:00～19:50 バック転	★ 19:00～19:50 アクロ/バック転	19:00～19:50 バック転 よしき	19:00～19:50 バック転	★ 19:00～19:50 忍者アクション 妃羽理
20時	★ 20:00～20:50 かんたんアクロ ことね	20:00～20:50 大人の体操	20:00～20:50 バック転	20:00～20:50 アクロ/バック転	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	★ 20:00～20:50 忍者アクション 妃羽理
21時		★ 21:00～21:50 3Dアクロ/エクストリームキック	21:00～21:50 バック転	★ 21:00～21:50 ブレイクアクロ/単発バック転	★ 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	

・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