

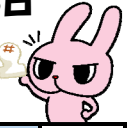


2019年1月



今月の休館日
1月1、4、28日

(毎月第4日曜日)
※特別休館日有り



※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。
1月の施設利用予定(12月22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						教室	時間				
1	火	休館日													
2	水		アリーナ	9:00-21:30	○										
3	木		アリーナ	9:00-21:30	○										
4	金	休館日													
5	土		アリーナ	9:00-18:30	×				トビウオスイミングクラブ	10:00-12:00					
									アクアピクス	19:30-20:30					
6	日		アリーナ	9:00-12:30	×							講習会 19:00-20:00			
7	月		アリーナ	9:00-21:30	○			文化ホール	一般水泳	11:00-12:00					
													やさしい体ほくし	10:00-11:00	
													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				
8	火		アリーナ	19:00-21:30	×			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			
													ワンコイン ストレッチと健康運動	10:00-11:00	
													ゆっくりエアロピクス	13:30-14:30	
											第1,2学習室				
												習字一般	13:30-15:30		
												小学生・習字	16:00-17:30	アトリエ	
			ランニング	9:00-21:30	○			文化ホール	児童水泳・初級	17:30-18:30					
									脂肪燃焼エアロピクス	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				
9	水		アリーナ	18:00-20:15	×			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		
						ランニング	9:00-21:30	○				児童水泳・中級	17:00-18:00		
												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	文化ホール	児童水泳・メドレー 18:00-19:00			
10	木		アリーナ	19:00-21:30	×			アトリエ				講習会 18:00-19:00			
													小学生・習字16時	16:00-17:30	
						ランニング	9:00-21:30	○			文化ホール	キッズダンス	17:30-18:30		
												わくわくエアロピクス	19:45-20:45		
11	金		アリーナ	9:00-21:30	○			文化ホール	いきいき水中運動	14:00-15:00					
													誰でもヨガ	9:45-10:45	
													誰でもエアロピクス	11:00-12:00	
								第1,2学習室	体調改善コンディショニング	10:00-11:00		児童水泳・中級 17:00-18:00			
12	土	図書館おはなし会	和室1,2	9:00-21:30	×			陶芸工房	楽しい食器づくり	13:30-15:30					
													トビウオスイミングクラブ	10:00-12:00	
									ランニング	9:00-17:00	×	文化ホール	児童はじめて水泳 14:00-15:00		
									ワンコイン スポンバ	20:00-21:00			児童はじめてクロール 15:00-16:00		
													児童水泳・初級 16:00-17:00		
													アクアピクス 19:30-20:30		
13	日	新年餅つき大会	文化ホール	9:00-21:30	×			茶道館	茶道(裏千家流)	13:00-15:00		講習会 19:00-20:00			
									一般水泳	18:00-19:00					
									一般水泳(メドレー)	19:00-20:00					
14	月		アリーナ	9:00-18:30	×			文化ホール							
													やさしい体ほくし	10:00-11:00	
													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				
15	火		アリーナ	9:00-21:30	○			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			
													ワンコイン ストレッチと健康運動	10:00-11:00	
													ゆっくりエアロピクス	13:30-14:30	
													習字一般	13:30-15:30	
													小学生・習字	16:00-17:30	
													脂肪燃焼エアロピクス	19:30-20:30	
								第1,2学習室							
									やさしいヨガルーシーダットン	19:30-20:30		児童水泳・初級 17:30-18:30			
16	水		アリーナ	18:00-20:15	×			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		
						ランニング	9:00-21:30	○				児童水泳・中級	17:00-18:00		
												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	文化ホール	児童水泳・メドレー 18:00-19:00			
17	木		アリーナ	19:00-21:30	×			文化ホール	一般水泳	13:30-14:30		講習会 18:00-19:00			
													太極拳	10:00-11:30	
													ワンコイン タヒチアンダンス	13:30-14:30	
											アトリエ	小学生・習字16時	16:00-17:30		
						ランニング	9:00-21:30	○				小・中学生習字17時半	17:30-19:00		
												キッズダンス	17:30-18:30		
									わくわくエアロピクス	19:45-20:45	文化ホール				
									男の茶の湯(宗備流)	19:00-21:00	茶道館				

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			教室	時間	
18	金			アリーナ	18:00-21:30	×	誰でもヨガ 誰でもエアロビクス	9:45-10:45 11:00-12:00	文化ホール	いきいき水中運動 刈っ子水泳部	14:00-15:00 16:00-17:00		
				ランニング	9:00-21:30	○	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		
19	土	ラビカカップ バスケットボール大会	アリーナ	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	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		
20	日			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○				一般水泳 一般水泳(メドレー)	18:00-19:00 19:00-20:00	講習会 19:00- 20:00	
21	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 マツピラティス 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		
22	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	16:30-17:30 17:30-18:30	講習会 13:00- 14:00	
23	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 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		
24	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 キッズダンス わくわくエアロビクス	10:00-11:30 16:00-17:30 17:30-19:00 17:30-18:30 19:45-20:45	文化ホール アトリエ 文化ホール	一般水泳	13:30-14:30	講習会 18:00- 19:00	
25	金			アリーナ ランニング	19:30-21:30 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		
26	土	ラビカカップ バスケットボール大会	アリーナ	アリーナ ランニング	9:00-19:30	×	恵方巻つくり教室 楽しい食器つくり	13:00-15:30 13:30-15:30	調理学習室 陶芸工房	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	10:00-12:00 14:00-15:00 15:00-16:00 16:00-17:00		
27	日			アリーナ ランニング	9:00-21:30 9:00-15:00	○	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	講習会 19:00- 20:00	
28	月	休館日											
29	火			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	ワンコイン ストレッチと健康運動 ゆっくりエアロビクス 習字一般 やさしいヨガルーシーダットン ZUMBA	10:00-11:00 13:30-14:30 13:30-15:30 19:30-20:30 20:00-21:00	文化ホール 第1,2学習室 文化ホール	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	
30	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 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 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		
31	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 キッズダンス わくわくエアロビクス 男の茶の湯(宗備流)	10:00-11:30 13:30-14:30 17:30-18:30 19:45-20:45 19:00-21:00	文化ホール 茶道館	一般水泳	13:30-14:30	講習会 18:00- 19:00	

■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「ラビカ」

TEL 0257-20-3100

ラビカアプリダウンロードはこちら!



Android

ios

