

2011 FOLLETO DIVISIÓN ACUÁTICA

OFICINA DE ACUÁTICOS
400 DEEP EDDY AVENUE
AUSTIN, TX 78703

TELÉFONO: 512-974-9333

FAX: 512-974-9344

HORAS DE OPERACIÓN: LUNES A VIERNES DE 8:00 AM A 5:00 PM

CORREO ELECTRÓNICO: AQUATICSOFFICE@CI.AUSTIN.TX.US

PÁGINA EN EL INTERNET: WWW.CITYOFAUSTIN.ORG/PARKS

PERSONAS CON DISCAPACIDADES: LA CIUDAD DE AUSTIN SE MANTIENE DENTRO DEL ACTO PARA AMERICANOS CON DESHABILIDADES. SI USTED REQUIERE AYUDA ESPECIAL PARA PARTICIPAR EN NUESTROS PROGRAMAS O PARA EL USO DE NUESTRAS INSTALACIONES, POR FAVOR LLAME AL (512) 974-9332.



2011 Season General Information

Misión del Departamento de Parques y Recreación

El objetivo del Departamento de Parques y Recreación es el de proveer, proteger y preservar un sistema de parques que promuevan actividades recreativas de buena calidad así mismo como experiencias al aire libre y culturales para la comunidad de Austin.

Indice

Misión del Departamento de Parques y Recreación	1
Personal del departamento acuático	1
Información de instalaciones	1
Información sobre los programas	2
Información para el registro de clases	3
Seguridad acuática	4
Descripciones de las clases	4 - 6
Información sobre la clase de técnica de braceo sur	7
Programa de equipo de natación	7
Sesión de Primavera	8
Sesión 1	8
Sesión 2	9
Sesión 3	10
Sesión 4	11
Sesión 5	12
Sesión 6	13
Sesión 7	13
Oportunidades del programa departamentales	13
Forma de inscripción	14

Personal del departamento acuático

Gerente del Departamento: Tom Nelson
Phone: (512) 974-9337
Email: tom.nelson@ci.austin.tx.us

Gerente de programas acuáticos: Jodi Jay
Phone: (512) 974-9336
Email: jodi.jay@ci.austin.tx.us

Supervisor de Acuáticos: Pedro Patlan, Jr.
Phone: (512) 974-9334
Email: pedro.patlan@ci.austin.tx.us

Supervisora de mantenimiento acuático: Erica Molacek
Phone: (512) 974-9338
Email: erica.molacek@ci.austin.tx.us

Programas de instrucción: Donita Grinde-Houtman
Phone: (512) 974-9343
Email: donita.grinde-houtman@ci.austin.tx.us

Alberca Barton Springs: Wayne Simmons
Phone: (512) 974-9326
Email: wayne.simmons@ci.austin.tx.us

Albercas Públicas: Paul Slutes
Phone: (512) 974-9341
Email: paul.slutes@ci.austin.tx.us

Información sobre nuestras instalaciones

Llame al 974-9332 para obtener una lista completa de todas nuestras albercas y horario de operaciones visite nuestra página en el internet: www.ci.austin.tx.us/parks/aquatics.htm

Para las personas que tienen problemas auditivos puede utilizar la línea especial TDD# 407-3250.

Alberca	Dirección	Ubicación	Teléfono
Balcones Neighborhood	12017 Amherst Dr.	Norte	821-2053
Brentwood Neighborhood	6710 Arroyo Seca St.	Norte	453-1725
Canyon Vista Neighborhood	8455 Spicewood Spr. Rd.	Norte	996-8038
Deep Eddy Municipal	401 Deep Eddy Dr.	Central	472-8546
Dick Nichols Neighborhood	8011 Beckett	Sur	899-0348
Dittmar Neighborhood	1009 W. Dittmar Rd.	Sur	693-4698
Dove Springs Neighborhood	5701 Ainez Dr.	Este	444-6136
Garrison Municipal	6001 Manchaca Rd.	Sur	442-4048
Gillis Neighborhood	2504 Durwood	Sur	693-2974
Givens Neighborhood	3811 E. 12th. St.	Este	928-2657
Kennemer Neighborhood	1032 Peyton Gin Rd.	Norte	821-2454
Mabel Davis Neighborhood	3427 Parker Ln.	Este	441-5247
Martin Neighborhood	1626 Nash Hernandez Sr. Rd.	Este	469-0948
Metz Neighborhood	2407 Canterbury	Este	499-0747
Montopolis Neighborhood	1200 Montopolis Dr.	Este	389-6022
Murchison Neighborhood	3700 North Hills Dr.	Norte	241-0618
Northwest Municipal	7000 Ardath	Norte	453-0194
Parque Zaragosa Neighborhood	800 Pedernales St.	Este	320-0160
Ramsey Neighborhood	4201 Burnet Rd.	Central	380-9131
Rosewood Neighborhood	1182 Pleasant Valley Dr.	Este	473-8469
Walnut Creek Municipal	12138 N. Lamar	Norte	834-0824
West Enfield Neighborhood	2000 Enfield Rd.	Central	542-9176

Modificaciones o errores en éste folleto: Debido a la gran cantidad de información en el departamento acuático, errores y cambios antes y después de la impresión pueden suceder. De antemano nos disculpamos por cualquier error publicado y trataremos tan pronto y sea posible de corregirlos. Muchas gracias por su paciencia y por entender que de vez en cuando ésto puede suceder.

WWW.CITYOFAUSTIN.ORG/PARKS

Información sobre el Programa

Programa de clases de natación: La ciudad sigue las instrucciones de seguridad acuáticas establecidas por la Cruz Roja Americana en todos los niveles de enseñanza. Las clases de natación desde pequeños hasta adultos son ofrecidas en 22 diversas instalaciones a lo largo de la ciudad de Austin. Cada clase está estructurada de acuerdo a la edad de cada grupo y de acuerdo a un programa de avance lógico. **Las clases se llevarán a cabo de Lunes a Jueves con duración de dos semanas y cada clase se conduce en sesiones de 30 o 40 minutos.**

Costo: \$55.00 (8 clases por curso)

Pre-Requisitos para la inscripción: El pre-requisito para comenzar los diferentes niveles es que se haya tomado el nivel anterior. La edad de los niños es otro factor limitante para registrarse.

Instructores: La mayoría de las clases son enseñadas por instructores de seguridad certificados por la Cruz Roja Americana. No obstante en algunas ocasiones se necesita la ayuda de un instructor de natación certificado.

Durante la Clase: Por favor manténgase en el área de la alberca durante todo el tiempo que su hijo esté tomando la clase en caso de que se presente una emergencia y se necesite del consentimiento de un padre de familia.

Disciplina durante la Clase: Nos reservamos el derecho de sacar a un niño de la clase si éste niño está siendo físico o verbalmente abusivo con otros participantes o con el instructor, o si están interrumpiendo la clase.

Participación mínima requerida par que la clase se lleve a cabo: Todas las clases tienen un número mínimo de participantes para llevarse a cabo. Si la clase que usted eligió no obtiene suficientes participantes, se le avisará a usted por teléfono antes del comienzo de la clase y en ese momento usted puede seleccionar otra clase. **Las clases que no obtienen la participación requerida:**

- ◆ Serán combinadas con otra clase.
- ◆ Serán canceladas.

Listas de Espera: Una de las maneras en las que nos aseguramos de ofrecerle un buen servicio es el de limitar el número de participantes. Si la clase se ha llenado, los nombres de las personas interesadas en tomar la misma clase y estas personas serán notificadas por medio del teléfono cuando espacios sean disponibles. Los estudiantes serán notificados mediante el teléfono si las clases están llenas y si existe una lista de espera.

Estatus de las clases: Para checar el estatus de una clase o para saber si la clase se ha llenado, usted puede ir a <http://coawebparks.ci.austin.tx.us/registrationmain.sdi>. Por favor recuerde que no se puede registrar en el internet.

Siguiente nivel: Para poder avanzar al siguiente nivel de natación, todos los estudiantes deben de pasar todas las técnicas enseñadas en cada nivel.

En caso de mal tiempo o circunstancias fuera de nuestro control: Las clases no se cancelarán si está lloviendo. Si es que hay rayos, truenos u otras situaciones como problema mecánicos, las clases se cancelarán y en su lugar se impartirán clases de seguridad acuática. Si la clase tiene que ser cancelada una vez más, los instructores añadirán 5 minutos a cada día para reponer el tiempo perdido. Si la cancelación se prolonga un tercer día, se añadirá una clase el Viernes. Para información relacionada con cancelaciones de clases, llame directamente a la alberca en la que usted está tomando las clases.

