



※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。

12月の施設利用予定(11月22日現在) ※変更になる場合もございます

※特別休館日有り

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	
1	土			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	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	
2	日			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○				一般水泳 18:00-19:00 一般水泳(メドレー) 19:00-20:00	講習会 19:00-20:00
3	月			アリーナ ランニング	18:30-21:30	×	やさしい体ほぐし ワンコイン フラダンス 親子タヒチアンダンス マットピラティス ZUMBA	10:00-11:00 13:30-14:30 16:30-17:30 19:30-20:30 20:00-21:00	文化ホール 第1,2学習室 第2体育館 多目的ルーム	一般水泳 11:00-12:00	
4	火			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	ゆっくりエアロビクス 習字一般 小学生・習字 脂肪燃焼エアロビクス やさしいヨガルーシーダットン	13:30-14:30 13:30-15:30 16:00-17:30 19:30-20:30 19:30-20:30	文化ホール 第1,2学習室 アトリエ 文化ホール 第1,2学習室	児童はじめて水泳 児童はじめてクロール 児童水泳・初級 17:30-18:30	講習会 13:00-14:00
5	水			アリーナ ランニング	18:00-20:15 9:00-21:30	×	ワンコイン 子連れOKのママヨガ ワンコイン 踏み台運動 楽しく踊るフラダンス 小学生・習字16時 小・中学生習字17時半 ステップエクササイズ	10:00-11:00 10:00-11:00 13:30-14:30 16:00-17:30 17:30-19:00 19:30-20:30	第1,2学習室 文化ホール アトリエ 文化ホール	水中歩行9時半 9:30-10:25 水中歩行10時半 10:30-11:25 児童水泳・中級 17:00-18:00 児童水泳・メドレー 18:00-19:00	
6	木			アリーナ ランニング	19:00-21:30 9:00-21:30	×	太極拳 小学生・習字16時 小・中学生習字17時半	10:00-11:30 16:00-17:30 17:30-19:00	文化ホール アトリエ	一般水泳 13:30-14:30	講習会 18:00-19:00
7	金			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	誰でもヨガ 誰でもエアロビクス 体調改善コンディショニング 木の花・クリスマスリース・年賀状	9:45-10:45 11:00-12:00 10:00-11:00 10:00-12:00	文化ホール 第1,2学習室 アトリエ	いきいき水中運動 14:00-15:00 刈っ子水泳部 16:00-17:00 児童水泳・中級 17:00-18:00	
8	土	図書館おはなし会	和室1,2	アリーナ ランニング	9:00-18:30	×	楽しい食器づくり ワンコイン ズンバ	13:30-15:30 20:00-21:00	陶芸工房 文化ホール	トビウオスイミングクラブ 10:00-12:00 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	
9	日			アリーナ ランニング	9:00-18:30	×	茶道(裏千家流)	13:00-15:00	茶道館	一般水泳 18:00-19:00 一般水泳(メドレー) 19:00-20:00	講習会 19:00-20:00
10	月			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	やさしい体ほぐし ワンコイン フラダンス マットピラティス ZUMBA	10:00-11:00 13:30-14:30 19:30-20:30 20:00-21:00	文化ホール 第1,2学習室 第2体育館 多目的ルーム	一般水泳 11:00-12:00	
11	火			アリーナ ランニング	19:00-21:30 9:00-21:30	×	ゆっくりエアロビクス 習字一般 小学生・習字 脂肪燃焼エアロビクス やさしいヨガルーシーダットン	13:30-14:30 13:30-15:30 16:00-17:30 19:30-20:30 19:30-20:30	文化ホール 第1,2学習室 アトリエ 文化ホール 第1,2学習室	児童はじめて水泳 児童はじめてクロール 児童水泳・初級 17:30-18:30	講習会 13:00-14:00
12	水			アリーナ ランニング	18:00-20:15 9:00-21:30	×	ワンコイン 踏み台運動 楽しく踊るフラダンス 小学生・習字16時 小・中学生習字17時半 ステップエクササイズ	10:00-11:00 13:30-14:30 16:00-17:30 17:30-19:00 19:30-20:30	文化ホール アトリエ 文化ホール	水中歩行9時半 9:30-10:25 水中歩行10時半 10:30-11:25 児童水泳・中級 17:00-18:00 児童水泳・メドレー 18:00-19:00	
13	木			アリーナ ランニング	19:00-21:30 9:00-21:30	×	太極拳 ワンコイン タヒチアンダンス 小学生・習字16時 小・中学生習字17時半 キッズダンス わくわくエアロビクス 男の茶の湯(宗偏流)	10:00-11:30 13:30-14:30 16:00-17:30 17:30-19:00 17:30-18:30 19:45-20:45 19:00-21:00	文化ホール アトリエ 文化ホール 茶道館	一般水泳 13:30-14:30	講習会 18:00-19:00
14	金			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	誰でもヨガ 誰でもエアロビクス 体調改善コンディショニング	9:45-10:45 11:00-12:00 10:00-11:00	文化ホール 第1,2学習室	いきいき水中運動 14:00-15:00 刈っ子水泳部 16:00-17:00 児童水泳・中級 17:00-18:00	
15	土			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	クリスマスケーキ作り教室 ワンコイン ズンバ	10:00-13:00 20:00-21:00	調理学習室 文化ホール	トビウオスイミングクラブ 10:00-12:00 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	

