



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
				教室	時間	場所	教室	時間	教室	時間	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	9:00-21:30	×						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							
							ワンコイン 子連れOKのママヨガ	10:00-11:00	第1,2学習室	児童水泳・初級	17:30-18:30				
							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			
				ランニング	9:00-21:30	○	小・中学生習字17時半	17:30-19:00					文化ホール	キッズダンス	17:30-18:30
							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							
							木の花・クリスマスリース・年賀状	10:00-12:00							
							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	9:00-21:30	○				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							
							ZUMBA	20:00-21:00							
							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	第1,2学習室	児童はじめてクローラー	17:30-18:30				
							小学生・習字	16:00-17:30	アトリエ						
							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										
				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	水中歩行10時半	10:30-11:25				
							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				
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										
				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						
							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			
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						
			ランニング	9:00-21:30	○	小学生・習字16時	16:00-17:30	アトリエ	児童水泳・メドレー	18:00-19:00			
						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
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		水中歩行10時半	10:30-11:25			
			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						
			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						
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		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				

■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

