

# 10月実施プログラムのご案内

令和6年9月11日 現在

※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	10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	14・21
		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		1・8・15・29
		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		2・9・16・30
		スンバ	11:00~11:45				
		骨盤調整ヨガ	19:00~19:45				
	木	アクティブヨガ	20:00~20:45	30名	中学生以上		3・10・17・31
		かんたん筋トレ	10:00~10:45				
		エアロ初級	11:00~11:45				
	金	サルセーション	19:30~20:30	30名	中学生以上		4・11・18
		からだ改善体操	10:00~10:45				
		はじめてのヨガ	11:00~11:45				
	土	からだ改善体操	19:00~19:45	15名	中学生以上		5・12・19
		BFキックボクシング	20:00~20:45				
ボルドブラ		10:00~10:45					
日	ソフトヨガ	10:00~10:45	15名	中学生以上	6・13・20		
	ピラティス	11:00~11:45					
		サルセーション	10:00~11:00	15名	中学生以上		
		やさしいヨガ	11:15~12:00	15名	中学生以上		

## 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	10月
スタジオ	火	フラダンス	12:30~13:30	30名	中学生以上	¥4,000	1・8・15・29
		BFKIDSアスリートスクール	15:30~16:30	15名	年中・年長	¥3,500	1・8・15
	17:00~18:00		15名	小1~小4	¥3,500	1・8・15	
	水	リニューアル! フィジカルサーキット 【電話・窓口申込】10/7 (月) まで	13:00~14:30	10名	高校生以上	¥9,000	9・16・30 【10月~11月】
	木	キッズダンススクール	16:30~17:30	15名	小1~小3	¥3,500	10・17・31
			17:45~18:45	15名	小4~小6	¥3,500	10・17・31
	金	BFKIDSアスリートスクール	15:30~16:30	15名	年中・年長	¥3,500	4・11・18
17:00~18:00			15名	小1~小4	¥3,500	4・11・18	
土	New! フィジカルサーキット 【電話・窓口申込】10/10 (木) まで	13:30~15:00	10名	高校生以上	¥9,000	12・19 【10月~11月】	

場所	曜日	プログラム名	実施時間	定員	対象	参加費	10月
アリーナ	火	New! バドミントンスクール	17:15~18:45	20名	小4~中学生	¥3,000	8・15・29
	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	2・9・16・30
			17:40~18:40	15名	小学生~大人	¥3,500	2・9・16・30
	木	おとなのバレーボール教室 【電話・窓口申込】受付中!	10:15~11:45	20名	高校生以上	{クール} ¥7,000 {都度} ¥1,200	3・17・31 【9月~11月】
バレーボールスクール 【電話・窓口申込】受付中!			17:00~18:30	20名	小4~小6	¥7,500	3・10・17・31 【9月~11月】
バドミントンスクール		19:00~21:00	20名	中学生	¥7,500	3・10・17・31 【9月~11月】	
		バドミントンスクール	19:15~20:45	20名	小4~中学生	¥3,000	10・17・31

場所	曜日	プログラム名	実施時間	定員	対象	参加費	10月
プール	月	飛込教室	16:30~18:00	20名	年中~小4	¥5,500	20 (日)・21・28
			18:00~19:30		小学生		
	火~金	子どもスイミングスクール	15:30~16:30	20名	年長~小学生	{週1} ¥6,600	スクールカレンダーに準ずる
			16:30~17:30		{週2} ¥8,800		
		子どもスイミングスクール	17:30~18:30	20名	小学生	¥8,800	スクールカレンダーに準ずる

場所	曜日	プログラム名	実施時間	定員	対象	参加費	10月
アリーナ	月	トランポリンワンデイスクール 【WEB申込】9/20 (金) 10:00開始	16:30~17:30	12名	小学生	¥1,500	21
			17:40~18:40				
		レスリングスクール 【WEB申込】9/20 (金) 10:00開始	17:00~17:50	24名	年中~年長 小学生~大人	¥1,000	14・21
			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	10月
プール	月	ワンデイ 子ども水泳教室	15:30~16:20	10名	年長	¥1,000	21・28
			16:30~17:20		小学生		
			17:30~18:20		小学生		
	月	アクアピクス	11:40~12:25	30名	中学生以上	¥700	21・28
			19:40~20:25				23・30
水	アクアピクス	19:40~20:25	30名	中学生以上	¥700	23・30	

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。

## 個人参加型プログラム (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	10月
アリーナ	月	個人参加型レスリング	19:10~20:40	16名	小6~大人	¥700	14・21
		個人参加型フットサル	19:15~20:45	36名	中学生以上	¥700	
	火	個人参加型ビクトルボール	13:15~14:45	16名	中学生以上	¥700	1・8・15・29
		個人参加型バドミントン	19:15~20:45	16名	中学生以上	¥700	
	水	個人参加型バレーボール	19:15~20:45	48名	中学生以上	¥700	2・9・16・30

## 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	10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	1・8・15・29

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