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
				アリーナ	時間	○				教室	時間	
16	日			アリーナ	9:00-21:30	○				一般水泳	18:00-19:00	講習会 19:00-20:00
				ランニング	9:00-15:00	×				一般水泳(メドレー)	19:00-20:00	
17	月			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	やさしい体ほくし ワンコイン フラダンス 親子タヒチアダンス マットピラティス ZUMBA	10:00-11:00 13:30-14:30 16:30-17:30 19:30-20:30 20:00-21:00	文化ホール 第1,2学習室 第2体育館 多目的ルーム	一般水泳	11:00-12:00	
18	火			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	ゆつくりエアロビクス 習字一般 小学生・習字 脂肪燃焼エアロビクス やさしいヨガルーシーダットン	13:30-14:30 13:30-15:30 16:00-17:30 19:30-20:30 19:30-20:30	文化ホール 第1,2学習室 アトリエ 文化ホール 第1,2学習室	児童はじめて水泳 児童はじめてクロール 児童水泳・初級	16:30-17:30 17:30-18:30	講習会 13:00-14:00
19	水			アリーナ ランニング	18:00-20:15 9:00-21:30	×	ワンコイン 踏み台運動 小学生・習字16時 小・中学生習字17時半 ステップエクササイズ	10:00-11:00 16:00-17:30 17:30-19:00 19:30-20:30	文化ホール アトリエ 文化ホール	水中歩行9時半 水中歩行10時半 児童水泳・中級 児童水泳・メドレー	9:30-10:25 10:30-11:25 17:00-18:00 18:00-19:00	
20	木			アリーナ ランニング	19:00-21:30 9:00-21:30	×	太極拳 ワンコイン タヒチアダンス 小学生・習字16時 小・中学生習字17時半 キッズダンス わくわくエアロビクス 男の茶の湯(宗偏流)	10:00-11:30 13:30-14:30 16:00-17:30 17:30-19:00 17:30-18:30 19:45-20:45 19:00-21:00	文化ホール アトリエ 文化ホール 茶道館	一般水泳	13:30-14:30	講習会 18:00-19:00
21	金			アリーナ ランニング	18:30-21:30 9:00-21:30	×	誰でもヨガ 誰でもエアロビクス 体調改善コンディショニング	9:45-10:45 11:00-12:00 10:00-11:00	文化ホール 第1,2学習室	いきいき水中運動 刈っ子水泳部 児童水泳・中級	14:00-15:00 16:00-17:00 17:00-18:00	
22	土			アリーナ ランニング	9:00-21:30 9:00-17:00	×	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 児童はじめて水泳 児童はじめてクロール 児童水泳・初級 アクアビクス	10:00-12:00 14:00-15:00 15:00-16:00 16:00-17:00 19:30-20:30	
23	日	ラピカカップ ジュニアバドミントン大会	アリーナ	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 一般水泳(メドレー)	18:00-19:00 19:00-20:00	
24	月			アリーナ ランニング	9:00-18:30	×						
25	火	休館日										
26	水			アリーナ ランニング	18:00-20:15 9:00-21:30	×						
27	木			アリーナ ランニング	19:00-21:30 9:00-21:30	×	キッズダンス わくわくエアロビクス	17:30-18:30 19:45-20:45	文化ホール			講習会 18:00-19:00
28	金			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○						
29	土			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○				トビウオスイミングクラブ	10:00-12:00	
30	日			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○						講習会 19:00-20:00
31	月	休館日										

■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

