

Bienvenido a el programa de la natación del YMCA de Austin / Centro Comunitario Norte de Austin. Nuestros instructores están listos y ansiosos para empezar nuestra nueva sesión! Por favor tómese el tiempo para leer la siguiente información para que se familiarice con nuestro programa y las políticas.

### **Información general**

El propósito del Programa de natación del YMCA es el desarrollo de la competencia en la natación, junto con la confianza en y alrededor del agua. Un participante se hace avanzar al siguiente nivel sólo cuando él o ella con soltura y con seguridad puede realizar las habilidades en el nivel actual. Esperamos que los participantes puedan aprender y progresar a su propio ritmo. Por lo tanto, no se desanime si usted o su hijo no completa todas las habilidades dentro de su nivel durante una sesión. Queremos que cada participante se sienta cómodo al 100% en su nivel actual antes de avanzar a la siguiente. Al final de cada sesión, el instructor proporcionará un informe de progreso que le permite saber qué clase / nivel para inscribirse el próximo mes.

### **Niveles y objetivos del programa:**

En la lección de la natación del YMCA los participantes del programa se les enseñan habilidades no sólo natación, sino también habilidades que les permitirán disfrutar de actividades acuáticas durante toda su vida.

Estos incluyen la seguridad personal, habilidades de supervivencia, técnicas de rescate, deportes acuáticos y juegos. Ofrecemos clases de nivel preescolar para niños entre las edades de 3-5, clases de nivel en edad escolar para niños de 6-13 años de edad, clases para adultos y la liga de natación.

### **Preparar**

Con el fin de ayudar a usted o su hijo obtener beneficios completos de la clase, nos permite ofrecer algunos consejos útiles:

1. Antes de la lección de su hijo, recordarles ir al baño y tomar una ducha. Si su niño no es capaz de usar el baño solo, un padre debe permanecer en la cubierta de la piscina durante las clases para llevar al niño al baño cuando sea necesario.
2. Si su hijo/a usa pañales - , deben tener un pañal de natación. Si usted no tiene uno, por favor deje saber a su instructor y proporcionarán una.
3. Antes de la clase, planificar un lugar de encuentro para usted y su hijo . Preferimos por las puertas de los vestidores.
4. Si los niños son menores de 10 años de edad, los padres tendrán que venir a la YMCA con ellos para dejarlos y recogerlos. Esto garantiza la seguridad de su hijo antes y después de la clase.
5. Encuéntrense en el piso alrededor de la piscina y estén listos para las clases de natación no más de diez minutos antes de que comience la lección. Si va a salir de la área de la piscina durante la lección por favor devolver inmediatamente al final de la lección para recoger a su hijo/a.
6. Por favor, no permita que su niño este en la piscina antes de que comience su lección. Esta es una distracción para las lecciones que ya se están realizando. Si hay disponibilidad de natación abierta

después de la lección de su hijo, pero él / ella no puede nadar, un padre debe estar en la piscina alcance de la mano del niño.

7. Por favor, asegúrese de atar el cabello de su hijo para evitar que este en su cara durante las clases.

8. Los padres en o cerca de la piscina pueden ser una distracción y pueden inhibir la capacidad de aprendizaje, no sólo de sus hijos, pero los otros niños de la clase. Los padres deben encontrar un asiento en la pared en la zona de la piscina o en uno de los bancos. Los padres también son bienvenidos para acceder a otras partes de la instalación durante la clase de natación, siempre y cuando el instructor sepa dónde el padre estará en caso que sea necesario.

9. No se podrá compensar un día si su hijo tiene que faltar una lección por razones personales (enfermedad, fuera de la ciudad, la escuela, etc.). Si tiene preguntas o situaciones individuales, por favor hable con el Director Acuático y se pueden hacer excepciones en una base de caso por caso.

10. Un Traje de baño apropiado se debe usar durante las clases. Esto incluye shorts de natación para hombres / niños y un traje de baño con revestimiento para mujeres / niñas. Camisetas de algodón y ropa de calle no están permitidas en las piscinas o jacuzzi. Si tiene que usar una camisa, por favor use una camisa de natación, como un guardia de erupción, que está diseñado específicamente para el agua.

### **Salud y Seguridad**

Para garantizar una experiencia gratificante para usted o su hijo, es útil que el instructor sea consciente de desventajas físicas o médicas. Los participantes con infecciones, como el estreptococo, la varicela, o conjuntivitis no pueden entrar en la piscina. Por favor, no llevar a su hijo a lección si están enfermos, tiene fiebre, vómitos, tienen o han tenido diarrea en las últimas 24 horas. No se permitirá a los participantes con heridas abiertas en el agua.

### **Comunicaciones**

Si hay dudas acerca de su clase de natación, por favor hable con el instructor primero. Si hay un tema que usted siente que no puede discutir o resolver con el instructor, no dude en ponerse en contacto con el Director Acuático. Gracias por tomarse el tiempo de leer esta información. Si usted tiene alguna pregunta o inquietud, no dude en ponerse en contacto con su instructor de natación o el Director Acuático. Gracias por elegir el YMCA de Austin / Centro Comunitario de Austin Norte como su proveedor de clases de natación!