Costo de admisión: La cuota de admisión será aplicada al nadar o practicar antes de la hora de las clases solo en las albercas municipales y también en la alberca Balcones y Dick Nichols durante la temporada en la que se cobra por admisión.

Sugerencias para las lecciones

- ◆ Tenga en cuenta que los niños aprenden a nadar a diferentes ritmos.
- ◆ Traiga una toalla adicional para los alumnos registrados en Starfish 1 y Starfish 2 ya que los pañales especiales para nadar retienen mucha agua.
- ◆ Traiga un aperitivo ligero y una bebida para su niño ya que normalmente sienten hambre después de su clase.
- ◆ Aplique protector solar con un factor solar SPF de al menos 15 grados o mayor, al menos 30 minutos antes de que los niños se metan al agua para tomar su lección.
- ◆ Llegue al menos 5 minutos antes de su clase para que usted y su niño se aclimaten a el edificio donde se encuentra la alberca.
- ◆ Sea entusiasta y muestre apoyo por los esfuerzos de su niño durante las clases.
- ◆ Provea a su niño con tiempo adicional para practicar en la alberca lo que ha aprendido y para que se sienta seguro en el agua.
- ◆ Le recomendamos que se espere hasta que el niño se familiarize con tener su cara bajo el agua, antes de que quiera ponerle goggles. Los goggles pueden resultar de mucho beneficio sobre todo cuando están tomando clases de bruceo. Si usted decide que sus niños van a usar goggles, por favor ajuste los goggles antes de la clase.
- ◆ Los zapatos para el agua son excelentes para proteger los pies cuando los niños juegan en la superficie donde está la alberca pero de hecho dificultan una pataleada efectiva. Durante las clases sugerimos que dejen sus zapatos para el agua junto con su toalla.

Fotos: El Departamento de Parques y Recreación puede tomar fotos y videos de los alumnos inscritos en sus programas mientras disfrutan de nuestras instalaciones. Esas fotografías son para publicaciones futuras y pasan a ser parte de la propiedad del Departamento de Parques y Recreación de la Ciudad de Austin.

Días de registro

South Stroke Clinic: Abril 4 - Abril 22

Registro Marzo 14 - Marzo 24
Registro tardío Marzo 28 - Marzo 31

North Stroke Clinic: Mayo 2 - Mayo 20

Registro Marzo 14 - Abril 21
Registro tardío Abril 25 - Abril 28

Sesión de Primavera: Mayo 9 - Mayo 19

Registro Abril 4 - Abril 28
Registro tardío Mayo 2 - Mayo 5

Sesión 1: Junio 6 - Junio 16

Registro Abril 4 - Mayo 26
Registro tardío Mayo 30 - Junio 2

Sesión 2: Junio 20 - Junio 30

Registro Abril 4 - Junio 9
Registro tardío Junio 13 - Junio 16

Sesión 3: Julio 5 - Julio 14*

Registro Abril 4 - Junio 23
Registro tardío Junio 27 - Junio 30

Sesión 4: Julio 18 - Julio 28

Registro Abril 4 - Julio 7
Registro tardío Julio 11 - Julio 14

Sesión 5: Agosto 1 - Agosto 11

Registro Abril 4 - Julio 21
Registro tardío Julio 25 - Julio 28

Sesión 6: Agosto 15 - Agosto 25

Registro Abril 4 - Agosto 4
Registro tardío Agosto 8 - Agosto 11

Sesión 7: Agosto 29 - Septiembre 9**

Registro Abril 4 - Agosto 18
Registro tardío Agosto 22 - Agosto 25

Las sesiones se llevan a cabo de Lunes a Jueves por dos semanas al menos que se especifique lo contrario.

* No hay clases el día 4 de Julio debido a la celebración del día de la Independencia, la clase se llevará el Viernes 8 en su lugar.

**No hay clases el día 5 de Septiembre debido a la celebración del día del trabajo, la clase se llavará a cabo el Viernes 9 en su lugar.

Información para registro: El programa de aprendizaje de natación ofrece registro regular y registro tardío.

- ◆ **Período de registro:** las formas de registro se deben mandar por fax, correo o en persona llevándolas a la oficina de Acuáticos.
- ◆ **Período de registro tardío:** éste tipo de registro debe hacerse en persona para poder asegurarle que hay lugar y para darle un recibo que confirme que se ha inscrito en ésta clase. Registros recibidos tarde y no en persona no se procesarán.
- ◆ **Formas de registro:** Las formas de registro incompletas o con errores no se procesarán y a usted se le notificará por telefono para que haga las correcciones necesarias. Si la forma no es corregida en 5 días, se destruirá.
- ◆ **Recibos de confirmación:** Los recibos se mandarán por email o por correo a la dirección proveida en la forma de registro. Si ya pasaron 5 días y usted no ha recibido nada, por favor comuníquese con el departamento Acuático.

Registro fácil:

- ◆ **Seleccione el nivel de enseñanza de acuerdo a su edad y su experiencia en natación.** Es bien importante que registre a sus niños de acuerdo a su edad y experiencia en natación, no tomando en cuenta el horario. Las clases se ofrecen en grupos de niveles. Si su hijo sabe todas las técnicas enseñadas en clase, se necesitará ubicarlo en una clase más avanzada.
- ◆ **Seleccione una sesión, una alberca y un horario.** Cheque con su familia para verificar su disponibilidad. Se recomienda que se registre con al menos dos semanas de anticipación al cominezo de la clase.
- ◆ **Registro.** Complete una forma de registro por persona y por clase y mándela por fax o correo, o tráigala en persona. Los cheques o las órdenes de dinero se deben hacer pagaderas a: The City of Austin, o puede llamar y usar su tarjeta mastercard o visa. Pagos con tarjeta de crédito pueden mandarse por fax al 512-974-9344 o 512-476-3048. Se recomienda que mande un cheque por cada clase en la que se está registrando. Los cheques que nos sean regresados sin fondos tendrán un cargo adicional de \$25.00 dólares. Tome en cuenta que las formas de registro no se admitirán antes de los días señalados y no se permiten registros por teléfono.

Cancelaciones, transferencias y regreso de su dinero:

- ◆ **Cancelación por parte del cliente:** Si usted cancela su clase antes del primer día de clase de su clase recibirá el reembolso de su pago menos \$10.00 dólares por cargo de cancelación. Por favor espere dos o tres semanas para recibir su reembolso o puede usted obtener un voucher bueno por un año, para registrarse en otra clase de natación.
- ◆ **Cancelación por parte del Departamento de Acuático:** Clases que no obtienen suficientes participantes para llevarse a cabo y no pueden combinarse con otra clase serán canceladas y el cliente recibirá un reembolso total de su pago. Si la clase se cancela por falta de alumnos se le avisará por teléfono con una semana de anticipación.
- ◆ **Transferencias:** Si usted necesita cambiar a su niño de clase antes del primer día de clase, se le cobrará \$ 5.00 dólares.
- ◆ **Devolución de su dinero:** Los reembolsos son permitidos cuando el departamento Acuático cancele las clases o por situaciones medicas o familiares que no pudieron evitarse y que sean inesperadas. Los reembolsos no se permitiran cuando son causados por conflictos de horario o vacaciones, por favor asegúrese de que podrá comprometer a seguir el horario seleccionado. No hay reembolsos si deja de asistir el día de su clase o en algún día posterior.

Reglamento de pagos: La forma de registro tiene que venire acompañada del pago del mismo.

Becas: Las becas son disponibles para aquéllas personas que califiquen, llame por favor a la oficina de acuáticos al 512-974-9333 para mayor información.



Natación segura para los niños de Austin programa del periódico Statesman. Este es un programa no lucrativo que se esfuerza en promover la necesidad de saber nadar. El programa es ofrecido por el Departamento de Parques y Recreaciones de la ciudad de Austin junto con el periódico Austin American Statesman y está diseñado para construir una comunidad mas segura mediante la instrucción a niños pequeños (de kinder a 3er año) que tienen recursos limitados. Por favor Contacte uno de los centros recreativos aquí mencionados para obtener información sobre éste programa.

<u>Centro Recreativo</u>	<u>Ubicación de la clase</u>	<u>Teléfono #</u>
Alamo	Dottie Jordan Pool	474-2806
Dottie Jordan	Dottie Jordan Pool	926-3491
Dove Springs	Dove Springs Pool	444-6136
Givens	Givens Pool	928-1982
Metz	Metz Pool	478-8716
Montopolis	Montopolis Pool	385-5931
Rosewood	Rosewood Pool	472-6838
Turner Roberts	Dottie Jordan Pool	926-6013

Si usted desea hacer una donación al programa del Statesman por favor llame al 512-416-5700 y seleccione la categoria 7946 y una forma para hacerlo le sera enviada por fax.

