

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	教室	時間						
1	水			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	ワンコイン 踏み台運動 楽しく踊るフラダンス ステップエクササイズ	10:00-11:00 13:30-14:30 19:30-20:30	文化ホール	17:00-18:00 18:00-19:00			
2	木			アリーナ ランニング 卓球	9:00-21:30 19:30-21:30	○ ×	太極拳 キッズダンス わくわくエアロビクス	10:00-11:30 17:30-18:30 19:45-20:45	文化ホール	13:30-14:30	講習会 18:00-19:00		
3	金			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	誰でもヨガ (ワンコイン) 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	14:00-15:00 16:00-17:00 17:00-18:00			
4	土	読み聞かせボランティア 養成講座(初心者コース)		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	10:00-12:00 14:00-15:00 15:00-16:00 16:00-17:00			
5	日			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	茶道(裏千家流)	13:30-15:30	茶道館	18:00-19:00 19:00-20:00	講習会 19:00-20:00		
6	月			アリーナ ランニング	9:00-21:30 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	11:00-12:00			
7	火			アリーナ ランニング	9:00-21:30 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	16:30-17:30 17:30-18:30	講習会 13:00-14:00		
8	水			アリーナ ランニング	9:00-21:30 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	9:30-10:25 10:30-11:25 17:00-18:00 18:00-19:00			
9	木			アリーナ ランニング	9:00-21:30 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	10:00-11:30 13:30-14:30 16:00-17:30 17:30-19:00 17:30-18:30 19:45-20:45	文化ホール 第1, 2学習室 アトリエ 文化ホール	13:30-14:30	講習会 18:00-19:00		
10	金			アリーナ ランニング	9:00-13:30 9:00-21:30	×	誰でもヨガ (ワンコイン) 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	14:00-15:00 16:00-17:00 17:00-18:00			
11	土			アリーナ ランニング	12:00-18:30 9:00-21:30	×				10:00-12:00			
12	日			アリーナ ランニング	9:00-15:00 9:00-21:30	×					講習会 19:00-20:00		
13	月			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○							
14	火			アリーナ ランニング	9:00-21:30	×					講習会 13:00-14:00		
15	水	羽根ふるさとまつり 羽羽村成人式		特別休館日									
16	木			アリーナ ランニング	9:00-17:30 9:00-21:30	×					講習会 18:00-19:00		
17	金			アリーナ ランニング	11:00-17:30 9:00-21:30	×	誰でもヨガ (ワンコイン) 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	16:00-17:00 17:00-18:00			
18	土			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	親子で作ろうオリジナル巾着教室 楽しい食器づくり ワンコイン ズンバ	10:00-12:00 13:30-15:30 20:00-21:00	アトリエ 陶芸工房 文化ホール	10:00-12:00 14:00-15:00 15:00-16:00 16:00-17:00 19:30-20:30			
19	日			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	小学生親子クッキング教室	10:00-13:00	調理学習室	18:00-19:00 19:00-20:00	講習会 19:00-20:00		
20	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	11:00-12:00			
21	火			アリーナ ランニング	12:00-19:30 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	16:30-17:30 17:30-18:30	講習会 13:00-14:00		
22	水			アリーナ ランニング	9:00-18:00 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	9:30-10:25 10:30-11:25 17:00-18:00 18:00-19:00			
23	木			アリーナ ランニング	12:30-21:30	×	小学生・習字16時 小・中学生習字17時半	16:00-17:30 17:30-19:00	アトリエ	13:30-14:30	講習会 18:00-19:00		
24	金			アリーナ ランニング	9:00-21:30	×				14:00-15:00 16:00-17:00 17:00-18:00			
25	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	10:00-12:00 14:00-15:00 15:00-16:00 16:00-17:00 19:30-20:30			
26	日			アリーナ ランニング	9:00-18:30	×	茶道(裏千家流)	13:30-15:30	茶道館	18:00-19:00 19:00-20:00	講習会 19:00-20:00		
27	月			休館日									
28	火			アリーナ ランニング	12:30-21:30 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	16:30-17:30 17:30-18:30	講習会 13:00-14:00		
29	水			アリーナ ランニング	9:00-17:30 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	9:30-10:25 10:30-11:25 17:00-18:00 18:00-19:00			
30	木			アリーナ ランニング	9:00-17:30 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	10:00-11:30 13:30-14:30 16:00-17:30 17:30-19:00 17:30-18:30 19:45-20:45	文化ホール 第1, 2学習室 アトリエ 文化ホール	13:30-14:30	講習会 18:00-19:00		
31	金			アリーナ ランニング	9:00-17:30 9:00-21:30	×	誰でもヨガ (ワンコイン) 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	14:00-15:00			