

# 9月実施プログラムのご案内

令和6年8月10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         | 9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<br>¥700 | 9・16・23・30 |
|      |         | 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 | 3・10・17・24  |            |
|      |         | 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 | 4・11・18・25  |            |
|      |         | スンバ            | 11:00~11:45 |       |       |             |            |
|      |         | 骨盤調整ヨガ         | 19:00~19:45 |       |       |             |            |
|      |         | アクティブヨガ        | 20:00~20:45 |       |       |             |            |
|      | 木       | かんたん筋トレ        | 10:00~10:45 | 30名   | 中学生以上 | 5・12・19・26  |            |
|      |         | エアロ初級          | 11:00~11:45 |       |       |             |            |
|      |         | サルセーション        | 19:30~20:30 |       |       |             |            |
|      | 金       | からだ改善体操        | 10:00~10:45 | 30名   | 中学生以上 | 6・20・27     |            |
|      |         | はじめてのヨガ        | 11:00~11:45 |       |       |             |            |
|      |         | New! からだ改善体操   | 19:00~19:45 |       |       |             |            |
|      |         | BFキックボクシング     | 20:00~20:45 |       |       |             |            |
| 土    | ボルドブラ   | 10:00~10:45    | 15名         | 中学生以上 | 28    |             |            |
|      | ソフトヨガ   | 10:00~10:45    |             |       |       |             |            |
|      | ピラティス   | 11:00~11:45    |             |       |       |             |            |
| 日    | サルセーション | 10:00~11:00    | 15名         | 中学生以上 | 1・29  |             |            |
|      | 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    | 9月   |
|------|----|--|-------------|-----|-----------------|--------|------|
| アリーナ | 月  | トランポリンワンデイスクール<br>【WEB予約】8/20(火)10:00開始    | 16:30~17:30 | 12名 | 小学生             | ¥1,500 | 30   |
|      |    | リニューアル! レスリングスクール<br>【WEB予約】8/20(火)10:00開始 | 17:40~18:40 | 24名 | 年中~年長<br>小学生~大人 | ¥1,000 | 9・30 |
|      | 月  | リニューアル! レスリングスクール<br>【WEB予約】8/20(火)10:00開始 | 17:00~17:50 | 24名 | 年中~年長<br>小学生~大人 | ¥1,000 | 9・30 |
|      |    | リニューアル! レスリングスクール<br>【WEB予約】8/20(火)10:00開始 | 18:00~19:00 | 24名 | 年中~年長<br>小学生~大人 | ¥1,000 | 9・30 |

| 場所  | 曜日 | プログラム名          | 実施時間        | 定員  | 対象    | 参加費    | 9月 |            |
|-----|----|-----------------|-------------|-----|-------|--------|----|------------|
| プール | 月  | ワンデイ<br>子ども水泳教室 | 15:30~16:20 | 10名 | 年長    | ¥1,000 | 9  |            |
|     |    |                 | 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   | 9  |            |
|     |    |                 | 19:40~20:25 |     |       |        |    | 4・11・18・25 |
|     |    |                 |             |     |       |        |    |            |

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  | 9月           |
|------|----|-------------------|-------------|-----|-------|------|--------------|
| アリーナ | 月  | New! 個人参加型レスリング   | 19:10~20:40 | 16名 | 小6~大人 | ¥700 | 9・30         |
|      |    | 個人参加型フットサル        | 19:15~20:45 | 36名 | 中学生以上 | ¥700 | 9・16・30      |
|      | 火  | New! 個人参加型ビクトルボール | 13:15~14:45 | 16名 | 中学生以上 | ¥700 | 10(無料)・17・24 |
|      |    | 個人参加型バドミントン       | 19:15~20:45 | 16名 | 中学生以上 | ¥700 | 3・10・17・24   |
|      |    | 個人参加型バレーボール       | 19:15~20:45 | 48名 | 中学生以上 | ¥700 | 4・11・18・25   |

