

2026年 **つばさ基地** アクション&アcroバットスタジオ Since 2006 **本館**
7月 スケジュール



月	火	水	木	金	土	日
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		

本館 営業時間	
月～金	15:00～22:00
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等を受付、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。(通常クラス:500円、パーソナル/イベントクラス: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				
<p>7/20(月祝) 12:00～13:40 よしき先生のストレッチスペシャル</p> <p>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ビフォーアフターチェック!</p> <p>会員様:Aチケット×2 or ¥5,000 体験の方:¥6,600 対象年齢:満8歳～</p>				<p>7/20(月祝) 14:00～15:20 よしき先生のバック転スペシャル</p> <p>バック転のための筋トレや締め、形の矯正から応用までのつなぎ方を練習しよう!</p> <p>会員様:8チケット×1 or ¥3,100 体験の方:¥3,900 対象年齢:満8歳～60歳未満の方</p>		<p>7/27(月) 12:00～15:00 キッズサマースクール①</p> <p>鉄棒・跳び箱・トランポリンなど普段のレッスン以外の種目も! 3時間で軽食付きのお得なクラスです☆ミ</p> <p>会員様¥6,320 or Aチケット×2 + 補助券×2 (チケットと現金の併用不可) 体験の方:¥8,800</p>		<p>Aチケット</p> <p>Bチケット</p> <p>キッズ</p> <p>キッズアcro育成 → 育成トレーニング A1枚で連続受講可能</p> <p>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</p> <p>スタンダードマンスリー チケット対象</p> <p>月謝対象クラス</p>	<p>10:00～10:50 キッズバック転</p> <p>11:00～11:50 キッズバック転</p> <p>12:00～12:50 アcro/バック転</p> <p>13:00～13:50 アcro/バック転</p> <p>14:00～14:50 キッズアcro</p> <p>15:00～15:50 キッズアcro</p> <p>16:00～16:50 キッズアcro</p> <p>17:00～17:50 キッズアcro</p> <p>18:00～18:50 キッズアcro</p> <p>19:00～19:50 バック転</p> <p>20:00～21:20 アcroバット同好会</p>	<p>10:00～10:50 アcro/バック転</p> <p>11:00～11:50 アcro/バック転</p> <p>12:00～12:50 アcro/バック転</p> <p>13:00～13:50 キッズアcro</p> <p>14:00～14:50 キッズアcro</p> <p>15:00～15:50 キッズアcro</p> <p>16:00～16:50 キッズアcro</p> <p>17:00～17:50 キッズアcro</p> <p>18:00～18:50 キッズアcro</p> <p>19:00～19:50 バック転</p> <p>20:00～21:20 アクション同好会</p>
10時	7月の本館イベント情報とお知らせ 本館									
11時										
12時										
13時										
14時										
15時										
16時	16:00～16:50 キッズアcro	16:00～16:50 キッズブレイクアcro	16:00～16:50 キッズアcro	16:00～16:50 キッズブレイクアcro	16:00～16:50 キッズアcro	16:00～16:50 キッズアcro				
17時	17:00～17:50 キッズアcro	17:00～17:50 キッズバック転	17:00～17:50 キッズアcro	17:00～17:50 キッズバック転	17:00～17:50 キッズアcro	17:00～17:50 キッズアcro				
18時	18:00～18:50 キッズアcro	18:00～18:50 キッズバック転	18:00～18:50 キッズアcro	18:00～18:50 キッズバック転	18:00～18:50 キッズアcro	18:00～18:50 キッズアcro				
19時	19:00～19:50 かんたんアcro	19:00～19:50 大人の体操	19:00～19:50 バック転	19:00～19:50 アcro/バック転	19:00～19:50 バック転	19:00～19:50 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 アcro/バック転	20:00～20:50 バック転	20:00～21:20 アcroバット同好会				
21時	21:00～21:50 バック転	21:00～21:50 3Dアcro/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cro/単発バック転	21:00～21:50 スーパーストレッチ	21:00～21:50 バック転				