

# 1月実施プログラムのご案内

※プログラム及び開催日は変更になる場合がございます。

## 1回制教室 (電話・窓口申込)

場所	曜日	プログラム名	実施時間	定員	対象	参加費	1月	
スタジオ	月	アクティブヨガ	10:00~10:45	30名	中学生以上	ALL ¥700	13・20・27	
		骨盤シェイプ	11:00~11:45					
		チェアバレエエクササイズ	12:00~12:45					
		ピラティス	19:00~19:45					
		スンバ	20:00~20:45					
	火	膝痛/腰痛改善ヨガ	10:00~10:45	30名	中学生以上		7・14・21・28	
		アクティブヨガ	11:00~11:45					
		BFキックボクシング	19:00~19:45					
		ファンクショナルトレーニング	20:00~20:45					
	水	からだスキャンマッサージ	10:00~10:45	30名	中学生以上		8・15・22・29	
		スンバ	11:00~11:45	35名				
		骨盤調整ヨガ	19:00~19:45	30名				
		アクティブヨガ	20:00~20:45	30名				
	木	かんたん筋トレ	10:00~10:45	30名	中学生以上		9・16・23・30	
		エアロ初級	11:00~11:45					
		サルセッション	19:30~20:30					35名
		からだ改善体操	10:00~10:45					30名
	はじめてのヨガ	11:00~11:45						
	BFバーベルEX	19:00~19:45						
	BFキックボクシング	20:00~20:45						
土	ポルトブラ	10:00~10:45	15名	中学生以上	4・11・18・25			
	ソフトヨガ	10:00~10:45						
	ピラティス	11:00~11:45						
日	サルセッション	10:00~11:00	15名	中学生以上	5・12・19・26			
	やさしいヨガ	11:15~12:00						

場所	曜日	プログラム名	実施時間	定員	対象	参加費	1月
アリーナ	月	トランポリンフンデイスクール	16:30~17:30	12名	小学生	¥1,500	20
		[WEB申込] 12/20 (金) 10:00開始	17:40~18:40				
	月	レスリングスクール	17:00~17:50	24名	年中・年長 小学生~大人	¥1,000	20・27
		[WEB申込] 12/20 (金) 10:00開始	18:00~19:00				

場所	曜日	プログラム名	実施時間	定員	対象	参加費	1月
プール	月	ワンデイ 子ども水泳教室	15:30~16:20	10名	年長 小学生 小学生	¥1,000	20・27
			16:30~17:20				
			17:30~18:20				
	月	アクアビクス	11:40~12:25	30名	中学生以上	¥700	20・27
水		19:40~20:25				8・15・22・29	

## 個人参加型プログラム (電話・窓口申込)

個人参加型とは？  
簡単なウォーミングアップ・ゲーム形式で  
交流を深めるプログラムです。

場所	曜日	プログラム名	実施時間	定員	対象	参加費	1月
アリーナ	月	個人参加型フットサル	19:15~20:45	36名	中学生以上	¥700	20・27
	火	個人参加型ビクトルボール (エンジョイ)	10:15~11:45	16名	中学生以上	¥700	7・14・21・28
		個人参加型ビクトルボール (エキサイティング)	13:15~14:45				
	火	個人参加型バドミントン	19:15~20:45	16名	中学生以上	¥700	7・14・21・28
水	個人参加型バレーボール	19:15~20:45	48名	中学生以上	¥700	8・15・22・29	

## 月謝制・クール制教室 (窓口申込のみ)

場所	曜日	プログラム名	実施時間	定員	対象	参加費	1月
スタジオ	火	フラダンス	12:30~13:30	30名	中学生以上	¥4,000	7・14・21・28
		BFKIDSアスリートスクール	15:30~16:30 17:00~18:00	15名	年中・年長 小1~小4	¥3,500	7・14・21
	水	フィジカルサーキット 【電話・窓口申込】12/1 (日) 10:00申込開始	13:00~14:30	10名	高校生以上	¥9,000	15・22・29 【1月~2月】
	木	キッズダンススクール	16:30~17:30 17:45~18:45	15名	小1~小3 小4~小6	¥3,500	9・16・23・30
		BFKIDSアスリートスクール	15:30~16:30 17:00~18:00	15名	年中・年長 小1~小4	¥3,500	10・17・24
	土	フィジカルサーキット 【電話・窓口申込】12/1 (日) 10:00申込開始	13:30~15:00	10名	高校生以上	¥9,000	11・18・25 【1月~2月】

場所	曜日	プログラム名	実施時間	定員	対象	参加費	1月
アリーナ	火	バドミントンスクール	17:15~18:45	20名	小4~中学生	¥3,000	7・14・21・28
	水	スラックラインスクール	16:30~17:30	15名	小学生~大人	¥3,500	8・15・22・29
			17:40~18:40				
	木	おとなのバレーボール教室 【電話・窓口申込】12/1 (日) 10:00申込開始	10:15~11:45	20名	高校生以上	【クール】¥6,000 【郵費】¥1,200	9・23 【1月~3月】
			バレーボールスクール 【窓口申込】12/1 (日) 10:00申込開始	17:00~18:30	20名	小4~小6	¥12,000
19:00~21:00				20名	中学生		
木	バドミントンスクール	19:15~20:45	20名	小4~中学生	¥3,000	9・16・23	

場所	曜日	プログラム名	実施時間	定員	対象	参加費	1月
プール	月	飛込教室	16:30~18:00	20名	年中~小4 小学生	¥5,500	13・20・27
			18:00~19:30				
	火~金	子どもスイミングスクール	15:30~16:30	/	年長~小学生	【週1】 ¥6,600 【週2】 ¥8,800	スクールカレンダーに準ずる
			17:30~18:30				

プログラム名	曜日	クラス	実施時間	定員	対象	参加費	第3期【12月~3月】
大人水泳教室	火	クロールクラス	10:30~11:20	10名	中学生以上 ※初心者クラス以外 参加条件有	¥11,000	1/7・14・21・28
		初心者クラス	11:30~12:20				
		初級クラス	19:30~20:20				
	水	中級者クラス	10:30~11:20			¥12,000	1/8・15・22・29
		クロールクラス	19:30~20:20			¥11,000	1/9・16・23・30
	木	初心者クラス	10:30~11:20			¥12,000	1/10・17・24・31
		クロールクラス	11:30~12:20				
	金	初級クラス	11:30~12:20			¥10,000	1/10・17・31
	スペシャルクラス	19:30~20:20					

## 個人開放プログラム (当日窓口申込のみ) ※詳細はお問い合わせください。

場所	曜日	プログラム名	実施時間	対象	参加費	1月
アリーナ	火	個人開放バドミントン	9:30~13:00	小学生~大人	【コート1面】 ¥1,000 【大人】 ¥300 【高校生以下】 ¥150	7・14・21・28

お申し込み  
お問い合わせ

# 日環アリーナ栃木

TEL : 028-658-5900

●営業時間 9:00~21:00

●休館日 毎月第1月曜日、年末年始

ホームページはこちら

WEB申込はこちら