

# 令和7年 1月 温水プール利用予定カレンダー

※状況に応じて完泳コース及びフリーコースの本数は変動する場合があります。

パロマ瑞穂スポーツパーク 宿泊研修棟 TEL: 052-836-8210

日	曜	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
1	水	休場日												
2	木	休場日												
3	金	休場日												
4	土	閉場												
5	日	閉場												
6	月	休場日												
7	火	閉場												
8	水			女性 A		スィム&ウォーク	幼児	小学生 A	一般	閉場				
9	木			女性 B				小学生 B	閉場					
10	金	閉場												
11	土	幼児 A	幼児 B	閉場										
12	日	閉場												
13	月	閉場												
14	火	閉場												
15	水			女性 A		スィム&ウォーク	幼児	小学生 A	一般	閉場				
16	木			女性 B				小学生 B	閉場					
17	金	閉場												
18	土	幼児 A	幼児 B	閉場										
19	日	閉場												
20	月	休場日												
21	火	閉場												
22	水			女性 A		スィム&ウォーク	幼児	小学生 A	一般	閉場				
23	木			女性 B				小学生 B	閉場					
24	金	閉場												
25	土	幼児 A	幼児 B	閉場										
26	日	閉場												
27	月	閉場												
28	火	閉場												
29	水			女性 A		スィム&ウォーク	幼児	小学生 A	一般	閉場				
30	木			女性 B				小学生 B	閉場					
31	金	閉場												

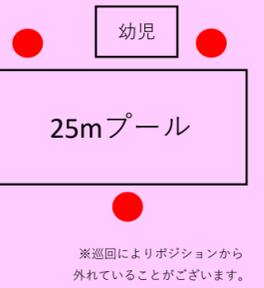
通常A (教室日以外)	フリー	通常B (教室日)	フリー	女性A・B/スィム&ウォーク	フリー	小学生A・B	フリー
5	フリー	フリー	フリー	フリー	フリー	教室	教室
4	←完泳コース←	歩行コース	フリーコース	フリーコース	フリーコース	完泳コース	完泳コース
3	→完泳コース→	←完泳コース←	完泳コース	完泳コース	完泳コース	教室	教室
2	フリーコース	→完泳コース→	教室	教室	教室	教室	教室
1	歩行コース	←完泳コース←	フリーコース	フリーコース	フリーコース	教室	教室

※コースロープで分かれている時がございます。

※幼児B…10:40~11:40

幼児	教室	幼児A・B	フリー	教室
5	教室	フリー	教室	教室
4	歩行コース	歩行コース	歩行コース	歩行コース
3	←完泳コース←	←完泳コース←	←完泳コース←	←完泳コース←
2	→完泳コース→	→完泳コース→	→完泳コース→	→完泳コース→
1	フリーコース	フリーコース	フリーコース	フリーコース

監視ポジションについて



## ワンポイントアドバイス スケジュール

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
			休場日	休場日	休場日	—
5	6	7	8	9	10	11
—	休場日	午後	—	—	午前	—
12	13	14	15	16	17	18
—	午前	午後	—	—	—	—
19	20	21	22	23	24	25
—	休場日	午後	—	—	夜間	—
26	27	28	29	30	31	
—	—	午後	—	—	夜間	

午前： 9時～12時  
午後： 13時～16時  
夜間： 17時～20時

<ワンポイントアドバイスについて>  
月/火/金を中心に月8回程、実施。

ウォーキングの効果や泳ぎ方のアドバイスなど、お聞きしたいことをぜひ、聞いて下さい！