



※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。  
3月の施設利用予定(2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		
1	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 刈っ子水泳部 児童水泳・中級	14:00-15:00 16:00-17:00 17:00-18:00	
2	土			アリーナ ランニング	16:00-21:30 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 アクアピクス	11:00-12:00 14:00-15:00 15:00-16:00 16:00-17:00 19:30-20:30	
3	日	刈羽近郷ソフトバレーボール大会	アリーナ	アリーナ ランニング	9:00-18:30	×				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
4	月			アリーナ ランニング	19:00-21:30 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	
5	火			アリーナ ランニング	19:00-21:30 9:00-21:30	× ○	ゆっくりにエアロビクス 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 16:00-17:30 19:30-20:30 19:30-20:30	文化ホール 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
6	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	
7	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	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 アトリエ 文化ホール	一般水泳	13:30-14:30	講習会 18:00-19:00
8	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 刈っ子水泳部 児童水泳・中級	14:00-15:00 16:00-17:00 17:00-18:00	
9	土	図書館おはなし会	サークル室	アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	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 児童はじめて水泳 児童はじめてクロール 児童水泳・初級 アクアピクス	10:00-12:00 14:00-15:00 15:00-16:00 16:00-17:00 19:30-20:30	
10	日	囲碁大会	第1.2学習室	アリーナ ランニング	9:00-19:00	×	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
11	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	
12	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 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
13	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	
14	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 男の茶の湯(宗偏流)	10:00-11:30 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
15	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 刈っ子水泳部 児童水泳・中級	14:00-15:00 16:00-17:00 17:00-18:00	

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	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	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			
17	日	ニューススポーツ大会	アリーナ	アリーナ ランニング	9:00-21:30	○				一般水泳	18:00-19:00	講習会 19:00-20:00		
		将棋大会	第1,2学習室							一般水泳(メドレー)	19:00-20:00			
18	月			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○			文化ホール	一般水泳	11:00-12:00			
													やさしい体ほぐし	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
19	火			アリーナ	19:00-21:30	×	ワンコイン ストレッチと健康運動	10:00-11:00	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		
				ランニング	9:00-21:30	○	ゆっくりにエアロビクス	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					
				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						
20	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			
ランニング	9:00-21:30	○	楽しく踊るフラダンス	13:30-14:30	アトリエ	水中歩行10時半	10:30-11:25							
			小学生・習字16時	16:00-17:30		児童水泳・中級	17:00-18:00							
			小・中学生習字17時半	17:30-19:00	児童水泳・メドレー	18:00-19:00								
21	木			アリーナ	19:00-21:30	×				一般水泳	13:30-14:30	講習会 18:00-19:00		
				ランニング	9:00-21:30	○								
22	金			アリーナ	19:00-21:30	×	体調改善コンディショニング	10:00-11:00	第1,2学習室	いきいき水中運動	14:00-15:00			
				ランニング	9:00-21:30	○								
23	土	ラピカカップ ジュニアバレーボール大会①	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	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			
24	日	ラピカカップ ジュニアバレーボール大会②	アリーナ	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	講習会 19:00-20:00		
										一般水泳(メドレー)	19:00-20:00			
25	月	休館日												
26	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	10:00-11:00	文化ホール			講習会 13:00-14:00		
							ゆっくりにエアロビクス	13:30-14:30						
							習字一般	13:30-15:30	第1,2学習室					
							脂肪燃焼エアロビクス	19:30-20:30					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					
27	水			アリーナ	18:00-20:15	×	やさしい体ほぐし	10:00-11:00	文化ホール	水中歩行9時半	9:30-10:25			
				ランニング	9:00-21:30	○	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			
28	木			アリーナ	19:00-21:30	×	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	○	小学生・習字16時	16:00-17:30					アトリエ	
							小・中学生習字17時半	17:30-19:00						
29	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					
							誰でもエアロビクス	11:00-12:00						
30	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	トビウオスイミングクラブ	10:00-12:00			
										アクアビクス	19:30-20:30			
31	日			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○						講習会 19:00-20:00		

■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「ラピカ」

TEL 0257-20-3100

ラピカアプリダウンロードはこちら!



Android

ios

