



※ラピカカードが新しくなります。フロントにて変更手続きをお願いします。
3月の施設利用予定(2月23日現在) ※変更する場合もございます

日	曜日	予定行事	時間	場所	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	木	団体利用	19:30-21:30	バドミントン ランニングのみ 利用可	太極拳	10:00-11:30	文化ホール	一般水泳(初・中級)	13:30-14:30	講習会 18:00- 19:00		
					ワンコインキッズダンス	17:30-18:15						
					ワンコインラテンエアロビクス	18:45-19:30						
					わくわくエアロビクス	19:45-21:00						
2	金				誰でもヨガ	10:00-11:00	第1,2学習室	いきいき水中運動	14:00-15:00			
					体調改善コンディショニング	10:00-11:30	文化ホール	児童水泳・中級	17:00-18:00			
3	土	大会前日準備	16:00-21:30	ランニングのみ 利用可	ワンコイン ズンバ 土曜	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			
								児童水泳・中級	17:00-18:00			
								アクアビクス	19:30-20:30			
4	日	刈羽近郷 ソフトバレーボール大会	8:00-21:30	アリーナ ランニング 利用不可				一般初心者水泳	18:00-19:00			
								一般水泳(初・中級)	19:00-20:00			
5	月				やさしい体ほぐし	10:00-11:00	第1,2学習室	一般水泳(初・中級)	11:00-12:00			
					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	団体利用	19:30-21:30	ランニングのみ 利用可	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					
					小学生・習字	15:30-17:00	アトリエ				児童はじめてクロール	17:30-18:30
					脂肪燃焼エアロビクス	19:30-20:45	文化ホール				児童水泳・初級	
					やさしいヨガルーシーダットン	19:30-20:30	第1,2学習室					
7	水				ワンコイン 子連れOKのママヨガ	10:00-11:00	和室1,2	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	文化ホール	水中歩行10時半	10:30-11:25			
					楽しく踊るフラダンス	13:30-14:30	アトリエ	児童水泳・中級	17:00-18:00			
					小学生・習字15時半	15:30-17:00						
					小・中学生習字17時	17:00-18:30						
					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			
8	木				太極拳	10:00-11:30	文化ホール	一般水泳(初・中級)	13:30-14:30	講習会 18:00- 19:00		
					小学生・習字15時半	15:30-17:00	アトリエ					
					小・中学生習字17時	17:00-18:30						
					ワンコインキッズダンス	17:30-18:15	文化ホール					
					ワンコインラテンエアロビクス	18:45-19:30						
					わくわくエアロビクス	19:45-21:00						
男の茶の湯	19:00-21:00	茶道館										
9	金				誰でもヨガ	10:00-11:00	第1,2学習室	いきいき水中運動	14:00-15:00			
					体調改善コンディショニング	10:00-11:30	文化ホール	児童水泳・中級	17:00-18:00			
10	土	団体利用	9:00-21:30	アリーナ ランニング 利用不可	楽しい食器づくり	13:30-15:30	陶芸工房	児童はじめて水泳	14:00-15:00			
		一芸祭	13:00~	文化ホール	ワンコイン ズンバ 土曜	20:00-21:00	文化ホール	児童はじめてクロール	15:00-16:00			
								児童水泳・初級	16:00-17:00			
11	日	フットサル大会	9:00-18:00	アリーナ ランニング 利用不可	茶道(裏千家流)	13:30-15:30	茶道館	一般初心者水泳	18:00-19:00	講習会 19:00- 20:00		
		ラピカ囲碁大会						一般水泳(初・中級)	19:00-20:00			
12	月				やさしい体ほぐし	10:00-11:00	文化ホール	一般水泳(初・中級)	11:00-12:00			
					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				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					
					小学生・習字	15:30-17:00	アトリエ				児童はじめてクロール	17:30-18:30
					脂肪燃焼エアロビクス	19:30-20:45	文化ホール				児童水泳・初級	
					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	団体利用	18:00-20:15	ランニングのみ 利用可	ワンコイン 子連れOKのママヨガ	10:00-11:00	和室1,2	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	文化ホール	水中歩行10時半	10:30-11:25			
					楽しく踊るフラダンス	13:30-14:30	アトリエ	児童水泳・中級	17:00-18:00			
					小学生・習字15時半	15:30-17:00						
					小・中学生習字17時	17:00-18:30						
					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			

