



行事予定の案内

2022年5月



今月の休館日
5月23日
(毎月第4日曜日)

※新型コロナウイルス感染対策として人数制限をかける場合がございます。

※新型コロナの状況により、一部内容等が変更になる可能性がありますので、予めご了承ください。

(4月26日現在)施設利用予定 ※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 一般利用できません。		トレーニング室
										教室	時間	
1	日			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	パワーストーンプレスト作り	9:30-12:00	アトリエ			
2	月			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	ゆったりYOGA	10:00-11:00	文化ホール	トビオスイミングクラブ	18:15-19:30	
3	火			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	小学生・習字 小・中学生習字	16:00-17:30 17:30-19:00	アトリエ			
4	水			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	小学生・習字 小・中学生習字	16:00-17:30 17:30-19:00	アトリエ			
5	木			アリーナ ランニング	18:30-21:30 9:00-21:30	× ○	小・中学生習字	17:30-19:00	アトリエ			
6	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 体幹トレーニング	9:30-10:45 11:00-12:00	文化ホール	刈っこ水泳部 こども水泳・中級 こども水泳・メドレー	16:00-17:00 17:00-18:00 18:00-19:00	
7	土			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	ワンコイン 体幹トレーニング	10:00-11:00	文化ホール	トビオスイミングクラブ	9:00-12:30	
8	日			アリーナ ランニング	9:00-17:30	×	ラピカ子ども将棋教室	10:00-11:30	アトリエ	一般水泳 一般水泳(メドレーコース)	18:00-19:00 19:00-20:00	
9	月			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	ゆったりYOGA	10:00-11:00	文化ホール	トビオスイミングクラブ	18:15-19:30	
10	火			アリーナ ランニング	19:00-21:30 9:00-21:30	× ○	ゆったりエアロビクス 小学生・習字 小・中学生習字 ZUMBA	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	アクアビクス ワンコイン 楽しい水泳教室 こども・はじめて水泳 こども水泳・初級	9:50-10:50 11:00-12:00 16:30-17:30 17:30-18:30	
11	水			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	踏み台運動 ピラティス(ビギナー) 小学生・習字 小・中学生習字 キッズダンス【初級】 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 17:30-18:30 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 こども水泳・中級 こども水泳・メドレー	9:30-10:25 10:30-11:25 17:00-18:00 18:00-19:00	
12	木			アリーナ ランニング	18:30-21:30 9:00-21:30	× ○	習字一般 太極拳 小・中学生習字 ピラティス	9:30-11:30 10:00-11:30 17:30-19:00 19:30-20:30	第1・2学習室 文化ホール アトリエ 文化ホール	一般水泳	13:30-14:30	
13	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 体幹トレーニング ワンコイン ZUMBA	9:30-10:45 11:00-12:00 20:00-21:00	文化ホール	誰でも水中運動 刈っこ水泳部 こども水泳・中級 こども水泳・メドレー	14:00-15:00 16:00-17:00 17:00-18:00 18:00-19:00	
14	土	おはなし会 15:30-16:00	絵本コーナー	アリーナ ランニング	9:00-21:30	×	楽しい食器作り サットヨガ	13:30-15:30 19:30-20:30	陶芸工房 文化ホール	トビオスイミングクラブ こども・はじめて水泳 14時 こども・はじめて水泳 15時 こども水泳・初級	9:00-12:30 14:00-15:00 15:00-16:00 16:00-17:00	
15	日	ラピカカップジュニア バドミントン大会	アリーナ	アリーナ ランニング	9:00-19:30	×	茶道(裏千家流)	13:00-15:00	茶道館	一般水泳 一般水泳(メドレーコース)	18:00-19:00 19:00-20:00	

