

# 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	アクティブヨガ	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				
		チェアバレエエクササイズ	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	35名			
		ボールコンディショニングヨガ	19:00～19:45	30名			
		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			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	ボルトブラ	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					
日	New! 美尻シェイプ	10:00～10:45	15名	1・8・15・22・29			
	やさしいヨガ	11:00～11:45					

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	トランポリンワンデイスクール 【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				
		レスリングスクール 【WEB申込】2/20 10:00 開始	17:00～17:50	24名	年少～年長	¥1,000	9・23
			18:00～19:00		小学生～大人		

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	¥1,000	9・16・23
			16:30～17:20		小学生		
			17:30～18:20				
	月	アクアピクス	11:40～12:25	30名	中学生以上	¥700	9・16・23・30
	水		19:40～20:25				4・11・18・25

## 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
	火	ビックルボール（エンジョイ）	10:15～11:45	32名			3・10・17
		ビックルボール（エキサイティング）	13:15～14:45	16名			3・17
		バドミントン	19:15～20:45				11・18
	水	ビックルボール（エンジョイ）	19:15～20:45	16名			4・18
		バレーボール	19:15～20:45	28名			5・19
	木	ビックルボール（エンジョイ）	10:15～11:45	16名			

## 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】
	火	BFKIDSアスリートスクール	16:00～17:00	15名	年中・年長	¥3,500	3・10・24
			17:15～18:15		小1～小4		
	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
			17:45～18:45		小4～小6		
	金	BFKIDSアスリートスクール	16:00～17:00	15名	年中・年長	¥3,500	6・13・27
			17:15～18:15		小1～小4		
	土	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
	水	スラックラインスクール	16:30～17:30	申込 不可	小学生～大人	¥3,500	4・11・18
			17:40～18:40				
	木	バレーボールスクール	17:00～18:30	20名	小4～小6	¥3,000	5・12 【1月～3月】
			19:00～21:00	30名	中学生		
		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	3月
プール	月	飛込教室	16:30～18:00	22名	年中～小学生	¥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	/	年中～小学生	【週1】 ¥6,600	スクールカレンダーに準ずる
			16:30～17:30		年長～小学生	【週2】 ¥8,800	
			17:30～18:30		小学生		

プログラム名	曜日	クラス	実施時間	定員	対象	参加費	3月
大人 水泳教室 （第4期：1月～3月）	火	クロール	10:30～11:20	10名	中学生以上 ※初心者クラス以外 参加条件有	¥4,000	3・10・17・24
		上級	11:30～12:20				
		中級 （平泳ぎ・バタフライ）	19:30～20:20	15名			
	水	中級 （平泳ぎ・バタフライ）	10:30～11:20	15名		¥4,000	4・11・18・25
		初級者	19:30～20:20	10名		¥4,000	5・12・19・26
	金	初級	10:30～11:20	10名		¥3,000	6・13・27
		中級 （クロール・背泳ぎ）	11:30～12:20	15名			
		スペシャル	19:30～20:20	10名			

## 個人開放プログラム（当日窓口受付） ※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	3月
アリーナ	月	ビックルボール	9:30～12:00	小学生～大人	【コート1面】 ¥1,000 【大人】 ¥300 【高校生以下】 ¥150	16

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