日	曜日	予定行事	時間	場所	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	
15	木	団体利用	19:30-21:30	バドミントン ランニングのみ 利用可	太極拳	10:00-11:30	文化ホール	一般水泳(初・中級)	13:30-14:30	講習会 18:00- 19:00
					小学生・習字15時半	15:30-17:00	アトリエ			
					小・中学生習字17時	17:00-18:30				
					ワンコインキッズダンス	17:30-18:15	文化ホール			
					ワンコインラテンエアロビクス	18:45-19:30				
					わくわくエアロビクス	19:45-21:00				
16	金	団体利用	18:30-21:30	ランニングのみ 利用可	男の茶の湯	19:00-21:00	茶道館			
					誰でもヨガ	10:00-11:00	第1、2学習室	いきいき水中運動	14:00-15:00	
					体調改善コンディショニング	10:00-11:30	文化ホール	児童水泳・中級	17:00-18:00	
17	土				アロマキャンドル教室	10:00-11:30	アトリエ			
					春の寄せ植え教室	10:00-11:30	アトリエ	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	
					ワンコイン ズンバ 土曜	20:00-21:00	文化ホール	児童水泳・初級	16:00-17:00	
18	日	ラビカ将棋大会						児童水泳・中級	17:00-18:00	
								アクアビクス	19:30-20:30	
19	月				一般初心者水泳	18:00-19:00				講習会 19:00- 20:00
					一般水泳(初・中級)	19:00-20:00				
					やさしい体ほぐし	10:00-11:00	文化ホール	一般水泳(初・中級)	11:00-12:00	
20	火	団体利用	19:30-21:30	ランニングのみ 利用可	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			
					ワンコイン ZUMBAgold	11:00-12:00	文化ホール	児童はじめて水泳	16:30-17:30	講習会 13:00- 14:00
					ゆっくりにエアロビクス	13:30-14:30		児童はじめてクロール		
					習字一般	13:30-15:30	第1、2学習室			
					小学生・習字	15:30-17:00	アトリエ	児童水泳・初級	17:30-18:30	
脂肪燃焼エアロビクス	19:30-20:45	文化ホール								
やさしいヨガルーシーダットン	19:30-20:30	第1、2学習室								
21	水	団体利用	18:00-20:15	ランニングのみ 利用可	小学生・習字15時半	15:30-17:00	アトリエ	短期水泳教室	9:15-10:00	
		篠原信一講演会	15:30~	文化ホール	小・中学生習字17時	17:00-18:30			10:10-10:55	
22	木	団体利用	19:30-21:30	バドミントン ランニングのみ 利用可	ステップエクササイズ	19:30-20:30	文化ホール			
					太極拳	10:00-11:30	文化ホール			
					小学生・習字15時半	15:30-17:00	アトリエ			
					小・中学生習字17時	17:00-18:30				
					ワンコインキッズダンス	17:30-18:15	文化ホール			
					ワンコインラテンエアロビクス	18:45-19:30				
23	金	団体利用	16:00-21:30	ランニングのみ 利用可	わくわくエアロビクス	19:45-21:00	茶道館			
					男の茶の湯	19:00-21:00				
24	土	ラビカカップ ジュニアバレーボール大会①	9:00-21:30	アリーナ ランニング 利用不可	体調改善コンディショニング	10:00-11:30	文化ホール	いきいき水中運動	14:00-15:00	
		講演会		文化ホール				児童はじめて水泳	14:00-15:00	
					ワンコイン ズンバ 土曜	20:00-21:00	文化ホール	児童はじめてクロール	15:00-16:00	
								児童水泳・初級	16:00-17:00	
								児童水泳・中級	17:00-18:00	
25	日	ラビカカップ ジュニアバレーボール大会②	9:00-21:30	アリーナ ランニング 利用不可	茶道(裏千家流)	13:30-15:30	茶道館	アクアビクス	19:30-20:30	
								短期水泳教室	9:15-10:00	
								一般初心者水泳	18:00-19:00	
26	月	休館日								
27	火				一般水泳(初・中級)	11:00-12:00				
					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	16:30-17:30	講習会 13:00- 14:00
28	水				脂肪燃焼エアロビクス	19:30-20:45	文化ホール	児童はじめてクロール	15:00-16:00	
					ワンコイン 踏み台運動	10:00-11:00	文化ホール	児童水泳・初級	17:30-18:30	
					楽しく踊るフラダンス	13:30-14:30				
29	木	団体利用	19:30-21:30	ランニングのみ 利用可	ステップエクササイズ	19:30-20:30	文化ホール			
					太極拳	10:00-11:30	文化ホール			講習会 18:00- 19:00
30	金	ルルロコンサート		文化ホール						
31	土				ワンコイン ズンバ 土曜	20:00-21:00	文化ホール	短期水泳教室	13:30-14:15	
									14:25-15:10	

■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「ラビカ」
〒945-0307 新潟県刈羽郡刈羽村大字刈羽100番地
TEL 0257-20-3100 FAX 0257-20-3103
URL <http://www.pvk.co.jp> E-mail rapika@pvk.co.jp

