

# 10月度実施プログラム

※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回制教室 (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	10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					
		スンバ	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				1・8・22・29
		スンバ	11:00~11:45	35名				
		骨盤調整ヨガ	19:00~19:45	30名				
	木	かんたん筋トレ	10:00~10:45	30名				2・9・16・23・30
		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				3・10・17・24・31
		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	ボルドブラ	10:00~10:45	15名	4				
	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	5				
	やさしいヨガ	11:15~12:00						

## 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	10月
スタジオ	月	<b>New!</b> 骨盤底筋群ケア 【電話・窓口申込】 9/25 (木) 10:00より受付開始	13:30~14:15	10名	高校生以上	¥4,000	13・20・27 【10月~11月】
	火	BFKIDSアスリートスクール	15:30~16:30	15名	年中・年長	¥3,500	7・14・28
			17:00~18:00		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	2・9・16・23
金	BFKIDSアスリートスクール	17:45~18:45	15名	小4~小6	¥3,500	10・17・31	
		15:30~16:30		年中・年長			
			17:00~18:00		小1~小4		

場所	曜日	プログラム名	実施時間	定員	対象	参加費	10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	7・21・28
	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	1・22・29
			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	¥9,000	2・23・30 【9月~11月】
19:00~21:00			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	2・16・23・30

場所	曜日	プログラム名	実施時間	定員	対象	参加費	10月
プール	月	飛込教室	16:30~18:00	22名	年中~小学生	¥5,500	13・20・27
			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 【週2】 ¥8,800	スクールカレンダーに準ずる
			16:30~17:30		年長~小学生		
		17:30~18:30		小学生			

場所	曜日	プログラム名	実施時間	定員	対象	参加費	10月
アリーナ	月	トランポリンワンデイスクール 【WEB申込】9/20 (土) 10:00開始	16:30~17:30	12名	小学生	¥1,500	27
			17:40~18:40				
		レスリングスクール 【WEB申込】9/20 (土) 10:00開始	17:00~17:50	24名	年少~年長 小学生~大人	¥1,000	27

場所	曜日	プログラム名	実施時間	定員	対象	参加費	10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	20・27
			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	20・27
			19:40~20:25				1・8・22・29
水							

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	10月
アリーナ	月	フットサル	19:15~20:45	36名	中学生以上	ALL ¥700	20・27
	火	ビクブルボール (エンジョイ)	10:15~11:45	32名			21・28
		ビクブルボール (エキサイティング)	13:15~14:45	16名			7・21・28
		バドミントン	19:15~20:45	16名			1・22・29
	水	バレーボール	19:15~20:45	28名			1・8・22・29

## 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	10月
アリーナ	月	ビクブルボール	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	日程調整中
	木					

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