

# 3月度実施プログラム

2026年1月25日 現在

## 1回制教室 (電話・窓口申込) ※プログラム及び開催日は変更になる場合がございます

場所	曜日	プログラム名	実施時間	定員	対象	参加費	3月		
スタジオ	月	アクティビヨガ	10:00~10:45	30名	中学生以上	ALL ¥700	9・16・23・30		
		骨盤シェイプ	11:00~11:45						
		チエアバレエクササイズ	12:00~12:45						
		ピラティス	19:00~19:45						
		ズンバ	20:00~20:45						
	火	心とカラダが整うヨガ	10:00~10:45	30名			3・10・17・24・31		
		活力アップヨガ	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			4・11・18・25		
		ズンバ	11:00~11:45						
		ポールコンディショニングヨガ	19:00~19:45						
		アクティビヨガ	20:00~20:45						
	木	かんたん筋トレ	10:00~10:45	30名			5・12・19・26		
		エアロ初級	11:00~11:45						
		フラダンス	12:30~13:30						
		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			6・13・20・27		
		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	ポルドブラ	10:00~10:45	15名			7・14・21・28		
		ソフトヨガ	10:00~10:45						
		ピラティス	11:00~11:45						
		New! 美尻シェイプ	10:00~10:45						
	日	やさしいヨガ	11:00~11:45	15名			1・8・15・22・29		

場所	曜日	プログラム名	実施時間	定員	対象	参加費	3月		
アリーナ	月	トランボリンワンディスクール 【WEB申込】2/20 10:00 開始	16:30~17:30	12名	小学生	¥1,500	16・30		
			17:40~18:40						
	火	レスリングスクール 【WEB申込】2/20 10:00 開始	17:00~17:50	24名			9・23		
			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	3月
プール	月	ワンデイ 子ども水泳教室	15:30~16:20	10名	年中・年長 小学生	¥1,000	9・16・23
			16:30~17:20				
			17:30~18:20				
月	火	アクアピクス	11:40~12:25	30名	中学生以上	¥700	9・16・23・30
			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	3月		
アリーナ	月	フットサル	19:15~20:45	18名	中学生以上	ALL ¥700	9・16・30		
		ピックルボール (エンジョイ)	10:15~11:45				3・10・17		
		ピックルボール (エキサイティング)	13:15~14:45				3・17		
		バドミントン	19:15~20:45				11・18		
	火	ピックルボール (エンジョイ)	19:15~20:45	16名			4・18		
		バレーボール	19:15~20:45				5・19		
		ピックルボール (エンジョイ)	10:15~11:45	16名					

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 每月第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

## 月謝制・クール制教室 (窓口申込のみ) ※申込状況によってはご案内できない場合がございます

場所	曜日	プログラム名	実施時間	定員	対象	参加費	3月
スタジオ	月	骨盤底筋群ケア	13:30~14:15	10名	高校生以上	¥4,000	4 (水)・16・23・30 [2・3月]
		BFKIDSアスリートスクール	16:00~17:00				年中・年長 小1~小4
			17:15~18:15				
		キッズダンススクール	16:30~17:30				小1~小3 小4~小6
		BFKIDSアスリートスクール	16:00~17:00				
	火	骨盤底筋群ケア	15:30~16:15	10名	高校生以上	¥4,000	7・14・28 [2・3月]

場所	曜日	プログラム名	実施時間	定員	対象	参加費	3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	3・10・17・31
		スラックラインスクール	16:30~17:30				申込不可
			17:40~18:40				
		バレーボールスクール	17:00~18:30				5・12 [1月~3月]
	木	バドミントンスクール	19:15~20:45	20名	小4~中学生	¥3,000	

場所	曜日	プログラム名	実施時間	定員	対象	参加費	3月


<tbl\_r cells="8" ix="2