



行事予定の案内

2018年 11月

今月の休館日
11月26日
(毎月第4月曜日)



※ラピカカードが新しくなりました。フロントにて変更手続きをお願いします。
11月の施設利用予定(10月23日現在) ※変更になる場合もございます

日	曜日	予定行事	場所	一般開放			教室	時間	場所	「水の広場」水泳教室 25mコースは一般利用できません。		トレーニング室		
				一般開放	時間	曜日				教室	時間			
1	木		アリーナ	19:30-21:30	×	太極拳	10:00-11:30	文化ホール	一般水泳	13:30-14:30	講習会 18:00-19:00			
				ランニング		9:00-21:30	ワンコイン タヒチアンダンス					13:30-14:30	文化ホール	キッズダンス
2	金	刈羽村文化祭前日準備	アリーナ	9:00-21:30	×				刈っ子水泳部	16:00-17:00				
			ランニング						児童水泳・中級	17:00-18:00				
3	土	刈羽村文化祭1日目	アリーナ	9:00-21:30	×									
4	日	刈羽村文化祭2日目	アリーナ	9:00-21:30	×									
5	月		アリーナ	9:00-21:30	○	やさしい体ほくし	10:00-11:00	文化ホール	一般水泳	11:00-12:00				
						ワンコイン フラダンス	13:30-14:30							
						親子タヒチアンダンス	16:30-17:30							
						マットピラティス	19:30-20:30							
						ZUMBA	20:00-21:00	第2体育館 多目的ルーム						
6	火		アリーナ	9:00-21:30	○	小学生・習字	16:00-17:30	アトリエ	児童はじめて水泳	16:30-17:30	講習会 13:00-14:00			
						脂肪燃焼エアロビクス	19:30-20:30							
						やさしいヨガルーシーダットン	19:30-20:30					第1,2学習室	児童水泳・初級	17:30-18:30
						ワンコイン 子連れOKのママヨガ	10:00-11:00	第1,2学習室						
7	水		アリーナ	18:00-20:15	×	ワンコイン 踏み台運動	10:00-11:00	文化ホール	水中歩行9時半	9:30-10:25				
						楽しく踊るフラダンス	13:30-14:30							
						小学生・習字16時	16:00-17:30					アトリエ	水中歩行10時半	10:30-11:25
						小・中学生習字17時半	17:30-19:00							
						ステップエクササイズ	19:30-20:30	文化ホール						
8	木		アリーナ	19:30-21:30	×	小学生・習字16時	16:00-17:30	アトリエ	一般水泳	13:30-14:30	講習会 18:00-19:00			
						小・中学生習字17時半	17:30-19:00							
						キッズダンス	17:30-18:30					文化ホール		
ランニング	9:00-21:30	○	わくわくエアロビクス	19:45-20:45	男の茶の湯(宗備流)	19:00-21:00	茶道館							
9	金		アリーナ	9:00-21:30	○	誰でもヨガ	9:45-10:45	文化ホール	いきいき水中運動	14:00-15:00				
						誰でもエアロビクス	11:00-12:00							
						体調改善コンディショニング	10:00-11:00					第1,2学習室	児童水泳・中級	17:00-18:00
						木の花・クリスマスリース・年賀状	10:00-12:00					アトリエ		
10	土	絵本講座	第1,2学習室	アリーナ	9:00-21:30	×	ワンコイン ズンバ	20:00-21:00	文化ホール	トビウオスイミングクラブ	10:00-12:00			
		図書館おはなし会	和室1,2							児童はじめて水泳	14:00-15:00			
										児童はじめてクローラー	15:00-16:00			
										児童水泳・初級	16:00-17:00			
									アクアビクス	19:30-20:30				
11	日		アリーナ	9:00-20:30	×	茶道(裏千家流)	13:00-15:00	茶道館	一般水泳	18:00-19:00	講習会 19:00-20:00			
			ランニング						一般水泳(メドレー)	19:00-20:00				
12	月		ランニング	9:00-21:30	○	やさしい体ほくし	10:00-11:00	文化ホール	一般水泳	11:00-12:00				
						ワンコイン フラダンス	13:30-14:30							
						マットピラティス	19:30-20:30					第1,2学習室		
						ZUMBA	20:00-21:00					第2体育館 多目的ルーム		
13	火		ランニング	9:00-21:30	○	ゆっくりエアロビクス	13:30-14:30	文化ホール	児童はじめて水泳	16:30-17:30	講習会 13:00-14:00			
						習字一般	13:30-15:30							
						小学生・習字	16:00-17:30					アトリエ	児童はじめてクローラー	
						脂肪燃焼エアロビクス	19:30-20:30					文化ホール	児童水泳・初級	17:30-18:30
						やさしいヨガルーシーダットン	19:30-20:30					第1,2学習室		
14	水		アリーナ	18:00-20:15	×	ワンコイン 子連れOKのママヨガ	10:00-11:00	第1,2学習室	水中歩行9時半	9:30-10:25				
						ワンコイン 踏み台運動	10:00-11:00							
						楽しく踊るフラダンス	13:30-14:30					文化ホール	水中歩行10時半	10:30-11:25
						小学生・習字16時	16:00-17:30							
						小・中学生習字17時半	17:30-19:00	アトリエ	児童水泳・中級	17:00-18:00				
						ステップエクササイズ	19:30-20:30	文化ホール	児童水泳・メドレー	18:00-19:00				
15	木		アリーナ	19:30-21:30	×	太極拳	10:00-11:30	文化ホール			講習会 18:00-19:00			
						ワンコイン タヒチアンダンス	13:30-14:30							
						小学生・習字16時	16:00-17:30					アトリエ		
						小・中学生習字17時半	17:30-19:00							
						ランニング	9:00-21:30					○	キッズダンス	17:30-18:30
						わくわくエアロビクス	19:45-20:45							