Programas para Adultos 16 años y mayores Clase de 40 minutos a menos que se especifique lo contrario

Nunca es demasiado tarde para aprender a nadar o para mejorar su técnica de natación! Los programas para aprender a nadar tienen niveles de principiantes y de avanzados.

Adultos Principiantes

Edades 16 años y mayores

Clase mínimo 6 personas máximo 8

Esta clase esta diseñada para personas que no se sienten cómodas en el agua o para cualquier persona que desee aprender las brazadas básicas de natación.

Natación como ejercicio

Edades 16 años y mayores

Clase mínimo 6 personas máximo 8

El objetivo de éste programa es el de mejorar técnicas de natación para gente que se siente segura en el agua.

Programas Alternativos

El departamento de Acuáticos ofrece una gran variedad de programas de natación especializada. Tome en cuenta que éste tipo de clases tienen un horario diferente.

Clases de Snorkel

De 8 años en adelante

Mínimo 4 alumnos, Máximo 10

Horario Miércoles y Viernes de 10 a 10:40 AM

Estas clases se llevan a cabo en la alberca Barton Springs durante tres semanas (por un total de 6 clases) Los alumnos aprenderan a usar y limpiar la mascara, limpiar el snorkel, explorar la alberca y a cuidar su equipo de snorkel. Los alumnos de esta clase no deben de tener miedo al agua y deben de tener la capacidad de nadar al menos 25 yardas seguidas. Máscara y Aletas seran proveidas para su uso durante las clases.



Salvavidas Junior

Edades de 11 a 14 años

Mínimo 5 alumnos, Máximo 15

Horario: Lunes, Miercoles y Viernes de 2 a 4pm

Este programa está diseñado para proveer entrenamiento básico para salvavidas y ejercicio. El entrenamiento especializado incluye natación, corer y actividades de salon de clases. Cada semana se concluirá con juegos aprendidos durante las clases. Todas las clases se reúnen en la alberca Deep Eddy y se llevan a cabo en esa alberca, alo largo de "Lady Bird Lake trail", la alberca Barton Springs y las oficinas acuáticas. Todos los entrenamientos son progresivos y se recomienda que los alumnos sigan los cursos de entrenamiento para un mejor resultado.



Padre e hijo nivel 1 y 2 De 6 meses hasta 2 años y 11 meses Clase de 30 minutos

El propósito de la cruz roja Americana junto con el departamento acuático es el de enseñar habilidades básicas para que los niños se sientan cómodos en el agua y se preparen para aprender a nadar cuando esten un poco mas grandes. Este programa está dividido en dos niveles "Starfish 1 y Starfish 2." Este programa no está diseñado para convertirse en nadadores ávidos ni para sobrevivir en el agua, aunque mediante el se obtendrá del conocimiento para guiar a su hijo en el agua y supervisar efectivamente las actividades acuáticas.



Clases infantiles Starfish 1
(todas las clases infantiles requieren la participacion de un padre u otro adulto)
De 6 a 18 meses
Mínimo 6 participantes, Máximo 8



Clases Infantiles Starfish 2
(todas las clases infantiles requieren la participacion de un padre u otro adulto)
Ages: 18 meses a 2 años 11 meses
Mínimo 6 participantes, Máximo 8

Los objetivos de esta clase son:

- ◆ Aprender a entrar y salir del agua con seguridad
- ◆ Sentirse confiado en el agua
- ◆ Aprender a flotar en el agua de frente y de espaldas
- ◆ Cambiar las posiciones corpeirales en el agua
- ◆ Asuntos relacionados con seguridad en el agua

Los objetivos de esta clase son los de aprender nuevas habilidades de acuerdo a las aprendidas en el primer nivel incluyendo:

- ◆ Aprender a entrar y salir del agua con seguridad
- ◆ Sentirse confiado en el agua
- ◆ Sumergirse en un patron ritmico
- ◆ Aprender a flotar en el agua de frente y de espaldas
- ◆ Cambiar las posiciones corporals en el agua
- ◆ Combinar braceadas hacia adelante y hacia atrás

Niveles pre-escolares nivel 1 a 3 De 3 años a 5 años 11 meses Clase de 30 minutos

El principal objetivo de la Cruz Roja Americana en este programa es el de promover aprender a desarrollar habilidades fundamentales para tener seguridad en el agua sobre todo para los niños pequeños.



Nivel pre escolar 1 - Turtle
Edad de 3 a 5 años
Minimo 4 participantes, Máximo 5

El principal objetivo de esta clase es el de que los niños se sientan con confianza en el agua. Los estudiantes aprenderan habilidades basicas que se iran agrandando acumulativamente con la toma de los demás cursos:

- ◆ Aprender a entrar y salir del agua con seguridad
- ◆ Soplar burbujas por tres segundos
- ◆ Nadar 5 yardas
- ◆ Asuntos relacionados con seguridad en el agua
- ◆ Flotar de espaldas con ayuda
- ◆ Deslizo de frente con ayuda



Nivel pre escolar 2 - Angelfish
Edad de 3 a 5 años
Minimo 4 participantes, Máximo 5

El objetivo de esta clase es el de que los estudiantes obtengan habilidades fundamentales de natación. Aprenderán a nadar con apoyo y a recuperarse en posicion vertical asi mismo como enseñarles tecnicas que los hagan alternar brazos y piernas incluyendo:

- ◆ Deslice frontal 2 veces el tamaño de su cuerpo
- ◆ Flotar de espaldas por 5 minutos
- ◆ Combinar movimiento de brazos y piernas de frente y de espalda 3 veces el tamaño de su cuerpo
- ◆ Deslice de espalda 2 veces el tamaño de su cuerpo
- ◆ Asuntos relacionados con seguridad en el agua



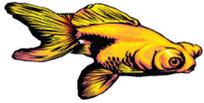
Nivel pre escolar 3 - Frog
Edad de 3 a 5 años
Minimo 4 participantes, Máximo 5

El objetivo de esta clase es el de continuar y reforzar el aprendizaje adquirido en las clases anteriores. Los estudiantes practicarán habilidades independientes mientras cordinan los movimientos de brazos y piernas asi mismo como aprender a pisar en el agua.

- ◆ Balancearse 5 veces en forma independiente
- ◆ Pisar en el agua en forma independiente por 15 segundos
- ◆ Flotar de frente y de espalda
- ◆ Cambiar la direccion de su rumbo mientras se nade de frente y de espalda
- ◆ Combinar movimiento de brazos y piernas de frente y de espalda 5 veces el tamaño de su cuerpo
- ◆ Asuntos relacionados con seguridad en el agua

Aprenda a nadar Niveles de 1 a 6 De 6 a 12 años Clases de 40 minutos

Este programa de la Cruz Roja Americana esta diseñado para enseñar seguridad acuática y personal en orden progresivo. Los estudiantes van a preñdiendo habilidades acuáticas atraves de los niveles, van aprendiendo a refinar su braceo y a desarrollar Resistencia en el agua. La educación sobre la seguridad acuática es muy importante y se incorpora a cada lección para promover un comportamiento seguro en todos los aspectos del medio acuático.



Nivel 1 – Guppy De 6 a 12 años Mínimo 5, máximo 6 estudiantes

Introducción a habilidades acuáticas: el objetivo principal de esta clase es el de ayudar a los alumnos a sentirse cómodos en el agua y a disfrutar las actividades de seguridad.

- ◆ Entrar y salir del agua con seguridad
- ◆ Deslizarse hacia adelante con ayuda
- ◆ Viajar 5 millas
- ◆ Soplar burbujas por 3 segundos
- ◆ Flotar de espaldas atrás con ayuda
- ◆ Asuntos relacionados con seguridad en el agua



Nivel 2 - Goldfish De 6 a 12 años Mínimo 5, máximo 6 estudiantes

Habilidades acuáticas fundamentales: Este es el comienzo de el aprendizaje de locomoción el cual es realizado en forma independiente. Los alumnos aprenden habilidades para ayudarse así mismos así como habilidades básicas de rescate.