## 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    | 9月         |
|-------------|-------------|-----------------|-------------|-----|-------|--------|------------|
| スタジオ        | 火           | フラダンス           | 12:30~13:30 | 30名 | 中学生以上 | ¥4,000 | 3・10・17・24 |
|             |             | BFKIDSアスリートスクール | 15:30~16:30 | 15名 | 年中・年長 | ¥3,500 | 10・17      |
|             | 17:00~18:00 |                 |             |     |       |        |            |
|             | 木           | キッズダンススクール      | 16:30~17:30 | 15名 | 小1~小3 | ¥3,500 | 5・12・19・26 |
|             |             |                 | 17:45~18:45 |     |       |        |            |
|             | 金           | BFKIDSアスリートスクール | 15:30~16:30 | 15名 | 年中・年長 | ¥3,500 | 6・27       |
| 17:00~18:00 |             |                 |             |     |       |        |            |

| 場所         | 曜日          | プログラム名  | 実施時間        | 定員     | 対象      | 参加費                       | 9月                  |
|------------|-------------|---|-------------|--------|---------|---------------------------|---------------------|
| アリーナ       | 火           | New! バドミントンスクール体験会<br>【電話・窓口申込】8/15(木)10:00受付開始 | 17:15~18:45 | 20名    | 小4~中学生  | ¥500/回                    | 3・10・24             |
|            | 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                    | 4・11・18・25          |
|            |             |   | 17:40~18:40 |        |         |                           |                     |
|            | 木           | おとなのバレーボール教室<br>【電話・窓口申込】8/3(土)10:00開始          | 10:15~11:45 | 20名    | 高校生以上   | 【クール】¥7,000<br>【都度】¥1,200 | 5・12<br>【9月~11月】    |
|            |             |   | 17:00~18:30 |        | 小4~小6   | ¥12,000                   | 5・12・19<br>【9月~11月】 |
|            |             | バレーボールスクール<br>【WEB予約】8/3(土)10:00開始              | 19:00~21:00 | 20名    | 中学生     |                           | ¥3,000              |
| バドミントンスクール | 19:15~20:45 | 20名   | 小4~中学生      | ¥3,000 | 5・12・19 |                           |                     |

| 場所  | 曜日  | プログラム名       | 実施時間        | 定員  | 対象     | 参加費                              | 9月            |
|-----|-----|--------------|-------------|-----|--------|----------------------------------|---------------|
| プール | 月   | 飛込教室         | 16:30~18:00 | 20名 | 年中~小4  | ¥5,500                           | 9・16・23       |
|     |     |              | 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】<br>¥6,600<br>【週2】<br>¥8,800 | スクールカレンダーに準ずる |
|     |     |              | 16:30~17:30 |     |        |                                  |               |
|     |     |              | 17:30~18:30 |     |        |                                  |               |
|     |     |              | 17:30~18:30 |     |        |                                  |               |

| 教室名        | 曜日             | クラス             | 実施時間        | 定員               | 対象               | 第2期【8月~11月】  |
|------------|----------------|-----------------|-------------|------------------|------------------|--------------|
| 大人<br>水泳教室 | 月              | 初心者クラス          | 10:30~11:20 | 10名              | 中学生以上            | 9/9          |
|            |                | クロールクラス (レディース) | 10:30~11:20 | 10名              | 中学生以上<br>(参加条件有) | 9/3・10・17・24 |
|            | 初心者クラス (レディース) | 11:30~12:20     |             |                  |                  |              |
|            | 初級クラス          | 19:30~20:20     | 10名         | 中学生以上<br>(参加条件有) | 9/4・11・18・25     |              |
|            | 中級者クラス         | 10:30~11:20     |             |                  |                  |              |
|            | 木              | 初心者クラス          | 19:30~20:20 | 15名              | 中学生以上            | 9/5・12・19・26 |
|            |                | クロールクラス         | 10:30~11:20 | 10名              | 中学生以上<br>(参加条件有) | 9/6・13・20    |
|            | 初級クラス          | 11:30~12:20     |             |                  |                  |              |
|            | 金              | スペシャルクラス        | 19:30~20:20 | 10名              | 中学生以上<br>(参加条件有) |              |

## New! 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  | 9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】<br>¥1,000<br>【大人】<br>¥300<br>【高校生以下】<br>¥150 | 3・10・17・24 |

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