



5月の施設利用予定(4月29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	時間	状況				教室	時間	
1	水			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○						
2	木	アルビレックス新潟BCリーグ 公式戦	源土野球場	アリーナ	19:00-21:30	×						講習会 18:00- 19:00
				ランニング	9:00-21:30	○						
3	金			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○						
4	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	
5	日			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○						講習会 19:00- 20:00
6	月			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	マットピラティス	19:30-20:30	第1,2学習室	トビウオスイミングクラブ ※25m利用不可	18:30-19:30	
7	火			アリーナ	19:00-21:30	×	小学生・習字	16:00-17:30	アトリエ	児童はじめて水泳	16:30-17:30	講習会 13:00- 14:00
				ランニング	9:00-21:30	○	やさしいヨガルーシーダットン	19:30-20:30	第1,2学習室	児童水泳・初級	17:30-18:30	
8	水			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	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	講習会 18:00- 19:00
							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	
							小学生・習字16時	16:00-17:30	アトリエ	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	
							ステップエクササイズ	19:30-20:30	文化ホール			
習字一般	9:30-11:30	アトリエ	一般水泳	13:30-14:30								
9	木			アリーナ	19:00-21:30	×	太極拳	10:00-11:30	文化ホール	講習会 18:00- 19:00		
				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		文化ホール					
				ランニング	9:00-21:30	○		キッズダンス	17:30-18:20			
				わくわくエアロビクス	19:30-20:30							
10	金			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	体調改善コンディショニング	9:45-10:45	文化ホール	いきいき水中運動	14:00-15:00	講習会 19:00- 20:00
							ワンコイン 体幹トレーニング	11:00-12:00		刈っ子水泳部	16:00-17:00	
										児童水泳・中級	17:00-18:00	
11	土	図書館おはなし会	和室1,2	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	トビウオスイミングクラブ	10:00-12:00	講習会 19:00- 20:00
										児童はじめて水泳14時	14:00-15:00	
							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15時	15:00-16:00	
										児童水泳・初級	16:00-17:00	
			アクアビクス	19:30-20:30								
12	日			アリーナ ランニング	9:00-17:30	×	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	
13	月			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	やさしい体ほぐし	10:00-11:00	文化ホール	一般水泳	11:00-12:00	講習会 19:00- 20:00
							ワンコイン フラダンス	13:30-14:30				
							ワンコイン タヒチアンダンス	14:40-15:40	第1,2学習室	トビウオスイミングクラブ ※25m利用不可	18:30-19:30	
							マットピラティス	19:30-20:30				
							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	
14	火			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	小学生・習字	16:00-17:30	アトリエ	講習会 13:00- 14:00		
							やさしいヨガルーシーダットン	19:30-20:30			第1,2学習室	児童水泳・初級
							ZUMBA	20:00-21:00	文化ホール			
15	水			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	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	講習会 19:00- 20:00
							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	
							小学生・習字16時	16:00-17:30	アトリエ	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	
							ステップエクササイズ	19:30-20:30	文化ホール			
16	木			アリーナ	19:00-21:30	×	習字一般	9:30-11:30	アトリエ	講習会 18:00- 19:00		
				太極拳	10:00-11:30	文化ホール						
				ワンコイン 体幹トレーニング	13:30-14:30		アトリエ	一般水泳	13:30-14:30			
				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	文化ホール			
			キッズダンス	17:30-18:20								
			わくわくエアロビクス	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	
									教室	時間		
17	金		アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	体調改善コンディショニング	9:45-10:45	文化ホール	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		
									児童水泳・メドレー	18:00-19:00		
18	土		アリーナ ランニング	9:00-18:00	×	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	10:00-12:00		
									アクアピクス	19:30-20:30		
19	日		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	
									一般水泳(メドレー)	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	10:00-11:00	文化ホール	一般水泳	11:00-12:00		
						ワンコイン フラダンス	13:30-14:30					
						ワンコイン タヒチアンダンス	14:40-15:40					
						マットピラティス	19:30-20:30		第1,2学習室	トビウオスイミングクラブ ※25m利用不可		18:30-19:30
21	火		アリーナ	19:00-21:30	×	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	
			ランニング	小学生・習字		16:00-17:30	アトリエ					
				やさしいヨガルーシーダットン		19:30-20:30	第1,2学習室		児童水泳・初級	17:30-18:30		
				ZUMBA		20:00-21:00	文化ホール					
22	水		アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	お茶のいろは 其の一	10:00-11:30	調理学習室	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16時	16:00-17:30		児童水泳・メドレー	18:00-19:00		
						小・中学生習字17時半	17:30-19:00	文化ホール				
						ステップエクササイズ	19:30-20:30					
23	木		アリーナ	19:00-21:30	×	習字一般	9:30-11:30	アトリエ	一般水泳	13:30-14:30	講習会 18:00-19:00	
			ランニング	太極拳		10:00-11:30	文化ホール					
				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						
				キッズダンス		17:30-18:20	文化ホール					
				わくわくエアロビクス		19:30-20:30						
24	金		アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	体調改善コンディショニング	9:45-10:45	文化ホール	いきいき水中運動	14:00-15:00		
						ワンコイン 体幹トレーニング	11:00-12:00		刈っ子水泳部	16:00-17:00		
									児童水泳・中級	17:00-18:00		
									児童水泳・メドレー	18:00-19:00		
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	トビウオスイミングクラブ	10:00-11:00		
						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時	14:00-15:00		
									児童はじめて水泳15時	15:00-16:00		
									児童水泳・初級	16:00-17:00		
アクアピクス	19:30-20:30											
26	日		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	18:00-19:00	講習会 19:00-20:00	
									一般水泳(メドレー)	19:00-20:00		
27	月	休館日										
28	火		アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	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	
						やさしいヨガルーシーダットン	19:30-20:30		第1,2学習室	児童水泳・初級		17:30-18:30
						ZUMBA	20:00-21:00		文化ホール			
29	水		アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	ワンコイン 踏み台運動	10:00-11:00	文化ホール	児童水泳・中級	17:00-18:00		
						ステップエクササイズ	19:30-20:30		児童水泳・メドレー	18:00-19:00		
30	木		アリーナ	9:00-12:00	×	習字一般	9:30-11:30	アトリエ	一般水泳	13:30-14:30	講習会 18:00-19:00	
				19:00-21:30		太極拳	10:00-11:30					文化ホール
						ワンコイン 体幹トレーニング	13:30-14:30					
						キッズダンス	17:30-18:20					
わくわくエアロビクス	19:30-20:30											
31	金		アリーナ ランニング	9:00-21:30	○				いきいき水中運動	14:00-15:00		
									トビウオスイミングクラブ ※25m利用不可	18:30-19:30		

■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。

ラピカアプリダウンロードはこちら!



Android

ios

お問合せ 刈羽村生涯学習センター「ラピカ」

TEL 0257-20-3100