初回講習
14:00
・
19:00

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 一般利用できません。		トレーニング室
									教室	時間	
16	月	ワクチン接種 (~22日まで) 9:00-21:30	アリーナ	アリーナ ランニング	9:00-21:30	×	ゆったりYOGA	10:00-11:00	文化ホール	トビウオスイミングクラブ	18:15-19:30
17	火			アリーナ ランニング	9:00-21:30	×	ゆったりエアロビクス	13:30-14:30	文化ホール	アクアピクス	9:50-10:50
							小学生・習字	16:00-17:30	アトリエ	ワンコイン 楽しい水泳教室	11:00-12:00
							小・中学生習字	17:30-19:00		こども・はじめて水泳	16:30-17:30
							ZUMBA	19:30-20:30	文化ホール	こども水泳・初級	17:30-18:30
18	水			アリーナ ランニング	9:00-21:30	×	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
							ピラティス(ビギナー)	13:30-14:30		水中歩行 10時半	10:30-11:25
							小学生・習字	16:00-17:30	アトリエ	こども水泳・中級	17:00-18:00
							小・中学生習字	17:30-19:00			
							キッズダンス【初級】	17:30-18:30	文化ホール	こども水泳・メドレー	18:00-19:00
							ステップエクササイズ	19:30-20:30			
19	木			アリーナ ランニング	9:00-21:30	×	習字一般	9:30-11:30	第1・2学習室	一般水泳	13:30-14:30
							太極拳	10:00-11:30	文化ホール		
							小・中学生習字	17:30-19:00	アトリエ		
							ピラティス	19:30-20:30	文化ホール		
20	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	9:30-10:45	文化ホール	誰でも水中運動	14:00-15:00
							体幹トレーニング	11:00-12:00		刈っこ水泳部	16:00-17:00
										こども水泳・中級	17:00-18:00
										こども水泳・メドレー	18:00-19:00
21	土			アリーナ ランニング	9:00-21:30	×	ワンコイン 体幹トレーニング	10:00-11:00	文化ホール	こども・はじめて水泳 14時	14:00-15:00
							サットヨガ	19:30-20:30		こども・はじめて水泳 15時	15:00-16:00
										こども水泳・初級	16:00-17:00
22	日	ワクチン接種 (最終日) 9:00-21:30	アリーナ	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	13:00-16:30
										一般水泳	18:00-19:00
										一般水泳(メドレーコース)	19:00-20:00
23	月	休館日									
24	火			アリーナ	19:00-21:30	×	ゆったりエアロビクス	13:30-14:30	文化ホール	アクアピクス	9:50-10:50
				ランニング	9:00-21:30	○	ZUMBA	19:30-20:30		ワンコイン 楽しい水泳教室	11:00-12:00
25	水			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	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
							ピラティス(ビギナー)	13:30-14:30		水中歩行 10時半	10:30-11:25
							キッズダンス【初級】	17:30-18:30		こども水泳・中級	17:00-18:00
							ステップエクササイズ	19:30-20:30		こども水泳・メドレー	18:00-19:00
26	木			アリーナ	18:30-21:30	×	習字一般	9:30-11:30	第1・2学習室	一般水泳	13:30-14:30
				ランニング	9:00-21:30	○	太極拳	10:00-11:30	文化ホール		
27	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	9:30-10:45	文化ホール	誰でも水中運動	14:00-15:00
							体幹トレーニング	11:00-12:00		刈っこ水泳部	16:00-17:00
							ワンコイン ZUMBA	20:00-21:00		こども水泳・中級	17:00-18:00
28	土	おはなし会 15:30-16:00	絵本コーナー	アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	楽しい食器作り	13:30-15:30	陶芸工房	トビウオスイミングクラブ	9:00-12:30
							サットヨガ	19:30-20:30	文化ホール	こども・はじめて水泳 14時	14:00-15:00
										こども・はじめて水泳 15時	15:00-16:00
29	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
							ラピカ子ども将棋教室	10:00-11:30	アトリエ	一般水泳(メドレーコース)	19:00-20:00
30	月			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	ゆったりYOGA	10:00-11:00	文化ホール	トビウオスイミングクラブ	18:15-19:30
31	火			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	ゆったりエアロビクス	13:30-14:30	文化ホール	こども・はじめて水泳	16:30-17:30
							ZUMBA	19:30-20:30		こども水泳・初級	17:30-18:30

初回講習
14:00
・
19:00

初回講習
14:00
・
19:00

■水の広場について

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 初回講習会の変更について

毎日14時～と、19時～の開催で、定員はそれぞれ3名までとなります。
事前に予約が必要になります。

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

