

Horarios para clases de natación— marzo/abril 2025

La inscripción empieza a las 7:00 a. m. el miércoles 19 de febrero para los residentes y a las 7:00 a. m. el jueves 20 de febrero para los no residentes.

Firstenburg Pool 700 NE 136th Ave. | 360-487-7001
Temperatura promedio de la piscina: 86-87 °F (6 lecciones por sesión, 30 min)

Marshall Pool 1009 E. McLoughlin Blvd. | 360-487-7100
Temperatura promedio de la piscina: 84-86 °F (6 lecciones por sesión, 30 min)

	Lunes, 3 de marzo—7 de abril				Miércoles, 5 de marzo—9 de abril			
Niveles	9:30 a. m.	10:05 a. m.	10:40 a. m.	11:15 a. m.	9:30 a. m.	10:05 a. m.	10:40 a. m.	11:15 a. m.
Padre/madre e hijos				29659				29874
Prenivel 1	29661				29858			
Prenivel 2		29663						
Prenivel 3								
Nivel 1			29650			29865		
Nivel 2							29652	
Nivel 3								

	Martes, 4 de marzo—8 de abril				Jueves, 6 de marzo—10 de abril			
Niveles	9:30 a. m.	10:05 a. m.	10:40 a. m.	11:15 a. m.	9:30 a. m.	10:05 a. m.	10:40 a. m.	11:15 a. m.
Padre/madre e hijos				29895				
Prenivel 1	29662							29896
Prenivel 2		29664						
Prenivel 3			29666					
Nivel 1					29885			
Nivel 2						29653		
Nivel 3							29655	

	Martes, 4 de marzo—8 de abril				Jueves, 6 de marzo—10 de abril			
Niveles	4:00 p. m.	4:35 p. m.	5:10 p. m.	5:45 p. m.	4:00 p. m.	4:35 p. m.	5:10 p. m.	5:45 p. m.
Padre/madre e hijos			29875			29876		
Prenivel 1	29859		29860	29861	29862			29863
Prenivel 2	29878			29879	29880			
Prenivel 3				29665	29881			
Nivel 1	29866		29867			29868	29869	
Nivel 2		29870				29871	29872	29873
Nivel 3		29654					29877	
Nivel 4								
Nivel 5								
Nivel 6								
Principiantes adultos								
Mejora de estilos para adultos		29648						29864

	Lunes, 3 de marzo—7 de abril				Miércoles, 5 de marzo—9 de abril			
Niveles	4:00 p. m.	4:35 p. m.	5:10 p. m.	5:45 p. m.	4:00 p. m.	4:35 p. m.	5:10 p. m.	5:45 p. m.
Padre/madre e hijos			29660				29894	
Prenivel 1			29897		29898			
Prenivel 2		29899			29900			
Prenivel 3			29901		29902			
Nivel 1	29651		29882			29883		29884
Nivel 2	29886			29887		29888		29889
Nivel 3	29890					29891	29892	
Nivel 4				29656				29893
Nivel 5							29657	
Nivel 6				29658				
Principiantes adultos								
Mejora de estilos para adultos			29649					

Tarifa de clases grupales: 6 clases \$72/\$96

CLASES DE NATACIÓN JUVENILES

Los estudiantes pasan al siguiente nivel o clase, a menos que se indique lo contrario.

Padre/madre e hijos | 6 meses-3 años

Incluye orientación en el agua para niños de 6 meses a 3 años junto a un padre/madre. Ayudará a su hijo con habilidades básicas de natación y seguridad. Los niños que no estén capacitados para el uso del baño deben usar un pañal elástico.

Prenivel 1 | 3-5 años

Punto de partida para niños de 3-5 años. Los estudiantes se adaptarán y se sentirán cómodos poniendo la cara en el agua.

Prenivel 2 | 3-5 años

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

Prenivel 3 | 3-5 años

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

Nivel 1 | 6-12 años

Punto de partida para niños de 6 años. Los estudiantes se sentirán cómodos en el agua y progresarán hasta girar y nadar de frente y de espaldas de forma independiente.

Nivel 2 | 6-12 años

Para niños que han completado el nivel 1 o que son capaces de nadar cómodamente de frente y de espaldas sin ayuda del instructor. Los estudiantes progresarán a usar acción combinada de brazos y piernas de forma independiente, con la cara en el agua.

Nivel 3 | 6-12 años

Para niños que han completado el nivel 2 o que son capaces de nadar estilo libre y deslizarse de espaldas de forma independiente. Los estudiantes progresarán a nadar 25 yardas de estilo libre con respiración lateral y 25 yardas de espalda 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 libre con respiración lateral y 25 yardas de espalda elemental. Los estudiantes perfeccionarán sus habilidades en estilo libre y espalda elemental, y aprenderán la brazada.

Nivel 5 | 6-14 años

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

Nivel 6 | 6-14 años

Para niños que han pasado el nivel 5 o que son capaces de nadar 50 yardas de estilo libre y espalda elemental, y 25 yardas de brazada y espalda. Los estudiantes perfeccionarán los seis estilos, aprenderán habilidades de acondicionamiento, completarán una natación de 500 yardas y cinco minutos de flotación. El nivel 6 se puede repetir para seguir mejorando las habilidades y la resistencia.

CLASES DE NATACIÓN PARA ADULTOS

Adultos principiantes | Mayores de 13 años

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

Adultos intermedio | Mayores de 13 años

Orientación continua en el agua. Empiezan a nadar distancias más largas con una introducción al estilo braza y al trabajo de resistencia. Pasan al nivel de mejora de estilo para adultos.

Mejora de estilo para adultos | Mayores de 13 años

Mejorar la eficiencia en el estilo. Trabajar en natación de larga distancia, refinamiento del estilo y resistencia.

Clases particulares | Mayores de 3 años

Las clases particulares dan instrucción individual. Las clases se adaptan a los objetivos del estudiante.

NOVEDADES EN 2025: VERIFICACIÓN DE RESIDENCIA

Los beneficios para residentes de Vancouver se dan automáticamente según la información de contacto en su cuenta gratuita de ActiveNetwork.

Para verificar su dirección en una cuenta existente o abrir una nueva cuenta, diríjase a la recepción de servicio al cliente o cityofvancouver.us/recreation-fees



VISITE cityofvancouver.us/SwimLessons