- ◆ Flotar de frente y de espalda por 5 segundos
- ◆ Deslice frontal y de espaldas 3 veces el tamaño de su cuerpo
- ◆ Combinar movimiento de brazos y piernas de frente y de espalda 5 veces el tamaño de su cuerpo
- ◆ Asuntos relacionados con seguridad acuática
- ◆ Balancearse 5 veces



Nivel 3 - Penguin De 6 a 12 años Mínimo 5, máximo 6 estudiantes

Desarrollo de braceo: El objetivo de esta clase es el de reforzar las habilidades aprendidas en clases anteriores. Los alumnos aprenden gateo frontal y de espaldas. Los alumnos se introducen a los elementos del braceo de espaldas y a pisar en el agua. También se enseñan nuevos elementos de seguridad.

- ◆ Gateo frontal de 15 yardas
- ◆ Braceo elemental de espaldas por 15 yardas
- ◆ Caminar en el agua por 3 segundos
- ◆ Sobrevivencia y flote de espaldas por 30 segundos
- ◆ Asuntos relacionados con seguridad acuática



Nivel 4 - Seahorse De 6 a 12 años Mínimo 5, máximo 6 estudiantes

Mejoría del braceo: Los alumnos mejoran su habilidad y incrementan su duración nadando braceo como el gateo frontal y de espaldas en distancias más grandes. Los alumnos continúan construyendo bases sólidas de braceo de espaldas y son introducidos a la técnica de mariposa, al braceo de pecho y natación de costado.

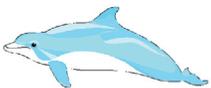
- ◆ Gateo hacia adelante y braceo hacia atrás por 25 yardas
- ◆ Caminar en agua por 2 minutos
- ◆ Gateo hacia atrás, braceo de pecho, mariposa y de costado por 15 yardas
- ◆ Vueltas abiertos



Nivel 5 – Seal De 6 a 12 años Mínimo 5, máximo 6 estudiantes

Refinamiento del braceo: El objetivo de esta clase es coordinar y refinar los braceos aprendidos en clases anteriores. Los alumnos aumentarán distancias de natación y son introducidos a voltearse de frente y de espaldas.

- ◆ Gateo frontal y braceo elemental de espalda por 50 yardas
- ◆ Vueltas
- ◆ Caminar en agua por 5 minutos
- ◆ Gateo de espalda, braceo de pecho, mariposa y de costado por 25 yardas
- ◆ Clavados de superficie



Nivel 6 – Dolphin De 6 a 12 años Mínimo 5, máximo 6 estudiantes

Natación y mejoría de las habilidades aprendidas. El objetivo de esta clase es el de refinar el braceo para hacer la natación más fácil, con mayor eficiencia, energía y fluidez en distancias mayores. Esta clase hará énfasis en seguridad personal en el agua y componentes de un buen estado físico

- ◆ Gateo frontal y braceo de espaldas por 100 yardas
- ◆ Clavados de superficie
- ◆ Caminar rápido en agua
- ◆ Gateo de espalda, braceo de pecho, mariposa y de costado por 50 yardas
- ◆ Técnicas de entrenamiento
- ◆ 500 yardas de natación continua
- ◆ El uso de un reloj que le marque el paso
- ◆ Establecer un programa de ejercicio

Clinica Sur de Braceo

Abril 4 - Abril 22

**10 años y menores
Lunes y Miércoles**

Alberca	Hora
Dick Nichols	5:45pm - 6:25pm
Dick Nichols	6:45pm - 7:25pm

**de 11 a 17 años
Martes y Jueves**

Alberca	Hora
Dick Nichols	5:45pm - 6:25pm
Dick Nichols	6:45pm - 7:25pm

Pre-requisitos:

- ◆ Tiene que ser capaz de nadar 25 yardas continuas de frente.
- ◆ Tiene que ser capaz de nadar 25 yardas continuas de espalda.

Clinica Norte de Braceo

Mayo 2 - Mayo 20

**10 años y menores
Lunes y Miércoles**

Alberca	Hora
Balcones	5:45pm - 6:25pm
Balcones	6:45pm - 7:25pm

**de 11 a 17 años
Martes y Jueves**

Alberca	Hora
Balcones	5:45pm - 6:25pm
Balcones	6:45pm - 7:25pm

Pre-requisitos:

- ◆ Tiene que ser capaz de nadar 25 yardas continuas de frente.
- ◆ Tiene que ser capaz de nadar 25 yardas continuas de espalda.

Programa de equipo de natación recreacional

Junio 6 - Julio 16

**Costo: \$70.00 (\$65.00 por el equipo de natación + \$5.00 tarifa de TAAF)
\$10.00 por camiseta del equipo (opcional)**

El programa de equipo de natación recreacional está organizado para desarrollar el potencial de niños y niñas que están interesados en aprender natación competitiva. Este programa promueve el deporte, el espíritu de equipo y promueve la auto estima mediante la competencia física y buen estado mental. **Nadadores que han participado en programas organizados durante todo un año (como ejemplo USA) no son elegibles para participar en este programa por su afiliación con el Texas Amateur Athletic Foundation (TAAF).**

Pre-requisitos:

- ◆ Tiene que ser entre 5 y 17 años.
- ◆ Tiene que ser capaz de nadar 25 yardas continuas de frente.
- ◆ Tiene que ser capaz de nadar 25 yardas continuas de espalda.

Ubicacion y Practice Schedules

<u>Nombre del equipo</u>	<u>Ubicacion</u>	<u>Teléfono</u>	<u>Horario</u>
Balcones Barracudas	12017 Amherst Dr.	821-2053	8:00am - 10:00am
Brentwood Bluefish	6710 Arroyo Secca St.	453-1725	10:00am - 12:00pm
Canyon Vista Crocodiles	8455 Spicewood Spgs Rd.	996-8038	8:00am - 10:00am
Dick Nichols Devil Rays Black	8011 Beckett	899-0348	7:30am - 10:00am
Dick Nichols Devil Rays Red	8011 Beckett	899-0348	10:00am - 12:30pm
Dittmar Dolphins	1009 W. Dittmar	693-4698	8:00am - 10:00am
Dove Springs Ducks	5701 Ainez Dr.	444-6136	7:00pm - 8:00pm
Givens Marlins	3811 E. 12th Street	928-2657	6:00pm - 7:00pm
Kennemer Killer Whales	1032 Payton Gin Rd.	821-2454	12:00pm - 1:00pm
Murchison Man-O-Wars	3700 North Hills Dr.	241-0618	8:00am - 10:00am
Patterson Piranha's	1400 Wilshire Blvd.	542-9685	7:00pm - 8:30pm
Ramsey Redfish	4201 Burnet Rd.	380-9131	10:00am - 12:00pm
Reed Rays	2600 Pecos St.	542-9782	10:00am - 12:00pm
Rosewood Hurricanes	1182 Pleasant Valley	473-8469	1:00pm - 2:00pm
Stacy Sharks	800 E. Live Oak	445-0304	8:00am - 10:00am
West Enfield Water Moccasins	2000 Enfield Rd.	542-9176	8:00am - 10:00am

Fechas importantes:

- ◆ TAAF junta de natación regional: Julio 16.
- ◆ Juegos del Estado de Texas: Julio 28 - Julio 31.

Camisetas de Equipos de Natación de años anteriores se venden a \$ 3.00

Sesión de Primavera

Mayo 9 - Mayo 19

Nivel Pre-escolares 1 a 3

<i>Alberca</i>	<i>Horario</i>
Balcones	5:30pm - 6:00pm
Balcones	6:10pm - 6:40pm
Dick Nichols	5:30pm - 6:00pm
Dick Nichols	6:10pm - 6:40pm
Northwest	5:30pm - 6:00pm
Northwest	6:10pm - 6:40pm

Aprenda a nadir Niveles de 1 a 3

<i>Alberca</i>	<i>Horario</i>
Balcones	6:50pm - 7:30pm
Dick Nichols	6:50pm - 7:30pm
Northwest	6:50pm - 7:30pm

Sesión 1

Junio 6 - Junio 16

Padre e hijo nivel 1 y 2

<i>Alberca</i>	<i>Horario</i>
Dick Nichols	9:00am - 9:30am
Dick Nichols	6:10pm - 6:40pm
West Enfield	10:00am - 10:30am
West Enfield	6:10pm - 6:40pm

Aprenda a nadir Niveles de 4 a 6

<i>Alberca</i>	<i>Horario</i>
Balcones	11:30am - 12:10pm
Balcones	7:30pm - 8:10pm
Dick Nichols	11:10am - 11:50am
Dick Nichols	7:40pm - 8:20pm
Garrison	11:30am - 12:10pm
Garrison	7:30pm - 8:10pm
Mabel Davis	7:30pm - 8:10pm
Northwest	11:30am - 12:10pm
Northwest	7:30pm - 8:10pm
Ramsey	7:00pm - 7:40pm
Walnut Creek	11:30am - 12:10pm
Walnut Creek	7:30pm - 8:10pm

