



VENTURA  
AQUATIC CENTER

**22 de agosto 2011 a enero 2012**

901 S. Kimball Rd. 805.654.7511

[www.cityofventura.net/aquatics](http://www.cityofventura.net/aquatics)

#### PRECIO DE ENTRADA SOLA

**Para nadar libre, nadar en carriles (lap) y polo acuático:**

2 años y bajo	gratis
3-9 años y edad 62+	\$3
10-61 años	\$5

#### PASES DE CHAPOTEO

**Para nadar libre, nadar en carriles (lap) y polo acuático:**

**10 entradas:**

Edad 3-9 y 62+ - \$20    Edades 10-61 - \$40

**25 entradas:**

Ages 3-9 y 62+ - \$40    Edades 10-61 - \$80

#### NADAR EN CARRILES

*(No es válido para horas de nadar libre)*

**16 years+**

\$40/mes, \$145/4 meses

\$375/año *(no extensiones por días cerrados)*

#### Para EJERCICIOS ACUÁTICOS

5 visitas - \$30	10 visitas - \$50
20 visitas - \$90	por visita - \$7

\* Una cuota de \$5 aplica a todos pases de chapoteo para no-residentes.

Una cuota de \$5 le será cargado a reemplazar tarjetas perdidas.

*Horario sujeto a cambios sin previo aviso. Para clases, verifique en las páginas acuáticas*

#### LA PISCINA RECREATIVA

incluye la piscina recreativa de 25-metros, piscina de los niños y toboganes acuáticos

Programas	Días	Horario	Fechas
Nadar en carriles (lap)	Ma/J	6:15-7:15 am	8/23-9/29
Nado Libre	Sa/D	12-3:30 pm	8/27-10/30
Nado libre de otoño	Ma/J/V	12-3:30 pm	10/25-10/28
Ejercicios acuáticos	L/Mi/V	9-10 am	8/22-1/20
	Ma/J	6:30-7:30 pm	8/23-1/19
	Sa/D	9-10 am	8/27-1/22

#### LA PISCINA DE COMPETENCIAS

piscina de 50 metros con dos 1-metro y dos 3-metros tableros de salto

Programas	Días	Horario	Fechas
Nadar en carriles (lap)	L-V	7:15 am-1:30 pm	8/22-1/20
	Ma/Mi/V	3:30-7:30 pm	8/22-1/20
	Ma/J	4:30-7:30 pm	8/23-1/19
	Sa	12-3:30 pm	8/27-1/21
	D	9 am-1 pm	8/28-1/22
Polo Acuático	Sa	12-2 pm	8/27-1/21
	D	9:30-11:30 am	8/28-1/22

#### PISCINAS CERRADAS Y HORARIO PARA DÍAS FESTIVOS

24 de septiembre .....	piscina de competencia abierto a 1:30 pm
7 y 8 de octubre.....	piscina de competencia cerrada
5 y 6 de noviembre.....	piscina de competencia cerrada
24 de noviembre .....	facilidad cerrada
24 de diciembre-1 de enero .....	facilidad cerrada

**ESCANEAR Y REGISTRAR AHORA!**



**UTILIZAR SU TELÉFONO INTELIGENTE**

- 1) DESCARGAR su app de QR gratis
- 2) ESCANEAR este código QR
- 3) ACCEDER My Account para registrar por todas las classes

## ¡Fiestas a la Piscina!



**¡Hacer huésped el Centro Acuático para su próximo evento especial!**

Cumpleaños  
Equipos de deportes  
Reuniones  
Fiestas al Fin del Año Escolar  
Excursiones

Llame al 654-7511 para más información.  
[www.cityofventura.net/aquatics](http://www.cityofventura.net/aquatics)



# HORARIO DE Lecciones de natación

¡El aprendizaje nadar es una habilidad salvavidas!

Poliza de Reembolso -un recargo de \$10 se aplica para la cancelación de clases realizada antes de la reunión de segunda clase. No habrá reembolso después.

## PARA ELEGIR SU SESIÓN

- 1) Seleccionar el nivel según las descripciones.
- 2) Elegir las fechas y el horario de sesión del gráfica y encuentre el código de 5 dígitos de la clase.
- 3) Regístrese en línea en [www.cityofventura.net](http://www.cityofventura.net) por eRecreation o llame al 658-4726 L-V 8-5.



Photo: Jacob Foko

## La Cruz Roja Americana Lecciones de Natación--Descripciones de niveles

Por favor, recuerde que todos los nadadores deben llevar ropa apropiado de nadar-no se permite la ropa de calle. Determine el nivel adecuado para su hijo antes de registrarse, es crucial. No siempre es posible transferir a los niños incorrectamente puestos de un nivel a otro una vez que la clase comienza. Lea cuidadosamente las siguientes descripciones o llame al 654.7511 para asistencia a seleccionar lo que es el nivel apropiado para su hijo, o para programar una evaluación de nivel.

