



6月の施設利用予定(5月21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	
				アリーナ	時間	×/○				教室	時間		
1	土			アリーナ	13:30-17:30	×	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		
			ランニング	9:00-21:30	○	トビウオスイミングクラブ				14:00-15:00			
										児童はじめて水泳14時	14:00-15:00		講習会 19:00-20:00
										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		
2	日	健康ウォーク	雨天時 アリーナ	アリーナ	9:00-17:30	×				一般水泳	18:00-19:00	講習会 19:00-20:00	
				ランニング	9:00-21:30	○				一般水泳(メドレー)	19:00-20:00		
3	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		
							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			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		第1,2学習室			
4	火			アリーナ (卓球のみ可)	19:30-21:30	×	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	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		
							ZUMBA	20:00-21:00	文化ホール				
5	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		
							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
							ステップエクササイズ	19:30-20:30			児童水泳・中級		17:00-18:00
										児童水泳・メドレー	18:00-19:00		
6	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	○	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					
7	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		
8	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	○	はじめてのクラフトバンド	10:00-12:00	アトリエ	トビウオスイミングクラブ	10:00-12:00		
							刈羽産の食材で作る笹団子	13:00-15:00	調理学習室	児童はじめて水泳14時	14:00-15:00		
							楽しい食器づくり	13:30-15:30	陶芸工房	児童はじめて水泳15時	15:00-16:00		
							ワンコイン ズンバ	20:00-21:00	文化ホール	児童水泳・初級	16:00-17:00		
										アクアピクス	19:30-20:30		
9	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		
10	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		
							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			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		第1,2学習室			
11	火			アリーナ全面 (卓球のみ可)	9:00-12:00	×	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	
				ランニング	19:30-21:30		○	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				
12	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		
							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				
13	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	9:00-21:30	○	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					
14	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	刈っ子水泳部	16:00-17:00		
							ワンコイン 体幹トレーニング	11:00-12:00			児童水泳・中級		17:00-18:00
										児童水泳・メドレー	18:00-19:00		
15	土	刈羽村ソフトバレーボール大会 前日準備	アリーナ	アリーナ	15:00-21:30	×	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		
				ランニング	9:00-21:30	○				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		

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	日	刈羽村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	18:00-19:00	講習会 19:00-20:00	
17	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 ワンコイン タヒチアンダンス マットピラティス	10:00-11:00 13:30-14:30 14:40-15:40 19:30-20:30	文化ホール 文化ホール 第1,2学習室	一般水泳	11:00-12:00	
										トビウオスイミングクラブ ※25m利用不可	18:30-19:30	
										児童はじめて水泳	16:30-17:30	
										児童水泳・初級	17:30-18:30	
18	火			アリーナ (卓球のみ可)	19:30-21:30	×	ゆっくりエアロビクス 小学生・習字	13:30-14:30 16:00-17:30	文化ホール アトリエ	児童水泳・初級	17:30-18:30	講習会 13:00-14:00
				ランニング	9:00-21:30	○	ZUMBA	20:00-21:00	文化ホール			
19	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 小学生・習字16時 小・中学生習字17時半	10:00-11:00 13:30-14:30 16:00-17:30 17:30-19:00	文化ホール 文化ホール アトリエ	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	
							講習会 18:00-19:00	習字一般	9:30-11:30	アトリエ	一般水泳	13:30-14:30
								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 小学生・習字16時 小・中学生習字17時半	13:30-14:30 16:00-17:30 17:30-19:00	文化ホール アトリエ		
20	木			アリーナ	9:00-12:00 19:00-21:30	×	キッズダンス わくわくエアロビクス	17:30-18:20 19:30-20:30	文化ホール			
					ランニング	9:00-21:30	○					
21	金			アリーナ	19:00-21:30	×	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 刈っ子水泳部 児童水泳・中級 児童水泳・メドレー	14:00-15:00 16:00-17:00 17:00-18:00 18:00-19:00	
				ランニング	9:00-21:30	○	ワンコイン 体幹トレーニング	11:00-12:00				
22	土			アリーナランニング	9:00-18:30	×	ワンコイン スンバ	20:00-21:00	文化ホール	トビウオスイミングクラブ アクアピクス	10:00-12:00 19:30-20:30	
23	日			アリーナランニング	9:00-21:30	○	初夏のハーバリウム教室 茶道(裏千家流)	10:00-12:00 13:00-15:00	アトリエ 茶道館			講習会 19:00-20:00
24	月	休館日										
25	火			アリーナ (卓球のみ可)	19:30-21:30	×	ゆっくりエアロビクス 小学生・習字	13:30-14:30 16:00-17:30	文化ホール アトリエ			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			
26	水			アリーナ	9:00-12:00	×	小学生・習字16時	16:00-17:30	アトリエ	水中歩行9時半 水中歩行10時半	9:30-10:25 10:30-11:25	
				ランニング	9:00-21:30	○	小・中学生習字17時半	17:30-19:00				
27	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
				ランニング	9:00-21:30	○	小学生・習字16時 小・中学生習字17時半	16:00-17:30 17:30-19:00				
28	金	かりわ保育園運動会 前日準備	アリーナ	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 刈っ子水泳部 児童水泳・中級 児童水泳・メドレー	14:00-15:00 16:00-17:00 17:00-18:00 18:00-19:00	
							ワンコイン 体幹トレーニング	11:00-12:00				
29	土	かりわ保育園運動会	アリーナ	アリーナランニング	9:00-13:00	×	ワンコイン スンバ	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14時 児童はじめて水泳15時 児童水泳・初級	10:00-12:00 14:00-15:00 15:00-16:00 16:00-17:00	
30	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