Nivel Pre-escolares 1 a 3

<i>Alberca</i>	<i>Horario</i>
Balcones	10:00am - 10:30am
Balcones	6:00pm - 6:30pm
Dick Nichols	9:00am - 9:30am
Dick Nichols	9:40am - 10:10am
Dick Nichols	5:30pm - 6:00pm
Dick Nichols	6:10pm - 6:40pm
Garrison	10:00am - 10:30am
Garrison	6:00pm - 6:30pm
Mabel Davis	6:00pm - 6:30pm
Northwest	10:00am - 10:30am
Northwest	6:00pm - 6:30pm
Ramsey	5:30pm - 6:00pm
Walnut Creek	10:00am - 10:30am
Walnut Creek	6:00pm - 6:30pm
West Enfield	10:40am - 11:10am
West Enfield	5:30pm - 6:00pm

Adultos Principiantes

<i>Alberca</i>	<i>Horario</i>
Deep Eddy	7:00pm - 7:40pm
Garrison	8:20pm - 9:00pm
Mabel Davis	8:20pm - 9:00pm
Northwest	8:20pm - 9:00pm
Walnut Creek	8:20pm - 9:00pm

Natación como ejercicio

<i>Alberca</i>	<i>Horario</i>
Deep Eddy (M/W/F)	7:00am - 8:00am
Deep Eddy	7:50pm - 8:30pm
Garrison	8:20pm - 9:00pm
Mabel Davis	8:20pm - 9:00pm
Northwest	8:20pm - 9:00pm
Walnut Creek	8:20pm - 9:00pm

Aprenda a nadir Niveles 1 a 3

<i>Alberca</i>	<i>Horario</i>
Balcones	10:40am - 11:20am
Balcones	6:40pm - 7:20pm
Dick Nichols	10:20am - 11:00am
Dick Nichols	6:50pm - 7:30pm
Garrison	10:40am - 11:20am
Garrison	6:40pm - 7:20pm
Mabel Davis	6:40pm - 7:20pm
Northwest	10:40am - 11:20am
Northwest	6:40pm - 7:20pm
Ramsey	6:10pm - 6:50pm
Walnut Creek	10:40am - 11:20am
Walnut Creek	6:40pm - 7:20pm
West Enfield	11:20am - 12:00pm
West Enfield	6:50pm - 7:30pm

Salvavidas Junior (Junio 13 - 17)

<i>Alberca</i>	<i>Horario</i>
Deep Eddy (M/W/F)	2:00pm - 4:00pm

Clases de Snorkel (Junio 8 - 24)

<i>Alberca</i>	<i>Horario</i>
Barton Springs (W/F)	10:00am - 10:40am

Oportunidades de trabajo en la division Acuática

La division acuática del departamento de parques y recreación contrata aproximadamente 700 empleados temporales que operan en nuestras 50 ubicaciones incluyendo la alberca Barton Springs. Para ver una lista de las posiciones disponibles, las calificaciones requeridas asi como las escalas de paga, o para meter una solicitud de empleo visite www.lifeguardaustin.com Por favor tome en cuenta que los aplicantes deben de tener un mínimo de 15 años.



SESIÓN DE PRIMAVERA Y SESIÓN 1

Sesión 2
Junio 20 - Junio 30

Padre e hijo nivel 1 y 2

Alberca	Horario
Dick Nichols	9:00am - 9:30am
Dick Nichols	6:10pm - 6:40pm
Dittmar	10:00am - 10:30am
Dittmar	6:10pm - 6:40pm
Parque Zaragoza	5:40pm - 6:10pm
West Enfield	10:00am - 10:30am
West Enfield	6:10pm - 6:40pm

Nivel Pre-escolares 1 a 3

Alberca	Horario
Balcones	10:00am - 10:30am
Balcones	6:00pm - 6:30pm
Canyon Vista	6:00pm - 6:30pm
Dick Nichols	9:00am - 9:30am
Dick Nichols	9:40am - 10:10am
Dick Nichols	5:30pm - 6:00pm
Dick Nichols	6:10pm - 6:40pm
Dittmar	10:40am - 11:10am
Dittmar	5:30pm - 6:00pm
Dove Springs	5:30pm - 6:00pm
Garrison	10:00am - 10:30am
Garrison	6:00pm - 6:30pm
Gillis	4:30pm - 5:00pm
Kennemer	5:00pm - 5:30pm
Mabel Davis	6:00pm - 6:30pm
Metz	5:30pm - 6:00pm
Murchison	5:30pm - 6:00pm
Northwest	10:00am - 10:30am
Northwest	6:00pm - 6:30pm
Parque Zaragoza	5:00pm - 5:30pm
Ramsey	5:30pm - 6:00pm
Walnut Creek	10:00am - 10:30am
Walnut Creek	6:00pm - 6:30pm
West Enfield	10:40am - 11:10am
West Enfield	5:30pm - 6:00pm

Aprenda a nadir Niveles 1 a 3

Alberca	Horario
Balcones	10:40am - 11:20am
Balcones	6:40pm - 7:20pm
Canyon Vista	6:40pm - 7:20pm
Dick Nichols	10:20am - 11:00am
Dick Nichols	6:50pm - 7:30pm
Dittmar	11:20am - 12:00pm
Dittmar	6:50pm - 7:30pm
Dove Springs	6:10pm - 6:50pm
Garrison	10:40am - 11:20am
Garrison	6:40pm - 7:20pm
Gillis	5:10pm - 5:50pm
Kennemer	5:40pm - 6:20pm
Mabel Davis	6:40pm - 7:20pm
Metz	6:10pm - 6:50pm
Murchison	6:10pm - 6:50pm
Northwest	10:40am - 11:20am
Northwest	6:40pm - 7:20pm
Parque Zaragoza	6:20pm - 7:00pm
Ramsey	6:10pm - 6:50pm
Walnut Creek	10:40am - 11:20am
Walnut Creek	6:40pm - 7:20pm
West Enfield	11:20am - 12:00pm
West Enfield	6:50pm - 7:30pm

Aprenda a nadir Niveles de 4 a 6

Alberca	Horario
Balcones	11:30am - 12:10pm
Balcones	7:30pm - 8:10pm
Canyon Vista	7:30pm - 8:10pm
Dick Nichols	11:10am - 11:50am
Dick Nichols	7:40pm - 8:20pm
Garrison	11:30am - 12:10pm
Garrison	7:30pm - 8:10pm
Mabel Davis	7:30pm - 8:10pm
Murchison	7:00pm - 7:40pm
Northwest	11:30am - 12:10pm
Northwest	7:30pm - 8:10pm
Ramsey	6:50pm - 7:30pm
Walnut Creek	11:30am - 12:10pm
Walnut Creek	7:30pm - 8:10pm

Adultos Principantes

Alberca	Horario
Deep Eddy	7:00pm - 7:40pm
Garrison	8:20pm - 9:00pm
Mabel Davis	8:20pm - 9:00pm
Northwest	8:20pm - 9:00pm
Walnut Creek	8:20pm - 9:00pm

Natación como ejercicio

Alberca	Horario
Deep Eddy (M/W/F)	7:00am - 8:00am
Deep Eddy	7:50pm - 8:30pm
Garrison	8:20pm - 9:00pm
Mabel Davis	8:20pm - 9:00pm
Northwest	8:20pm - 9:00pm
Walnut Creek	8:20pm - 9:00pm

Salvavidas Junior (Junio 27 - Julio 1)

Alberca	Horario
Deep Eddy (M/W/F)	2:00pm - 4:00pm

**Noches de película en la alberca
Deep Eddy**

Por favor acompañenos con sus flotadores en la alberca Deep Eddy para disfrutar de una muy original experiencia! La entrada de admisión general a la alberca cubre el costo de la película tambien. Para información adicional por favor llame al 512-472-8546. Esperamos verlo ahí!

Junio 25	Grease (1978) (PG)
Julio 9	Megamind (2010) (PG)
Julio 16	Despicable Me (2010) (PG)
Julio 23	Indiana Jones and the Last Crusade (1989) (PG-13)
Julio 30	How to Train Your Dragon (2009) (PG)
Agosto 6	Tangled (2010) (PG)

Sesión 3

Julio 5 - Julio 14

(No hay clases el día 4 de Julio debido a la celebración del día de la Independencia, la clase se llevará el Viernes 8 en su lugar.)

