

(5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
				アリーナ	時間	○	教室	時間			教室	時間	
1	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 9:00-12:30 子ども・はじめて水泳 13時 13:00-14:00 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		
2	日	健康ウォーク	刈羽(赤田方面)	アリーナ ランニング	9:00-14:30	×	ラピカ子ども将棋教室	10:00-11:30	アトリエ		一般水泳(モデルコース) 18:30-19:30		
3	月			アリーナ ランニング	9:00-17:30 9:00-21:30	×	ゆったりYOGA	10:00-11:00	文化ホール				
4	火			アリーナ ランニング	9:00-17:30 19:30-21:30 9:00-21:30	×	ゆつくりエアロビクス 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 10:00-11:00 楽しい水泳教室 11:10-12:10 子ども・はじめて水泳 16:30-17:30 子ども水泳・初級 17:30-18:30		
5	水			アリーナ ランニング	9:00-17:30 9:00-21:30	×	ワンコイン 通替わりエクササイズ 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】 ワンコイン ジュニアダンス【中級】 ヒートザビート/ステップ	11:10-12:00 13:30-14:30 16:00-17:30 17:30-19:00 17:00-18:00 18:00-19:00 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 9:30-10:25 水中歩行 10時半 10:30-11:25 子ども・はじめて水泳 16:30-17:30 子ども水泳・初級 17:30-18:30		
6	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 チェア・ヨガ 小・中学生習字 ピラティス	9:30-11:30 10:00-11:30 13:30-14:30 17:30-19:00 19:30-20:30	第1・2学習室 文化ホール 第1・2学習室 アトリエ 文化ホール		一般水泳 13:30-14:30		
7	金			アリーナ ランニング	9:00-12:30 9:00-21:30	×	健康体操 体幹トレーニング ワンコイン リラックスヨガ	9:30-10:45 11:00-12:00 13:30-14:30	文化ホール 文化ホール 第1・2学習室		誰でも水中運動 刈っこ水泳部 14:00-15:00 16:00-17:00 子ども水泳・中級 17:00-18:00 子ども水泳・モデル 18:00-19:00		
8	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	12:00-21:30	×	笹団子 ワンコイン 体幹トレーニング 楽しい食器づくり	13:00-15:00 10:00-11:00 13:30-15:30	調理学習室 文化ホール 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 13時 13:00-14:00 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		
9	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	9:00-19:30	×	茶道(裏千家流)	13:00-15:00	茶道館		一般水泳(モデルコース) 18:30-19:30		
10	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				
11	火			アリーナ ランニング	19:00-21:30 9:00-21:30	×	ゆつくりエアロビクス 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 10:00-11:00 楽しい水泳教室 11:10-12:10 子ども・はじめて水泳 16:30-17:30 子ども水泳・初級 17:30-18:30		
12	水			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	踏み台運動 ワンコイン 通替わりエクササイズ 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】 ワンコイン ジュニアダンス【中級】 ヒートザビート/ステップ	10:00-11:00 11:10-12:00 13:30-14:30 16:00-17:30 17:30-19:00 17:00-18:00 18:00-19:00 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 9:30-10:25 水中歩行 10時半 10:30-11:25 子ども・はじめて水泳 16:30-17:30 子ども水泳・初級 17:30-18:30		
13	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 チェア・ヨガ 小・中学生習字 ピラティス	9:30-11:30 10:00-11:30 13:30-14:30 17:30-19:00 19:30-20:30	第1・2学習室 文化ホール 第1・2学習室 アトリエ 文化ホール		一般水泳 13:30-14:30		
14	金			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	健康体操 体幹トレーニング ワンコイン リラックスヨガ	9:30-10:45 11:00-12:00 13:30-14:30	文化ホール 文化ホール 第1・2学習室				
15	土			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○							
16	日			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	ラピカ子ども将棋教室	10:00-11:30	アトリエ		一般水泳(モデルコース) 18:30-19:30		
17	月			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○							
18	火			アリーナ ランニング	19:00-21:30 9:00-21:30	×	ゆつくりエアロビクス 小学生・習字 小・中学生習字	13:30-14:30 16:00-17:30 17:30-19:00	文化ホール アトリエ		子ども・はじめて水泳 16:30-17:30 子ども水泳・初級 17:30-18:30		
19	水			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	ワンコイン 通替わりエクササイズ 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】 ワンコイン ジュニアダンス【中級】	10:00-11:00 11:10-12:00 13:30-14:30 16:00-17:30 17:30-19:00 17:00-18:00 18:00-19:00	文化ホール アトリエ 文化ホール		水中歩行 9時半 9:30-10:25 水中歩行 10時半 10:30-11:25 子ども・はじめて水泳 16:30-17:30 子ども水泳・初級 17:30-18:30		
20	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		
21	金			アリーナ ランニング	18:00-21:30	×	健康体操 体幹トレーニング ワンコイン リラックスヨガ	9:30-10:45 11:00-12:00 13:30-14:30	文化ホール 文化ホール 第1・2学習室		誰でも水中運動 刈っこ水泳部 14:00-15:00 16:00-17:00 子ども水泳・中級 17:00-18:00 子ども水泳・モデル 18:00-19:00 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 13時 13:00-14:00 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		
22	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	9:00-19:30	×							
23	日			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	鳥の巣アレンジメント 茶道(裏千家流)	10:00-12:00 13:00-15:00	アトリエ 茶道館		一般水泳(モデルコース) 18:30-19:30		
24	月			休館日									
25	火			アリーナ	19:00-21:30	×	ゆったりYOGA ゆつくりエアロビクス	10:00-11:00 13:30-14:30	文化ホール				
26	水			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	健康体操 キッズダンス【初級】 ワンコイン ジュニアダンス【中級】	9:30-10:45 17:00-18:00 18:00-19:00	文化ホール				
27	木			アリーナ ランニング	18:30-21:30 9:00-21:30	×	台湾薬膳デザート作り チェア・ヨガ	10:00-12:00 13:30-14:30	調理学習室 第1・2学習室				
28	金			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	ワンコイン リラックスヨガ	13:30-14:30	第1・2学習室				
29	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		トビウオスイミングクラブ 9:00-12:30		
30	日			アリーナ ランニング	9:00-21:30	○	ラピカ子ども将棋教室	10:00-11:30	アトリエ				

利用可能

利用可能