

2023年

9月

別館C

営業時間

月 19:00~21:00
 火・水 16:00~21:00
 木 17:00~22:00
 金 13:00~21:00
 土 12:00~21:00
 日 12:00~18:00



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/B連続受講(同一講師に限る)
 Aチケット2枚で受講可能

★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。
 ※一部チケットは別館でもお買い求め
 頂けます。

つばさ基地

スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
<p>10時</p> <p>9/18(月祝) 本館</p> <p>11時</p> <p>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</p> <p>12時</p> <p>12:00~13:20 キッズアクロ 幼児/初級スペシャル</p> <p>13時</p> <p>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 体験の方:¥3,300</p> <p>14時</p> <p>15時</p> <p>16時</p> <p>17時</p> <p>18時</p> <p>19時</p> <p>20時</p> <p>21時</p>	<p>10時</p> <p>9/1(金) 別館C</p> <p>11時</p> <p>18:00~18:50 アイソレーションクラス (満5歳~中学3年生) 19:00~19:50 (満8歳以上)</p> <p>12時</p> <p>各1回会員体験ともに ¥1,850 ※クラス新設につき キャンペーン価格です!</p> <p>13時</p> <p>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!</p> <p>14時</p> <p>16:00~16:50 キッズエアリアル シルク MAI ★</p> <p>16:00~18:00 部分開放</p> <p>17:00~17:50 キッズエアリアル リング MAI ★</p> <p>18:00~21:00 開放</p>	<p>10時</p> <p>9/2,9(土) 本館</p> <p>11時</p> <p>13:00~13:50(本館) ポール&ムーブ ワークショップ 13:50(別館) フライングボール ワークショップ</p> <p>12時</p> <p>14:10~15:00(別館) 別館C</p> <p>13時</p> <p>待望のポールクラスの ワークショップ! 都内でも体験できる所が あまりないフライボールを 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端 としてアクロバットの 強化にも繋がります!</p> <p>14時</p> <p>会員様各1回: Bチケット×1 or ¥2,750</p> <p>体験の方各1回:¥3,850</p> <p>2クラス連続受講で 割引あり!お得です! 詳細はHPにてご確認ください</p> <p>15時</p> <p>16:00~16:50 キッズエアリアル シルク MAI ★</p> <p>16:00~18:00 部分開放</p> <p>17:00~17:50 キッズエアリアル リング MAI ★</p> <p>18:00~19:00 開放</p> <p>19:00~19:50 エアリアル シルク入門 MIKA ★</p> <p>19:00~21:00 部分開放</p> <p>20:00~20:50 エアリアル シルク初/中/上 MIKA ★</p>	<p>10時</p> <p>9/3(日) 別館C</p> <p>11時</p> <p>13:00~13:50 ストリートワークアウト ワークショップ</p> <p>12時</p> <p>10:30~11:30 (小中学生対象) 会員体験ともに¥2,200 (会員様Aチケット1枚も可)</p> <p>13時</p> <p>14:00~15:00 (高校生以上対象) 会員体験ともに¥3,300 (会員様チケット払いも可)</p> <p>14時</p> <p>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。 12月に開催される東京大会 に向けてワークショップを 複数回開催予定です! 競技人口が少ないので 上位入賞も狙えます! 是非ご参加ください!</p> <p>15時</p> <p>17:00~17:50 キッズ跳び箱/鉄棒 よしき</p> <p>18:00~18:50 キッズ跳び箱/鉄棒 よしき</p> <p>19:00~19:50 キッズアクション つばさ ★</p> <p>20:00~20:50 アクション基礎 つばさor石田</p> <p>21:00~21:50 アクション応用 つばさor石田</p>	<p>10時</p> <p>11時</p> <p>12時</p> <p>13時</p> <p>14時</p> <p>15時</p> <p>16時</p> <p>17時</p> <p>18時</p> <p>19時</p> <p>20時</p> <p>21時</p>	<p>10時</p> <p>11時</p> <p>12時</p> <p>13時</p> <p>14時</p> <p>15時</p> <p>16時</p> <p>17時</p> <p>18時</p> <p>19時</p> <p>20時</p> <p>21時</p>	<p>10時</p> <p>11時</p> <p>12時</p> <p>13時</p> <p>14時</p> <p>15時</p> <p>16時</p> <p>17時</p> <p>18時</p> <p>19時</p> <p>20時</p> <p>21時</p>

・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、開放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

別館C

8/26(土)
**パワームーブ
 ワークショップ**
 16:00~17:20
**ランニングトリック
 ワークショップ**
 17:30~18:50
 パルクールの基礎的な
 動きを習得しよう!
 会員体験共に¥2,750
 詳しくはHPにてご確認ください

担当:のすけ先生