

7月度実施プログラム

2026年5月27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	7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				
		ズンバ	20:00~20:45				
	火	心とカラダが整うヨガ	10:00~10:45	30名			7・14・21・28
		活カアップヨガ	11:00~11:45				
		BFキックボクシング	18:45~19:45				
		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			1・8・15・29
		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			
	木	アクティブヨガ	20:00~20:45	30名			2・9・16・30
		かんたん筋トレ	10:00~10:45				
		エアロ初級	11:00~11:45				
		フラダンス	12:30~13:30				
	金	サルセーション	19:30~20:30	35名			3・10・17・24・31
		からだ改善体操	10:00~10:45	30名			
		はじめてのヨガ	11:00~11:45	20名			
		BFバーベルEX	18:45~19:30	30名			
土	BFキックボクシング	19:45~20:45	30名	11・18・25			
	ポルトブラ	10:00~10:45	15名				
	ソフトヨガ	10:00~10:45					
日	ピラティス	11:00~11:45	15名	12・19・26			
	美尻シェイプ	10:00~10:45					
		やさしいヨガ	11:00~11:45				

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	7月
スタジオ	月	骨盤底筋群ケア	13:30~14:15	10名	高校生以上 ※女性のみ	申込不可	13・27 [5~7月]
	火	BFKIDSアスリートスクール	17:15~18:15	15名	小1~小4	¥3,500	7・14・28
	水	フィジカルサーキット 【一般申込】5/25 10:00~6/9	13:00~14:30	15名	高校生以上	¥9,000	1・8・15 [6・7月]
		骨盤底筋群ケア	15:00~15:45	10名	高校生以上 ※女性のみ	申込不可	8・15 [5~7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	2・9・16・30
		BFKIDSアスリートスクール	17:15~18:15	15名	小1~小4	¥3,500	10・17・31
	土	フィジカルサーキット 【一般申込】5/25 10:00~6/19	13:30~15:00	10名	高校生以上	¥9,000	11・18・25 [6~8月]
骨盤底筋群ケア		15:30~16:15	10名	高校生以上 ※女性のみ	申込不可	11・18・25 [6~8月]	

場所	曜日	プログラム名	実施時間	定員	対象	参加費	7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	申込不可	7・14 [4~7月]
	水	スラックラインスクール	16:30~17:30 17:40~18:40	15名	小学生~大人	¥4,000	1・8・15
		バレーボールスクール	17:00~18:30 19:00~21:00	20名 30名	小4~小6 中学生	申込不可	9・16・30 [4~7月]
	木	バドミントンスクール	19:15~20:45	20名	小4~中学生	申込不可	9・16・30 [4~7月]

場所	曜日	プログラム名	実施時間	定員	対象	参加費	7月
プール	月	機能改善エクササイズ 【WEB先行申込】6/20 10:00~6/26	10:30~11:15	30名	高校生以上	¥4,000	13・27 [7・8月]
		飛込教室	16:30~18:00 18:00~19:30	22名	年中~小学生 小学生	¥5,500	13・20・27
	火~金	子どもスイミングスクール	15:30~16:30	22名	年中~小学生	【週1】 ¥6,600 【週2】 ¥8,800	スクールカレンダーに準ずる
			16:30~17:30 17:30~18:30		年長~小学生 小学生		

場所	曜日	プログラム名	実施時間	定員	対象	参加費	7月
アリーナ	月	トランポリンワンデイスクール 【WEB申込】6/20 10:00 開始	16:30~17:30	12名	小学生	¥1,500	27
			17:40~18:40				

場所	曜日	プログラム名	実施時間	定員	対象	参加費	7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	13
			16:30~17:20		小学生		
			17:30~18:20				
	水	アクアピクス	11:40~12:25 19:40~20:25	30名	中学生以上	¥700	13・27 1・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	7月
アリーナ	月	フットサル	19:15~20:45	18名	中学生以上	ALL ¥700	20・27
	火	ピックルボール (エンジョイ)	10:15~11:45	32名			14・28
		ピックルボール (エキサイティング)	13:15~14:45	16名			7・14
		バドミントン	19:15~20:45	16名			8・29
	水	ピックルボール (エンジョイ)	19:15~20:45	16名			1・15
		バレーボール	19:15~20:45	32名			16・30
	木	ピックルボール (エンジョイ)	10:15~11:45	16名			

プログラム名	曜日	クラス	実施時間	定員	対象	参加費	7月
大人 水泳教室 【第2期：7月~9月】 【WEB先行申込】 6/5 10:00~6/15	火	クロール	10:30~11:20	15名	中学生以上 ※初心者クラス以外 参加条件有	¥10,000	7・14・21・28
		上級	11:30~12:20	10名			
		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		¥11,000	1・8・15・22・29
		木	クロール 初心者	19:30~20:20		15名 10名	¥8,000
	金	初級	10:30~11:20	10名		¥8,000	3・17・31
		中級 (クロール・背泳ぎ)	11:30~12:20	15名			
		チャレンジスイム	19:30~20:20	10名			

個人開放プログラム及び BFKIDSアスリートスクール(16:00~17:00)は
リニューアル予定の為、決まり次第ホームページにてお知らせいたします。

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