

(1月20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		トレーニング室					
					教室	時間			教室	時間						
1	木				習字一般	太極拳	9:30-11:30	第1・2学習室								
					小・中学生習字	ピラティス	10:00-11:30	文化ホール								
							17:30-19:00	アトリエ								
							19:30-20:30	文化ホール								
2	金				健康体操	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							
								子ども水泳・中級	17:00-18:00							
3	土	ラピカカップ6年生 バスケットボール大会	刈羽中学校													
4	日	ラピカカップ6年生 バスケットボール大会	刈羽中学校		ラピカ子ども将棋教室	10:00-11:30	アトリエ									
5	月				ゆったりYOGA	10:00-11:00	文化ホール									
6	火				ゆっくりエアロビクス	13:30-14:30	文化ホール	アクアビクス	10:00-11:00							
					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	11:10-12:10							
					小・中学生習字	17:30-19:00		子ども・はじめて水泳	16:30-17:30							
					ZUMBA	19:30-20:30	文化ホール	子ども水泳・初級	17:30-18:30							
7	水				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							
					バランスコーディネーションヨガプラス	11:10-12:00		水中歩行 10時半	10:30-11:25							
					ピラティス(ビギナー)	13:30-14:30										
					小学生・習字	16:00-17:30		アトリエ	子ども水泳・中級	17:00-18:00						
					小・中学生習字	17:30-19:00										
					キッズダンス【初級】	17:00-18:00		文化ホール	子ども水泳・中級	17:00-18:00						
					ワンコイン ジュニアダンス	18:00-19:00			子ども水泳・中級	17:00-18:00						
					ステップエクササイズ	19:30-20:30			子ども水泳・中級	17:00-18:00						
									子ども水泳・中級	17:00-18:00						
					8	木					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														
男の茶の湯	19:00-21:00	茶道室														
9	金				健康体操	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							
								子ども水泳・中級	17:00-18:00							
								子ども水泳・中級	17:00-18:00							
10	土	絵本読み聞かせ 15:30-16:00	絵本コーナー		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	9:00-12:30							
					サットヨガ	19:30-20:30	第1・2学習室	子ども・はじめて水泳 14時	14:00-15:00							
								子ども・はじめて水泳 15時	15:00-16:00							
								子ども水泳・初級	16:00-17:00							
11	日	スポーツ競技者表彰式	文化ホール		茶道(裏千家流)	13:00-15:00	茶道館									
12	月				ゆったりYOGA	10:00-11:00	文化ホール									
13	火				ゆっくりエアロビクス	13:30-14:30	文化ホール	アクアビクス	10:00-11:00							
					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	11:10-12:10							
					小・中学生習字	17:30-19:00		子ども・はじめて水泳	16:30-17:30							
					ZUMBA	19:30-20:30	文化ホール	子ども水泳・初級	17:30-18:30							
14	水				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							
					バランスコーディネーションヨガプラス	11:10-12:00		水中歩行 10時半	10:30-11:25							
					ピラティス(ビギナー)	13:30-14:30										
					小学生・習字	16:00-17:30		アトリエ	子ども水泳・中級	17:00-18:00						
					小・中学生習字	17:30-19:00										
					ステップエクササイズ	19:30-20:30		文化ホール	子ども水泳・中級	17:00-18:00						
								文化ホール	子ども水泳・中級	17:00-18:00						
								文化ホール	子ども水泳・中級	17:00-18:00						
								文化ホール	子ども水泳・中級	17:00-18:00						
								文化ホール	子ども水泳・中級	17:00-18:00						
15	木				太極拳	10:00-11:30	文化ホール	一般水泳	13:30-14:30							
					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									
16	金				健康体操	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							
								子ども水泳・中級	17:00-18:00							
								子ども水泳・中級	17:00-18:00							
17	土				ワンコイン 体幹トレーニング	10:00-11:00	文化ホール	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		子ども・はじめて水泳 14時	14:00-15:00							
								子ども・はじめて水泳 15時	15:00-16:00							
								子ども水泳・初級	16:00-17:00							
18	日				ラピカ子ども将棋教室	10:00-11:30	アトリエ	一般水泳	18:00-19:00							
					手作りみそ教室	10:00-11:30	調理学習室	一般水泳(メドレーコース)	19:00-20:00							
19	月				ゆったりYOGA	10:00-11:00	文化ホール									
20	火				ゆっくりエアロビクス	13:30-14:30	文化ホール	アクアビクス	10:00-11:00							
					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	11:10-12:10							
					小・中学生習字	17:30-19:00		子ども・はじめて水泳	16:30-17:30							
					ZUMBA	19:30-20:30	文化ホール	子ども水泳・初級	17:30-18:30							
					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							
					バランスコーディネーションヨガプラス	11:10-12:00		水中歩行 10時半	10:30-11:25							
					ピラティス(ビギナー)	13:30-14:30										
					小学生・習字	16:00-17:30		アトリエ	子ども水泳・中級	17:00-18:00						
					小・中学生習字	17:30-19:00										
					キッズダンス【初級】	17:00-18:00		文化ホール	子ども水泳・中級	17:00-18:00						
ワンコイン ジュニアダンス	18:00-19:00	子ども水泳・中級	17:00-18:00													
ステップエクササイズ	19:30-20:30	子ども水泳・中級	17:00-18:00													
		子ども水泳・中級	17:00-18:00													
22	木				習字一般	9:30-11:30		第1・2学習室	一般水泳	13:30-14:30						
					男の茶の湯	19:00-21:00	茶道室									
					ピラティス	19:30-20:30	文化ホール									
23	金				健康体操	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							
								子ども水泳・中級	17:00-18:00							
								子ども水泳・中級	17:00-18:00							
24	土	ラピカバドミントン大会 絵本読み聞かせ 15:30-16:00	第2体育館 刈羽中学校 絵本コーナー		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	9:00-12:30							
								子ども・はじめて水泳 14時	14:00-15:00							
								子ども・はじめて水泳 15時	15:00-16:00							
								子ども水泳・初級	16:00-17:00							
25	日				茶道(裏千家流)	13:00-15:00	茶道館	一般水泳	18:00-19:00							
								一般水泳(メドレーコース)	19:00-20:00							
26	月				休館日											
27	火				ゆったりYOGA	10:00-11:00	文化ホール	アクアビクス	10:00-11:00							
					ゆっくりエアロビクス	13:30-14:30		ワンコイン 楽しい水泳教室	11:10-12:10							
					ZUMBA	19:30-20:30		子ども・はじめて水泳	16:30-17:30							
					踏み台運動	10:00-11:00		子ども水泳・初級	17:30-18:30							
28	水				バランスコーディネーションヨガプラス	11:10-12:00	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										
					小・中学生習字	17:30-19:00		アトリエ	子ども水泳・中級	17:00-18:00						
					キッズダンス【初級】	17:00-18:00		文化ホール	子ども水泳・中級	17:00-18:00						
					ワンコイン ジュニアダンス	18:00-19:00			子ども水泳・中級	17:00-18:00						
					ステップエクササイズ	19:30-20:30			子ども水泳・中級	17:00-18:00						
									子ども水泳・中級	17:00-18:00						
					29	木					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			
ピラティス	19:30-20:30															

アーリーナ改修工事

利用可能

利用可能