

2025年 アクション&アクロバットスタジオ **つばさ基地** 本館 Since 2006

2月 スケジュール



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		

本館 営業時間	
月～木	15:00～22:00
金	13:00～22:00
土/日	10:00～22:00

- ・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分制です。(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を受け、お電話またはHPお問合せよりご相談ください。
- ・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クラス:500円/パーソナル:全額)
- ・金額表記は全て税込価格です。チケットと現金の併用不可です。

※状況により変動する場合がございます

☎ 03-6789-0015



月	火	水	木	金	土	日	
10時	本館 2月のイベント情報とお知らせ 2/11(火祝)・2/24(月祝) 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			2/24(月祝) 14:00～15:20 身体作りスペシャル	Aチケット Bチケット キッズ キッズアクロ育成 →育成トレーニング A1枚で連続受講可能 AB連続受講の場合 (同一講師に限る) Aチケット2枚で受講可能 スタンダードマンスリー チケット対象	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		2/24(月祝) 12:30～13:50 ストレッチスペシャル	2/24(月祝) 14:00～15:20 身体作りスペシャル		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		ストレッチの基本から バリエーションを 細かく指導します！ はじめに計測をして 最後にどのくらい 柔らかくなったか ピフォーアフターチェック！	自分の身体を知り、 解剖学的観点から 関節・骨・筋肉の構造を理解し 動ける身体、バランス力、体幹等 時短スゴ筋トレを提案します！ 最後はボクササイズで毒素排出！		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	2/11(火祝) 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:Bチケット×1 or 体験の方:¥3,850				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				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		会員様:Bチケット×1 or ¥2,750 体験の方:¥3,850	会員様:Bチケット×1 or ¥2,750 体験の方:¥3,850	15:00～15:50 アクロ/バック転	15:00～15:50 NEW キッズアクロ 幼/初 中/上/育	15:00～15:50 NEW 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	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 NEW キッズアクロ 幼/初 中/上/育	16:00～16:50 NEW 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	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 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 中/上/育 育成トレーニング	18:00～18:50 キッズバック転	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 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 NEW キッズ 忍者アクション バック転	
19時	19:00～19:50 かんたんアクロ	19:00～19:50 大人の体操	19:00～19:50 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 NEW 忍者アクション バック転	
20時	20:00～20:50 バック転	20:00～20:50 大人の体操	20:00～20:50 バック転	20:00～20:50 バック転 よしき	20:00～21:20 アクロバット同好会		
21時	21:00～21:50 バック転	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 NEW ブレイクアクロ/スーパー 単発バック転	21:00～21:50 バック転 よしき		