



Clases de natación de sep.-oct. en la piscina de Marshall

La inscripción abre a las 7:00 a. m. el 19 de ago. para los residentes de Vancouver y el 20 de ago. para todos los demás.

Nivel	Días	Hora	Inicio	Fin	Código de barras
Padres e hijos	Lun.	5:40 p. m.	9/14	10/19	33825
Padres e hijos	Vier.	5:40 p. m.	9/11	10/23	33864
Padres e hijos	Sáb.	8:30 a. m.	9/12	10/24	33867
Prenivel 1	Lun.	5:40 p. m.	9/14	10/19	33826
Prenivel 1	Mar.	4:30 p. m.	9/8	10/20	33828
Prenivel 1	Miérc.	5:40 p. m.	9/9	10/21	33843
Prenivel 1	Juev.	4:30 p. m.	9/10	10/22	33846
Prenivel 1	Vier.	4:30 p. m.	9/11	10/23	33858
Prenivel 1	Vier.	5:05 p. m.	9/11	10/23	33861
Prenivel 2	Lun.	5:05 p. m.	9/14	10/19	33822
Prenivel 2	Mar.	5:05 p. m.	9/8	10/20	33831
Prenivel 2	Miérc.	5:05 p. m.	9/9	10/21	33840
Prenivel 2	Juev.	5:05 p. m.	9/10	10/22	33849
Prenivel 2	Sáb.	9:40 a. m.	9/12	10/24	33872
Prenivel 3	Lun.	4:30 p. m.	9/14	10/19	33819
Prenivel 3	Mar.	5:40 p. m.	9/8	10/20	33834
Prenivel 3	Miérc.	4:30 p. m.	9/9	10/21	33837
Prenivel 3	Juev.	5:40 p. m.	9/10	10/22	33852
Prenivel 3	Sáb.	10:15 a. m.	9/12	10/24	33874
Nivel 1	Mar.	4:30 p. m.	9/8	10/20	33829
Nivel 1	Miérc.	4:30 p. m.	9/9	10/21	33838
Nivel 1	Juev.	4:30 p. m.	9/10	10/22	33847
Nivel 1	Vier.	4:30 p. m.	9/11	10/23	33859
Nivel 1	Vier.	5:05 p. m.	9/11	10/23	33862
Nivel 1	Sáb.	9:05 a. m.	9/12	10/24	33869
Nivel 2	Lun.	5:40 p. m.	9/14	10/19	33827
Nivel 2	Mar.	5:05 p. m.	9/8	10/20	33832
Nivel 2	Miérc.	5:40 p. m.	9/9	10/21	33844
Nivel 2	Juev.	5:05 p. m.	9/10	10/22	33850

Nivel	Días	Hora	Inicio	Fin	Código de barras
Nivel 3	Lun.	5:05 p. m.	9/14	10/19	33823
Nivel 3	Mar.	5:40 p. m.	9/8	10/20	33835
Nivel 3	Miérc.	5:05 p. m.	9/9	10/21	33841
Nivel 3	Juev.	5:40 p. m.	9/10	10/22	33853
Nivel 3	Vier.	4:30 p. m.	9/11	10/23	33860
Nivel 4	Lun.	4:30 p. m.	9/14	10/19	33820
Nivel 4	Mar.	4:30 p. m.	9/8	10/20	33830
Nivel 4	Miérc.	4:30 p. m.	9/9	10/21	33839
Nivel 4	Juev.	4:30 p. m.	9/10	10/22	33848
Nivel 4	Vier.	5:05 p. m.	9/11	10/23	33863
Nivel 5	Mar.	5:05 p. m.	9/8	10/20	33833
Nivel 5	Juev.	5:05 p. m.	9/10	10/22	33851
Nivel 5	Vier.	5:40 p. m.	9/11	10/23	33866
Nivel 5	Sáb.	10:15 a. m.	9/12	10/24	33875
Nivel 6	Lun.	4:30 p. m.	9/14	10/19	33821
Nivel 6	Mar.	5:40 p. m.	9/8	10/20	33836
Nivel 6	Juev.	5:40 p. m.	9/10	10/22	33854
Nivel 6	Sáb.	9:40 a. m.	9/12	10/24	33873
Adultos principiantes	Miérc.	5:40 p. m.	9/9	10/21	33845
Adultos principiantes	Vier.	5:40 p. m.	9/11	10/23	33911
Adultos principiantes	Sáb.	9:05 a. m.	9/12	10/24	33870
Perfecc. De estilos	Sáb.	8:30 a. m.	9/12	10/24	33868
Clases privadas	Lun.	5:05 p. m.	9/14	10/19	33824
Clases privadas	Miérc.	5:05 p. m.	9/9	10/21	33842

Información de las clases de natación

Cada clase dura 30 minutos. La temperatura promedio de la piscina de Marshall es de 84-86 °F.

