

県民の日

個人開放DAY

6月15日(木)9:00~21:00

※利用についての詳細は施設HPまたは施設までお問い合わせください。

メインアリーナ
プール・トレーニング室
個人利用

無料

混雑状況により入場制限を
させていただく場合もございます

県民の日限定プログラム
も多数実施!!

【子ども向け運動教室】

1.縄跳び教室 2.ドッジボール教室 3.ワンデイ水泳教室

【個人参加型プログラム】

1.個人参加バレーボール 2.ラララサーキットライト
3.水泳ワンポイントレッスン

各プログラムの詳細は裏面へ⇒



【お問合せ・お申込み】

栃木県総合運動公園東エリア 日環アリーナ栃木

TEL:028-658-5900 FAX: 028-658-5902

住所:宇都宮市西川田4-1-1 営業時間:9:00~21:00

WEB予約はコチラから
(6/1 10:00~予約開始)

県民の日特別プログラム盛りだくさん！！

(※参加費は全て当日支払いとなります)

アリーナ個人開放 (卓球・バドミントン・バスケット)

会場：メインアリーナ

卓球12台/バドミントン8コート/バスケット1面

【開放時間】

①9:30～ ②11:30～ ③13:30～ ④15:30～

⑤17:45～ ⑥19:15～

※①～④は120分、⑤⑥は90分の利用となります。

ラケット有料貸出有。(2本で200円)

ボール、シャトルは数に限りがございますので
極力ご持参ください。

※当日利用受付が必要です。(先着順・事前予約不可)

個人参加バレーボール (WEB予約)

会場：サブアリーナ

19:15～20:45 (90分)

定員30名

参加費：500円 対象：中学生以上

好評開催中の個人参加型バレーボールを

県民の日特別価格500円で開催！

参加者内でチーム分けをし、ゲームを行います。

試合前には練習兼ねたウォーミングアップも
行います。

子ども向け運動教室 (WEB予約)

会場：サブアリーナ

1.縄跳び教室 定員20名

16:30～17:20 (50分)

参加費：500円 対象：小学1年生～小学3年生

縄跳びの基本である前跳びのコツを伝授します！

一緒に練習しましょう！

2.ドッジボール教室 定員30名

17:30～18:20 (50分)

参加費：500円 対象：小学1～4年生

ドッジボールをゲーム形式で行います。

みんなで楽しくドッジボールをしましょう！

プール・トレーニング室 無料開放

プール、トレーニング室が終日無料でご利用頂けます。
この機会にぜひご利用ください。

【トレーニング室】※高校生以上(TEL・窓口予約)

初めてご利用の方は初回講習会(予約制・定員有)
の受講が必要です。

【プール】

一般遊泳は25m・50m(水深1.1m)で設定して
おります。

水泳プログラム

1.ワンポイントレッスン(TEL・窓口予約)

参加費：無料

対象：中学生以上かつ25m以上泳げる方

時間(各回15分間) 定員：各時間枠1名

①10:30～10:45

②10:45～11:00

③11:00～11:15

④11:15～11:30

⑤13:00～13:15

⑥13:15～13:30

⑦13:30～13:45

⑧13:45～14:00

⑨19:30～19:45

⑩19:45～20:00

⑪20:00～20:15

⑫20:15～20:30

泳法についてのお悩みや泳力向上に向けたポイント
などをアドバイスいたします。

2.子どもワンデイ水泳教室(WEB予約)

17:30～18:20 (50分)

定員：30名

対象：年長～小学6年生

参加費：500円

月曜日に開催しているワンデイ水泳教室を

県民の日特別価格500円で開催！

高齢者向け運動プログラム (TEL・窓口予約)

会場：大会議室

ウララサーキットライト 定員15名

10:00～11:00 (60分)

参加費：500円 対象：概ね60歳以上の方

自分の体重を使った簡単な筋力トレーニングを行
います。運動を楽しく気軽に行いたい方向けの
プログラムとなっております。

事前予約受付開始：6月1日(木)10時～ 空きがある場合のみ当日参加可能です。

※18時以降中学生以下の方の利用は保護者(18歳以上高校生不可)の付添いが必要です。