

# 10月スポーツ教室のご案内

## 1回教室 (電話・窓口申込)

## クール制・月謝制教室 (窓口申込のみ)

場所	曜日	教室名	実施時間	定員	対象	参加費	10月
スタジオ	月	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				
		スンバ	20:00~20:45				
	火	膝痛/腰痛改善ヨガ	10:00~10:45	30名	中学生以上	3・10・17・24・31	
		ソフトヨガ	11:00~11:45				
		ファンクショナルストレッチ	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	中学生以上	4・11・18・25	
		スンバ	11:00~11:45				
		ウェーブリングヨガ	19:00~19:45				
	木	パワーヨガ	20:00~20:45	30名	中学生以上	5・12・19・26	
		かんたん筋トレ	10:00~10:45				
		エアロ初級	11:00~11:45				
	金	サルセッション	19:30~20:30	30名	中学生以上	13・20・27	
		からだ改善体操	10:00~10:45				
		はじめてのヨガ	11:00~11:45				
かんたん筋トレ		19:00~19:45					
土	BFキックボクシング	20:00~20:45	15名	中学生以上	28		
	ボルドブラ	10:00~10:45					
	ソフトヨガ	10:00~10:45					
日	ピラティス	11:00~11:45	15名	中学生以上	1・29		
	スンバ	10:00~10:45					
		やさしいヨガ	11:00~11:45				

場所	曜日	教室名	実施時間	定員	対象	参加費	10月
アリーナ・スタジオ	火	フラダンス	12:30~13:30	30名	中学生以上	¥4,000	10・17・24・31
		BFKIDSアスリートスクール	15:30~16:30	15名	年中・年長	¥4,000	3・10・17
			17:00~18:00	20名	小1~小4		
	水	スラックラインスクール	16:30~17:30	12名	小学生~大人	¥3,500	4・11・18
		スラックラインスクール アドバンスクラス	17:40~18:40				
	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・26
			17:45~18:45		小4~小6		
		バレーボールスクール (ジュニアクラス)	17:00~18:30	20名	小4~小6	¥12,000	9月~11月 【申込受付終了】
			19:00~21:00		中学生		
	金	BFKIDSアスリートスクール	15:30~16:30	15名	年中・年長	¥4,000	6・13・20
17:00~18:00			20名	小1~小4			

場所	曜日	教室名	実施時間	定員	対象	参加費	10月
アリーナ	月	個人参加型フットサル	19:15~20:45	20名	中学生以上	¥700	9・16・23・30
		トランポリンワンデイスクール 【WEB予約】9/20(水)10:00開始	16:30~17:30	12名	小学生	¥1,500	23
			17:40~18:40				
	火	New! キッズレスリングスクール 【WEB予約】9/20(水)10:00開始	18:00~18:50	24名	年中・年長	¥1,000	※詳細はWEB申込ページにて ご確認ください。
			19:00~20:30		小・中学生		
	水	個人参加型バドミントン	19:15~20:45	24名	中学生以上	¥700	3・17・31
		個人参加型バスケットボール	19:15~20:45	20名	中学生以上	¥700	10・24
木	個人参加型バレーボール	19:15~20:45	48名	中学生以上	¥700	4・11・18・25	
	New! バドミントンスクール 【電話・窓口予約】9/1(金)10:00~	19:15~20:45	20名	小4~中学生	¥1,000	12・19・26	

場所	曜日	教室名	実施時間	定員	対象	日程	
プール	月	ワンデイ 子ども水泳教室	15:30~16:20	10名	年長	10/23・30	
			16:30~17:20		小学生		
			17:30~18:20		小学生		
	火	レディース クラス	初級	10:40~11:30	10名	中学生以上 (女性のみ)	大人水泳教室 【第3期】10月~12月 【窓口予約】9/1(金)10:00開始
			初心者 New! レベルアップクロー	11:40~12:30			
	水	スペシャルクラス	19:40~20:30	10名	中学生以上 (参加条件有)		
			19:40~20:30	10名 15名	中学生以上		
	木	初級者クラス 初級クラス	10:40~11:30	10名	中学生以上		
			11:40~12:30				
	金	New! レベルアップクロー	11:40~12:30	10名	中学生以上		
15:30~16:30			なし			10月度開催無 【10/17(火)より11月度として開催】	
16:30~17:30							
17:30~18:30	年長~小学生 小学生						

場所	曜日	教室名	実施時間	定員	対象	参加費	10月
プール	水	アクアピクス	19:40~20:25	30名	中学生以上	¥700	18・25
			11:40~12:25				19・26

お問い合わせ先: 日環アリーナ栃木

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



ホームページはこちら



WEB申込はこちら