6 clases en grupo: \$79/\$103

6 clases privadas: \$279/\$367

7 clases en grupo: \$92/\$120

7 clases privadas: \$326/\$428

CLASES DE NATACIÓN EN GRUPO PARA JÓVENES

Padres e hijos

Edades de 6 meses-3 años

Incluye orientación en el agua para niños de 6 meses a 3 años con uno de los padres. Ayudará a su hijo con las destrezas básicas de natación y seguridad. Los niños que todavía no han aprendido a ir al baño deben usar un pañal con elástico.

Prenivel 1 | Edades de 3-5 años

Es el nivel inicial para niños de 3-5 años. Los estudiantes se adaptarán y aprenderán a sentirse cómodos poniendo la cara en el agua.

Prenivel 2 | Edades de 3-5 años

Para niños que han completado el prenivel 1 o que se sienten cómodos poniendo la cara bajo el agua. Los estudiantes progresarán a nadar de espaldas y boca abajo de manera independiente y girar de lado a lado.

Prenivel 3 | Edades de 3-5 años

Para niños que han completado el prenivel 2 o son capaces de nadar de espaldas y boca abajo de manera independiente. Los estudiantes progresarán moviéndose por el agua con brazadas y patadas en preparación para la respiración lateral. Los estudiantes pasan al nivel 3 sin importar la edad; la inscripción para el nivel 3 debe hacerse en persona o por teléfono para hacer una excepción al requisito de edad.

Nivel 1 | Edades de 6-12 años

Es el nivel inicial para personas de 6 años en adelante. Los estudiantes aprenderán a sentirse cómodos en el agua y avanzarán hasta girar y nadar boca abajo y boca arriba de manera independiente.

Nivel 2 | Edades de 6-12 años

Para niños que han completado el nivel 1 o que son capaces de nadar cómodamente boca abajo y de espaldas sin ayuda del instructor. Los estudiantes progresarán hasta coordinar los movimientos de brazos y piernas de manera independiente, con la cara en el agua.

Nivel 3 | Edades de 6-12 años

Para niños que hayan completado el nivel 2 o que pueden nadar por sí solos el estilo crol y el deslizamiento sobre la espalda. Los estudiantes progresarán a nadar 25 yardas de crol con respiración lateral y 25 yardas de dorso elemental sin la ayuda del instructor.

Nivel 4 | 6-12 años

Para niños que han completado el nivel 3 o que son capaces de nadar 25 yardas de estilo crol con respiración lateral y 25 yardas de dorso elemental. Los estudiantes perfeccionarán sus destrezas en estilo crol y espalda elemental, y aprenderán el estilo pecho.

Nivel 5 | 6-14 años

Para niños que han pasado el nivel 4 o que son capaces de nadar 25 yardas de estilo crol y espalda elemental. Los estudiantes progresarán a nadar 50 yardas de estilo crol y dorso elemental, y 25 yardas de espalda y estilo pecho.

Nivel 6 | 6-14 años

Para niños que han pasado el nivel 5 o que son capaces de nadar 50 yardas de estilo crol y

dorso elemental, y 25 yardas de estilo pecho y espalda. Los estudiantes perfeccionarán los 6 estilos de natación, aprenderán técnicas de fitness, completarán un recorrido de 500 yardas y permanecerán 5 minutos flotando en posición vertical.

CLASES DE NATACIÓN EN GRUPO PARA ADULTOS

Adultos principiantes | Mayores de 13 años

Destrezas básicas de natación y seguridad para adultos principiantes. Pasan al nivel intermedio de adultos.

Perfeccionamiento de estilos de natación para adultos Mayores de 13 años

Mejore la eficiencia en el estilo de natación. Practique natación de larga distancia, perfeccione los estilos de natación y aumente su resistencia.

CLASES PRIVADAS DE NATACIÓN

Clases privadas | Mayores de 3 años

Cada sesión incluye clases de 30 minutos en las que un instructor de natación imparte enseñanza individual en el agua. Los instructores que imparten las clases tienen la certificación de Instructores de seguridad acuática (WSI) de la Cruz Roja.

Becas para actividades recreativas

Hay becas disponibles que cubren el 50 % del costo de las clases y actividades para residentes elegibles de Vancouver.

Para obtener más información y enviar una solicitud, visite cityofvancouver.us/scholarship.