Padre e hijo nivel 1 y 2

Alberca	Horario
Dick Nichols	9:00am - 9:30am
Dick Nichols	6:10pm - 6:40pm
Montopolis	5:40pm - 6:10pm
West Enfield	10:00am - 10:30am
West Enfield	6:10pm - 6:40pm

Nivel Pre-escolares 1 a 3

Pool	Time
Balcones	10:00am - 10:30am
Balcones	6:00pm - 6:30pm
Brentwood	5:30pm - 6:00pm
Canyon Vista	6:00pm - 6:30pm
Dick Nichols	9:00am - 9:30am
Dick Nichols	9:40am - 10:10am
Dick Nichols	5:30pm - 6:00pm
Dick Nichols	6:10pm - 6:40pm
Dittmar	10:00am - 10:30am
Dittmar	5:30pm - 6:00pm
Dove Springs	5:30pm - 6:00pm
Garrison	10:00am - 10:30am
Garrison	6:00pm - 6:30pm
Givens	5:30pm - 6:00pm
Mabel Davis	6:00pm - 6:30pm
Martin	5:30pm - 6:00pm
Montopolis	5:00pm - 5:30pm
Northwest	10:00am - 10:30am
Northwest	6:00pm - 6:30pm
Ramsey	5:30pm - 6:00pm
Rosewood	5:30pm - 6:00pm
Walnut Creek	10:00am - 10:30am
Walnut Creek	6:00pm - 6:30pm
West Enfield	10:40am - 11:10am
West Enfield	5:30pm - 6:00pm

Aprenda a nadir Niveles 1 a 3

Alberca	Horario
Balcones	10:40am - 11:20am
Balcones	6:40pm - 7:20pm
Brentwood	6:10pm - 6:50pm
Canyon Vista	6:40pm - 7:20pm
Dick Nichols	10:20am - 11:00am
Dick Nichols	6:50pm - 7:30pm
Dittmar	10:40am - 11:20am
Dittmar	6:10pm - 6:50pm
Dove Springs	6:10pm - 6:50pm
Garrison	10:40am - 11:20am
Garrison	6:40pm - 7:20pm
Givens	6:10pm - 6:50pm
Mabel Davis	6:40pm - 7:20pm
Martin	6:10pm - 6:50pm
Montopolis	6:20pm - 7:00pm
Northwest	10:40am - 11:20am
Northwest	6:40pm - 7:20pm
Ramsey	6:10pm - 6:50pm
Rosewood	6:10pm - 6:50pm
Walnut Creek	10:40am - 11:20am
Walnut Creek	6:40pm - 7:20pm
West Enfield	11:20am - 12:00pm
West Enfield	6:50pm - 7:30pm

Aprenda a nadir Niveles de 4 a 6

Alberca	Horario
Balcones	11:30am - 12:10pm
Balcones	7:30pm - 8:10pm
Brentwood	7:00pm - 7:40pm
Canyon Vista	7:30pm - 8:10pm
Dick Nichols	11:10am - 11:50am
Dick Nichols	7:40pm - 8:20pm
Dittmar	11:30am - 12:10pm
Dittmar	7:00pm - 7:40pm
Garrison	11:30am - 12:10pm
Garrison	7:30pm - 8:10pm
Givens	7:00pm - 7:40pm
Mabel Davis	7:30pm - 8:10pm
Northwest	11:30am - 12:10pm
Northwest	7:30pm - 8:10pm
Ramsey	7:00pm - 7:40pm
Rosewood	7:00pm - 7:40pm
Walnut Creek	11:30am - 12:10pm
Walnut Creek	7:30pm - 8:10pm

Adultos Principiantes

Alberca	Horario
Deep Eddy	7:00pm - 7:40pm
Garrison	8:20pm - 9:00pm
Mabel Davis	8:20pm - 9:00pm
Northwest	8:20pm - 9:00pm
Walnut Creek	8:20pm - 9:00pm

Natación como ejercicio

Alberca	Horario
Deep Eddy (M/W/F)	7:00am - 8:00am
Deep Eddy	7:50pm - 8:30pm
Garrison	8:20pm - 9:00pm
Mabel Davis	8:20pm - 9:00pm
Northwest	8:20pm - 9:00pm
Walnut Creek	8:20pm - 9:00pm

Salvavidas Junior (Julio 11 - 15)

Alberca	Horario
Deep Eddy (M/W/F)	2:00pm - 4:00pm

Clases de Snorkel (Julio 6 - 22)

Alberca	Horario
Barton Springs (W/F)	10:00am - 10:40am

El consejo de asesoría acuática está en busca de nuevos miembros. Si usted está interesado en involucrarse con la división acuática y el consejo, contacte al presidente en turno, Pam O'Connor al 512-926-0498 o mande un email a atpmo@grande-com.net para mayor información.

Sesión 4

Julio 18 - Julio 28

Padre e hijo nivel 1 y 2

Alberca	Horario
Dick Nichols	9:00am - 9:30am
Dick Nichols	6:10pm - 6:40pm
Dittmar	10:00am - 10:30am
Dittmar	6:10pm - 6:40pm
Parque Zaragosa	5:40pm - 6:10pm
West Enfield	10:00am - 10:30am
West Enfield	6:10pm - 6:40pm

Nivel Pre-escolares 1 a 3

Alberca	Horario
Balcones	10:00am - 10:30am
Balcones	6:00pm - 6:30pm
Canyon Vista	6:00pm - 6:30pm
Dick Nichols	9:00am - 9:30am
Dick Nichols	9:40am - 10:10am
Dick Nichols	5:30pm - 6:00pm
Dick Nichols	6:10pm - 6:40pm
Dittmar	10:40am - 11:10am
Dittmar	5:30pm - 6:00pm
Dove Springs	5:30pm - 6:00pm
Garrison	10:00am - 10:30am
Garrison	6:00pm - 6:30pm
Gillis	4:30pm - 5:00pm
Kenemer	5:00pm - 5:30pm
Mabel Davis	6:00pm - 6:30pm
Metz	5:30pm - 6:00pm
Murchison	5:30pm - 6:00pm
Northwest	10:00am - 10:30am
Northwest	6:00pm - 6:30pm
Parque Zaragosa	5:00pm - 5:30pm
Ramsey	5:30pm - 6:00pm
Walnut Creek	10:00am - 10:30am
Walnut Creek	6:00pm - 6:30pm
West Enfield	10:40am - 11:20am
West Enfield	5:30pm - 6:00pm

Aprenda a nadir Niveles 1 a 3

Alberca	Horario
Balcones	10:40am - 11:20am
Balcones	6:40pm - 7:20pm
Canyon Vista	6:40pm - 7:20pm
Dick Nichols	10:20am - 11:00am
Dick Nichols	6:50pm - 7:30pm
Dittmar	11:20am - 12:00pm
Dove Springs	6:10pm - 6:50pm
Garrison	10:40am - 11:20am
Garrison	6:40pm - 7:20pm
Gillis	5:10pm - 5:50pm
Kenemer	5:40pm - 6:20pm
Mabel Davis	6:40pm - 7:20pm
Metz	6:10pm - 6:50pm
Murchison	6:10pm - 6:50pm
Northwest	10:40am - 11:20am
Northwest	6:40pm - 7:20pm
Parque Zaragosa	6:20pm - 7:00pm
Ramsey	6:10pm - 6:50pm
Walnut Creek	10:40am - 11:20am
Walnut Creek	6:40pm - 7:20pm
West Enfield	11:20am - 12:00pm
West Enfield	6:50pm - 7:30pm

Aprenda a nadir Niveles de 4 a 6

Alberca	Horario
Balcones	11:30am - 12:10pm
Balcones	7:30pm - 8:10pm
Canyon Vista	7:30pm - 8:10pm
Dick Nichols	11:10am - 11:50pm
Dick Nichols	7:40pm - 8:20pm
Dittmar	6:50pm - 7:30pm
Garrison	11:30am - 12:10pm
Garrison	7:30pm - 8:10pm
Mabel Davis	7:30pm - 8:10pm
Murchison	7:00pm - 7:40pm
Northwest	11:30am - 12:10pm
Northwest	7:30pm - 8:10pm
Ramsey	7:00pm - 7:40pm
Walnut Creek	11:30am - 12:10pm
Walnut Creek	7:30pm - 8:10pm