日	曜日	予定行事	場所	一般開放			教室	時間	場所	「水の広場」水泳教室 25mコースは一般利用できません。		トレーニング室				
										教室	時間					
16	金			ランニング	9:00-21:30	○	誰でもヨガ	9:45-10:45	文化ホール	いきいき水中運動	14:00-15:00					
							誰でもエアロビクス	11:00-12:00		刈っ子水泳部	16:00-17:00					
							体調改善コンディショニング	10:00-11:00		第1,2学習室	児童水泳・中級		17:00-18:00			
							木の花・クリスマスリース・年賀状	10:00-12:00			アトリエ					
17	土			アリーナ ランニング	9:00-21:30	×	楽しい食器づくり	13:30-15:30	陶芸工房	トビウオスイミングクラブ	10:00-12:00					
							ワンコイン ズンバ	20:00-21:00		文化ホール	児童はじめて水泳		14:00-15:00			
											児童はじめてクロール		15:00-16:00			
											児童水泳・初級		16:00-17:00			
アクアビクス	19:30-20:30															
18	日			アリーナ ランニング	9:00-19:00	×				一般水泳	18:00-19:00	講習会 19:00- 20:00				
										一般水泳(メドレー)	19:00-20:00					
19	月			ランニング	9:00-21:30	○	やさしい体ほぐし	10:00-11:00	文化ホール	一般水泳	11:00-12:00					
							ワンコイン フラダンス	13:30-14:30								
							親子タヒチアンダンス	16:30-17:30								
							マットピラティス	19:30-20:30								
							ZUMBA	20:00-21:00								
20	火			ランニング	9:00-21:30	○	ゆっくりにエアロビクス	13:30-14:30	文化ホール	児童はじめて水泳 児童はじめてクロール	16:30-17:30	講習会 13:00- 14:00				
							習字一般	13:30-15:30								
							小学生・習字	16:00-17:30								
							脂肪燃焼エアロビクス	19:30-20:30								
							やさしいヨガルーシーダットン	19:30-20:30								
21	水			アリーナ	18:00-20:15	×	ワンコイン 踏み台運動	10:00-11:00	文化ホール	児童水泳・中級	17:00-18:00					
							楽しく踊るフラダンス	13:30-14:30								
							小学生・習字16時	16:00-17:30								
							小・中学生習字17時半	17:30-19:00								
							ステップエクササイズ	19:30-20:30								
22	木			アリーナ	19:30-21:30	×	小学生・習字16時	16:00-17:30	アトリエ	一般水泳	13:30-14:30	講習会 18:00- 19:00				
							小・中学生習字17時半	17:30-19:00								
							ランニング	9:00-21:30					○	男の茶の湯(宗備流)	19:00-21:00	茶道館
23	金			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	誰でもヨガ	9:45-10:45	文化ホール	トビウオスイミングクラブ	10:00-12:00					
							誰でもエアロビクス	11:00-12:00								
24	土	絵本講座	第1,2学習室	ランニング	9:00-21:30	○	楽しい食器づくり	13:30-15:30	陶芸工房	トビウオスイミングクラブ	10:00-12:00					
							ワンコイン ズンバ	20:00-21:00		文化ホール	児童はじめて水泳		14:00-15:00			
											児童はじめてクロール		15:00-16:00			
											児童水泳・初級		16:00-17:00			
アクアビクス	19:30-20:30															
25	日			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	茶道(裏千家流)	13:00-15:00	茶道館	一般水泳	18:00-19:00	講習会 19:00- 20:00				
											一般水泳(メドレー)		19:00-20:00			
26	月	休館日														
27	火			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	ゆっくりにエアロビクス	13:30-14:30	文化ホール	児童はじめて水泳 児童はじめてクロール	16:30-17:30	講習会 13:00- 14:00				
							習字一般	13:30-15:30								
							脂肪燃焼エアロビクス	19:30-20:30								
28	水			アリーナ	18:00-20:15	×	ワンコイン 踏み台運動	10:00-11:00	文化ホール	水中歩行9時半	9:30-10:25					
							楽しく踊るフラダンス	13:30-14:30								
							ランニング	9:00-21:30		○	ステップエクササイズ		19:30-20:30	文化ホール	児童水泳・中級	17:00-18:00
											児童水泳・メドレー		18:00-19:00			
29	木			アリーナ	19:30-21:30	×	太極拳	10:00-11:30	文化ホール	一般水泳	13:30-14:30	講習会 18:00- 19:00				
							ワンコイン タヒチアンダンス	13:30-14:30								
							キッズダンス	17:30-18:30								
							わくわくエアロビクス	19:45-20:45								
30	金			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	誰でもヨガ	9:45-10:45	文化ホール	いきいき水中運動	14:00-15:00					
							誰でもエアロビクス	11:00-12:00								
							体調改善コンディショニング	10:00-11:00								
							第1,2学習室	児童水泳・中級		17:00-18:00						
								アトリエ		10:00-12:00						

■アリーナ・水の広場(25mコースのみ)について

団体利用・教室開催の時間帯は、一般のお客様のご利用はできません。

■トレーニング室について

講習会は5名に達した時点で締切とさせていただきます。講習受講済みの方は、講習会の時間帯もご利用いただけます。予約状況により、中止になる場合がありますのでご了承ください。

お問合せ 刈羽村生涯学習センター「ラピカ」

TEL 0257-20-3100

ラピカアプリダウンロードはこちら!



Android

iOS