### Padres e Hijos P&C (\*6 meses a 3 años)

Un adulto debe acompañar a los niños en el agua. Los padres recibirán instrucción guiada sobre maneras de ayudar a su hijo a sentirse cómodo en el agua, haciendo hincapié en la seguridad y técnicas de relajación. Niños que aún no están entrenados usar el inodoro deben usar pañales de nadar. Ver la clase "ToddlerTime" para una alternativa en las páginas acuáticas. \*Recomendamos de 1-3 años.

### Preescolar (Pre) (3-4 años)

Recomendamos: al menos una sesión de PeH. Introducción al agua sin los padres. Hacer burbujas, contención de la respiración, patadas, flotantes, brazadas y, posiblemente, va bajo el agua. Hace hincapié en el ajuste de agua, seguridad y diversión.

### Nivel 1 (4-5 años +)

Para niños de nuevo a clases de natación o con el temor de agua, esta clase se centra en el ajuste de agua, soplar burbujas, flotar con la asistencia flotantes y acción de piernas y brazos.

### Nivel 2 (4 años +)

Para niños que no tienen miedo al agua, pero no puede nadar de forma independiente. La clase se centra en la recuperación de objetos bajo el agua, flotando sobre la espalda / frente sin ayuda, la respiración, la introducción de estilo libre y espalda.

### Nivel 3 (6 años +)

El niño debe ser capaz de nadar de estilo libre, al menos 10 metros sin ayuda y se siente cómodo en aguas profundas para inscribirse. La clase se centra en la coordinación de estilo libre y espalda, respiración apropiado, nadar distancias de hasta 15 metros, y comenzando habilidades de buceo.

### Nivel 4 (7 años +)

El niño debe ser capaz de nadar 20 metros de estilo libre sin dejar y ser cómodo en aguas profundas para inscribirse. La clase introduce los estilos de braza y mariposa, refina la técnica de estilo libre y espalda, trabaja en las habilidades de buceo y aumenta la resistencia en natación.

### Nivel 5 (7 años +)

El niño debe ser capaz de nadar de estilo libre con respiración al lado por lo menos 50 metros sin detenerse. Clase refina los técnicas de cuatro estilos competitivos, introduce natación de estilo costado y buceo en la superficie. Ver el clase de "Competitive Stroke" para opciones alternativas en las páginas acuáticas.

### Lecciones Privadas de Natación (3 años-adulto)

Instructores certificados trabajan de uno-a-uno con usted o su hijo hacia las metas específicas de natación dirigidas a nivel de habilidad individual y la edad.

### Lecciones de Natación en Adaptación (7-14 años)

Apoyamos la inclusión: participantes están invitados a inscribirse para todas las lecciones que ofrecemos. Las lecciones de adaptación ajustan alumnos por profesor para trabajar con los participantes en su nivel de capacidad y la edad en las metas personales. Por favor háganos saber de las necesidades especiales de dos semanas antes del inicio de clases en 654-7512.

### LECCIONES EN GRUPO L/Mi/V \$35 6 lecciones

NIVEL	8/22-9/2	9/12-9/23	9/26-10/7	10/10-10/21
<b>HORA: 4:30-5 pm</b>				
Pre	29931	29883	29884	29885
1	30016	30010	30011	30017
2	30032	30033	30034	30035
3	30078	30079	30080	30081
4	30133	30138	30127	30110
<b>HORA: 5:05-5:35 pm</b>				
P&C	29959	29971	29960	29961
Pre	29886	29887	29888	29889
1	30001	30002	30003	30018
2	30036	30037	30038	30039
3	30082	30083	30084	30085
<b>HORA: 5:40-6:10 pm</b>				
Pre	29925	29926	29927	29932
1	30012	30013	30014	30015
2	30040	30041	30042	30043
3	30086	30087	30089	30088

### LECCIONES Ma/J \$25 Grupo o \$100 Privada 4 lecciones

NIVEL	8/23-9/1	9/13-9/22	9/27-10/6	10/11-10/20
<b>HORA: 4:30-5 pm</b>				
Privada	29952	29951	29953	29954
<b>HORA: 5:05-5:35 pm</b>				
P&C	29969	29962	29970	29963
Pre	29890	29891	29892	29893
2	30052	30053	30054	30055
3	30090	30091	30105	30092
<b>HORA: 5:40-6:10 pm</b>				
1	29973	29996	29974	29992
2	30056	30064	30057	30058
3	30094	30106	30095	30096
4	30134	30135	30136	30137

### LECCIONES LOS SÁBADOS \$30 3 lecciones

NIVEL	9/10-9/24	10/1-10/15	10/22-11/5	11/12-12/3
(no hay clase 11/26)				
<b>HORA: 10-10:40 am</b>				
Pre	29103	29933	29934	29936
1	29150	30004	30005	30006
2	29148	30047	30048	30049
3	29275	30098	30099	30100
4	29311	x	x	x
<b>HORA: 10:45-11:25 am</b>				
P&C	29236	29966	29967	29972
1	29155	30007	30008	30009
2	29204	30044	30060	30045
4	29332	30128	30125	30126
5	29357	x	x	x