Adultos Principiantes

Alberca	Horario
Deep Eddy	7:00pm - 7:40pm
Garrison	8:20pm - 9:00pm
Mabel Davis	8:20pm - 9:00pm
Northwest	8:20pm - 9:00pm
Walnut Creek	8:20pm - 9:00pm

Natación como ejercicio

Alberca	Horario
Deep Eddy (M/W/F)	7:00am - 8:00am
Deep Eddy	7:50pm - 8:30pm
Garrison	8:20pm - 9:00pm
Mabel Davis	8:20pm - 9:00pm
Northwest	8:20pm - 9:00pm
Walnut Creek	8:20pm - 9:00pm

Salvavidas Junior (Julio 25 - 29)

Alberca	Horario
Deep Eddy (M/W/F)	2:00pm - 4:00pm

Cortesía al nadar bruceo

- ◆ Por favor cerciórese de esperar hasta que el nadador en turno llegue a la pared y pregúntele si está de acuerdo en que usted se meta a la misma línea de bruceo.
- ◆ Si dos nadadores están en la línea ellos pueden optar por dividirla o nadar en círculos
- ◆ Si 3 o más nadadores están en una línea se recomienda que se nade en círculos
- ◆ Si necesita pasar a un nadador más lento que usted, tóquelo en el pie para que se pare al llegar a la pared o para que se haga para la derecha para que usted lo pueda pasar.
- ◆ Si usted termina su bruceo o si está en un período de descanso y ha estado compartiendo la línea, no se olvide de hacerse a un lado para evitar accidentes.
- ◆ Disfrute su natación!

Sesión 5

Agosto 1 - Agosto 11

Padre e hijo nivel 1 y 2

Alberca	Horario
Dick Nichols	10:00am - 10:30am
Dick Nichols	5:30pm - 6:00pm
Montopolis	5:40pm - 6:10pm
West Enfield	10:00am - 10:30am
West Enfield	6:10pm - 6:40pm

Nivel Pre-escolares 1 a 3

Alberca	Horario
Balcones	5:30pm - 6:00pm
Brentwood	5:30pm - 6:00pm
Canyon Vista	6:00pm - 6:30pm
Dick Nichols	10:00am - 10:30am
Dick Nichols	5:30pm - 6:00pm
Dittmar	10:00am - 10:30am
Dittmar	5:30pm - 6:00pm
Dove Springs	5:30pm - 6:00pm
Garrison	10:00am - 10:30am
Garrison	6:00pm - 6:30pm
Givens	5:30pm - 6:00pm
Mabel Davis	6:00pm - 6:30pm
Martin	5:30pm - 6:00pm
Montopolis	5:00pm - 5:30pm
Northwest	5:30pm - 6:00pm
Ramsey	5:30pm - 6:00pm
Rosewood	5:30pm - 6:00pm
Walnut Creek	10:00am - 10:30am
Walnut Creek	6:00pm - 6:30pm
West Enfield	10:40am - 11:10am
West Enfield	5:30pm - 6:00pm

Aprenda a nadir Niveles 1 a 3

Alberca	Horario
Balcones	6:10pm - 6:50pm
Brentwood	6:10pm - 6:50pm
Canyon Vista	6:40pm - 7:20pm
Dick Nichols	10:40am - 11:20am
Dick Nichols	6:10pm - 6:50pm
Dittmar	10:40am - 11:20am
Dittmar	6:10pm - 6:50pm
Dove Springs	6:10pm - 6:50pm
Garrison	10:40am - 11:20am
Garrison	6:40pm - 7:20pm
Givens	6:10pm - 6:50pm
Mabel Davis	6:40pm - 7:20pm
Martin	6:10pm - 6:50pm
Montopolis	6:20pm - 7:00pm
Northwest	6:10pm - 6:50pm
Ramsey	6:10pm - 6:50pm
Rosewood	6:10pm - 6:50pm
Walnut Creek	10:40am - 11:20am
Walnut Creek	6:40pm - 7:20pm

Aprenda a nadir Niveles de 4 a 6

Alberca	Horario
Brentwood	7:00pm - 7:40pm
Canyon Vista	7:30pm - 8:10pm
Dick Nichols	11:30am - 12:10pm
Dick Nichols	6:10pm - 6:50pm
Dittmar	11:20am - 12:00pm
Dittmar	7:00pm - 7:40pm
Garrison	11:30am - 12:10pm
Garrison	7:30pm - 8:10pm
Givens	7:00pm - 7:40pm
Mabel Davis	7:30pm - 8:10pm
Northwest	7:00pm - 7:40pm
Ramsey	7:00pm - 7:40pm
Rosewood	7:00pm - 7:40pm
Walnut Creek	11:30am - 12:10pm
Walnut Creek	7:30pm - 8:10pm
West Enfield	11:20am - 12:00pm
West Enfield	6:50pm - 7:30pm

Adultos Principiantes

Alberca	Horario
Deep Eddy	7:00pm - 7:40pm
Garrison	8:20pm - 9:00pm
Mabel Davis	8:20pm - 9:00pm
Walnut Creek	8:20pm - 9:00pm

Natación como ejercicio

Alberca	Horario
Deep Eddy (M/W/F)	7:00am - 8:00am
Deep Eddy	7:50pm - 8:30pm
Garrison	8:20pm - 9:00pm
Mabel Davis	8:20pm - 9:00pm
Walnut Creek	8:20pm - 9:00pm

Salvavidas Junior (Agosto 8 - 12)

Alberca	Horario
Deep Eddy (M/W/F)	2:00pm - 4:00pm

Clases de Snorkel (Agosto 3 - 19)

Alberca	Horario
Barton Springs (W/F)	10:00am - 10:40am

Sesión 6

Agosto 15 - Agosto 25

Padre e hijo nivel 1 y 2

<i>Alberca</i>	<i>Horario</i>
Dick Nichols	6:10pm - 6:40pm

Nivel Pre-escolares 1 a 3

<i>Alberca</i>	<i>Horario</i>
Balcones	5:30pm - 6:00pm
Dick Nichols	5:30pm - 6:00pm
Dick Nichols	6:10pm - 6:40pm
Northwest	5:30pm - 6:00pm

Aprenda a nadir Niveles 1 a 3

<i>Alberca</i>	<i>Horario</i>
Deep Eddy	5:30pm - 6:10pm
Dick Nichols	6:50pm - 7:30pm
Northwest	6:10pm - 6:50pm

Aprenda a nadir Niveles de 4 a 6

<i>Alberca</i>	<i>Horario</i>
Balcones	6:10pm - 6:50pm
Deep Eddy	6:20pm - 7:00pm
Northwest	7:00pm - 7:40pm

Adultos Principiantes

<i>Alberca</i>	<i>Horario</i>
Deep Eddy	7:10pm - 7:50pm

Natación como ejercicio

<i>Alberca</i>	<i>Horario</i>
Deep Eddy	7:10pm - 7:50pm

Sesión 7

Agosto 29 - September 9

(No hay clases el día 5 de Septiembre debido a la celebración del día del trabajo, la clase se llavará a cabo el Viernes 9 en su lugar.)

Padre e hijo nivel 1 y 2

<i>Alberca</i>	<i>Horario</i>
Dick Nichols	6:10pm - 6:40pm

Nivel Pre-escolares 1 a 3

<i>Alberca</i>	<i>Horario</i>
Balcones	5:30pm - 6:00pm
Dick Nichols	5:30pm - 6:00pm
Northwest	5:30pm - 6:00pm

Aprenda a nadir Niveles 1 a 3

<i>Alberca</i>	<i>Horario</i>
Deep Eddy	5:30pm - 6:10pm
Dick Nichols	6:50pm - 7:30pm
Northwest	6:10pm - 6:50pm

Aprenda a nadir Niveles de 4 a 6

<i>Alberca</i>	<i>Horario</i>
Balcones	6:10pm - 6:50pm
Deep Eddy	6:20pm - 7:00pm
Northwest	7:00pm - 7:40pm

Adultos Principiantes

<i>Alberca</i>	<i>Horario</i>
Deep Eddy	7:10pm - 7:50pm

Natación como ejercicio

<i>Alberca</i>	<i>Horario</i>
Deep Eddy	7:10pm - 7:50pm

Oportunidades Adicionales

El departamento de Parques y Recreación ofrece programas, actividades y eventos para niños, adultos y personas de edad avanzada. Algunas de las diferentes actividades incluyen:

- ◆ **Programas para adolescentes** - son ofrecidos en nuestros centros recreativos, en el centro de la ciencia y naturaleza, en las escuela de arte Dougherty, y son enfocados para jovenes entre 13 y 17 años. Para mayor informacion visitenos en www.ci.austin.tx.us/parks/teen.htm
- ◆ **Campamentos de Verano** - esto se practican en los centros recreativos a lo largo de Austin. Para mayor informacion visitenos en www.austincamps.org
- ◆ **Golf** - Academia de Golf Junior, clínicas y torneos Para mayor informacion visitenos en www.austinpubliclinks.com
- ◆ **Tenis** - Si usted disfruta el tenis y está entre las edades de 6 a 16 años, la liga nacional de tenis junior puede ser la adecuado para usted! Para mayor informacion visitenos en www.ci.austin.tx.us/parks/tenis.htm
- ◆ **Actividades para personas de edad avanzada** - Estas son planeadas para personas de 50 años de vida y mayores. Las actividades van desde planear viajes, clases de gimnasia y mucho mas! Para mayor informacion visitenos en www.ci.austin.tx.us/parks/seniors.htm
- ◆ **Atléticos** - Venga a ver nuestra recién renovada ubicación en el complejo de softball Krieg! Para mayor información visitenos aqui www.capitalcitysoftball.com
- ◆ **Centro de Naturaleza y Ciencia** - Siéntase libre de imprimir nuestro folleto lleno de programas y actividades así mismo como horarios y tarifas de costo, Para mayor información visitenos aqui www.ci.austin.tx.us/ansc/
- ◆ **Escuela de Arte Dougherty** - ofrece clases de verano para niños de 5a 12 años de edad y se agrupan de acuerdo a su edad correspondiente. Para mayor información visite : www.ci.austin.tx.us/dougherty/school.htm
- ◆ **Centro Cultural México-Americano** - ofrecen campos de verano enfocados en musica, baile, arte y más para niños entre 5 y 14 años. Para mayor información visite : www.ci.austin.tx.us/macc.htm

Solicitud de Inscripción

Nombre del Participante: _____ Nombre del Padre/Madre/Tutor(a): _____

Dirección: _____ Ciudad: _____ Código Postal (Zip): _____

Teléfono de Día: (____) _____ Teléfono de Emergencia: (____) _____

Fecha Nacimiento del Participante: _____ Varón:___ Mujer:___ email: _____

CLASES DE NATACIÓN / ESTADO ATLETICO EN EL AGUA / EQUIPO DE NATACIÓN DE ADULTOS:

1ª elección: Sesión:___ Alberca _____ Clase _____ Horas _____ Fechas _____ \$ _____

2ª elección: Sesión:___ Alberca _____ Clase _____ Horas _____ Fechas _____ \$ _____

INFORMACIÓN PARA EL EQUIPO DE NATACIÓN SOLAMENTE

Alberca: _____ Costo: \$70 (Equipo de Natación)

Medida de Camiseta (opcional): Niño(a): S M L Adulto: S M L XL 2XL Costo: \$10 (Camiseta del Equipo)

Exoneración de la Responsabilidad Civil:

En consideración, de permitir al participante enrolarse y tomar parte en las Clases o Programas de Aprender a Nadar, quien firma aquí abajo por la presente exonera a la Ciudad, sus empleados y agentes, de toda acción legal, reclamo o demanda por lesiones personales o por pérdida de propiedades que sucedan a causa de, o debido a, cualquier acto u omisión de la Ciudad, sus agentes o sus empleados. Esta exoneración no tendrá efecto con respecto a daños causados por negligencia grave por parte de la Ciudad. Confirmando que toda la información que proporciono aquí arriba es verdadera y correcta. Yo también he leído, comprendo, y me comprometo a acatar las políticas y los procedimientos establecidos por la División Acuática de la Ciudad de Austin.

Información para Pago por Tarjeta de Crédito

Número de Visa / Mastercard _____ Fecha Vencimiento _____

Firma del Dueño de la Tarjeta _____

Fax: 974-9344 ó 476-3048

Firma del Padre / Madre / Tutor(a) (si es menor de 18 años) o del Participante _____ Fecha _____

¿Es que el participante tiene necesidad de algún cuidado en especial para participar en el programa o en la actividad elegida?

Favor de indicar sus necesidades claramente _____

Promovemos la participación de personas dis-capacitadas en los Programas del Departamento de Parques y Recreación de la Ciudad de Austin. Pueden solicitar que los acomodemos especialmente para ayudarles a participar y a incluirles en estos programas. Les haremos arreglos razonables basados en las necesidades de cada persona necesitada. **Favor de contactarse con la Oficina Acuática al 974-9331 lo antes posible si usted desea solicitar que le acomodemos.**

Solicitud de Inscripción

Nombre del Participante: _____ Nombre del Padre/Madre/Tutor(a): _____

Dirección: _____ Ciudad: _____ Código Postal (Zip): _____

Teléfono de Día: (____) _____ Teléfono de Emergencia: (____) _____

Fecha Nacimiento del Participante: _____ Varón:___ Mujer:___ email: _____

CLASES DE NATACIÓN / ESTADO ATLETICO EN EL AGUA / EQUIPO DE NATACIÓN DE ADULTOS:

1ª elección: Sesión:___ Alberca _____ Clase _____ Horas _____ Fechas _____ \$ _____

2ª elección: Sesión:___ Alberca _____ Clase _____ Horas _____ Fechas _____ \$ _____

INFORMACIÓN PARA EL EQUIPO DE NATACIÓN SOLAMENTE

Alberca: _____ Costo: \$70 (Equipo de Natación)

Medida de Camiseta (opcional): Niño(a): S M L Adulto: S M L XL 2XL Costo: \$10 (Camiseta del Equipo)

Exoneración de la Responsabilidad Civil:

En consideración, de permitir al participante enrolarse y tomar parte en las Clases o Programas de Aprender a Nadar, quien firma aquí abajo por la presente exonera a la Ciudad, sus empleados y agentes, de toda acción legal, reclamo o demanda por lesiones personales o por pérdida de propiedades que sucedan a causa de, o debido a, cualquier acto u omisión de la Ciudad, sus agentes o sus empleados. Esta exoneración no tendrá efecto con respecto a daños causados por negligencia grave por parte de la Ciudad. Confirmando que toda la información que proporciono aquí arriba es verdadera y correcta. Yo también he leído, comprendo, y me comprometo a acatar las políticas y los procedimientos establecidos por la División Acuática de la Ciudad de Austin.

Información para Pago por Tarjeta de Crédito

Número de Visa / Mastercard _____ Fecha Vencimiento _____

Firma del Dueño de la Tarjeta _____

Fax: 974-9344 ó 476-3048

Firma del Padre / Madre / Tutor(a) (si es menor de 18 años) o del Participante _____ Fecha _____

¿Es que el participante tiene necesidad de algún cuidado en especial para participar en el programa o en la actividad elegida?

Favor de indicar sus necesidades claramente _____

Promovemos la participación de personas dis-capacitadas en los Programas del Departamento de Parques y Recreación de la Ciudad de Austin. Pueden solicitar que los acomodemos especialmente para ayudarles a participar y a incluirles en estos programas. Les haremos arreglos razonables basados en las necesidades de cada persona necesitada. **Favor de contactarse con la Oficina Acuática al 974-9331 lo antes posible si usted desea solicitar que le acomodemos.**



Alcalde y Consejero de la Ciudad

Lee Leffingwell, Alcalde
Mike Martinez, Alcalde Pro Tem
Chris Riley, Lugar 1
Randi Shade, Lugar 3
Laura Morrison, Lugar 4
Bill Spelman, Lugar 5
Sheryl Cole, Lugar 6

Oficina del Gerente General de la Ciudad

Marc A. Ott, Gerente General de la Ciudad
H. G. (Bert) Lumbreras, Asistente del Gerente General de la Ciudad
Rudy Garza, Asistente del Gerente General de la Ciudad
Robert Goode, Asistente del Gerente General de la Ciudad
Sue Edwards, Asistente del Gerente General de la Ciudad
Michael McDonald, Asistente del Gerente General de la Ciudad
Anthony Snipes, Jefe del estado Mayor

Departamento de Parques y Recreación

Sara L. Hensley, CPRP, Directora
Kimberly A. McNeeley, Asistente de la Directora
Kelly F. Snook, ASLA, Asistente de la Directora
Cora D. Wright, Asistente de la Directora

Comisión de Parques y Recreación

Linda H. Guerrero, Presidente
Sara Hatfield Marler, Vice Presidente
William Abell, Miembro
Jeff Francell, Miembro
Carol Lee, Miembro
Jerry Perales, Miembro
Jane Rivera, Miembro