



POOL SCHEDULE

WATSONVILLE YMCA FAMILY CENTER

Effective November, 2016

MONDAY	TUESDAY	WEDNESDAY	THURSDAY	FRIDAY	SATURDAY	SUNDAY
MONDAY - FRIDAY Y OPEN FROM 5:30 AM TO 9:00 PM					SATURDAY & SUNDAY Y OPEN FROM 8:00 AM TO 3:30PM	
5:30-7:45am Lap Swim (3)	5:30-7:45am Lap Swim (3)	5:30-7:45am Lap Swim (3)	5:30-7:45am Lap Swim (3)	5:30-7:45am Lap Swim (3)		
Water Walk (1)	Water Walk (1)	Water Walk (1)	Water Walk (1)	Water Walk (1)		
8:00-9:00am Aqua Aerobics	8:00-9:00am Aqua Aerobics	8:00-9:00am Aqua Aerobics	8:00-9:00am Aqua Aerobics	8:00-9:00am Aqua Aerobics	8:00-11:40am Lap Swim (2)	8:00am-12:15pm (3) Lap Swim
9:15-10:15am E-Z Does It Water Fitness	9:15-10:15am E-Z Does It Water Fitness	9:15-10:15am E-Z Does It Water Fitness	9:15-10:15am E-Z Does It Water Fitness	9:15-10:15am E-Z Does It Water Fitness	9:30-11:40am Swim Lessons (\$)	12:30-3:00pm Family Swim
Lap Swim (2)	Lap Swim (2)	Lap Swim (2)	Lap Swim (2)	Lap Swim (2)		
10:20-2:00pm Lap Swim (2)	10:20-2:00pm Lap Swim (2)	10:20-2:00pm Lap Swim (2)	10:20-2:00pm Lap Swim (2)	10:15-3:00pm Lap Swim (2)	12:00-3:00pm Family Swim	
2:00-4:45pm Family Swim	2:00-4:45pm Family Swim	1:00-4:45pm Family Swim	2:00-4:45pm Family Swim	3:00-8:30pm Family Swim	Pool Rental Available 3:30 pm - 8:00 pm Inquire at Front Desk	
5:00-6:40pm Swim Lessons(\$)	5:00-6:40pm Swim Lessons(\$)	5:00-6:40pm Swim Lessons(\$)	5:00-6:40pm Swim Lessons(\$)		<ul style="list-style-type: none"> • Pool Schedule and number of lanes offered is subject to change without notice. • (#) Number of lanes offered • (\$) Additional fee required 	
Lap Swim (1)	Lap Swim (1)	Lap Swim (1)	Lap Swim (1)			
	6:00-7:00pm Swim Team (\$)		6:00-7:00pm Swim Team (\$)			
6:45-8:30pm Family Swim	7:00-8:30pm Family Swim	6:45-8:30pm Family Swim	7:00-8:30pm Family Swim			

WATSONVILLE YMCA FAMILY CENTER

27 Sudden Street
Watsonville, CA 95076
831.728.9622
www.centralcoastymca.org



Find us on

POOL GUIDELINES

**Our goal is SAFETY and the consideration of others.
Please help us by following these guidelines:**

- The lifeguards are here for everyone's safety. Please follow their instructions accordingly.
- Parents/guardians are responsible for supervising their children in and out of the pool.
- Children will be swim tested.
- Lap swim etiquette must be followed at all times.
- Maximum number of swimmers per lane is six.
- Please use the locker rooms and restrooms for changing diapers or clothing.
- Swimsuits should be worn for comfort and safety.
- Swimmers not potty trained should wear a swim diaper.
- Street clothes should not be worn in the pool.
- Walk on the pool deck.
- Enter the water feet first. For everyone's safety, do not dive in the shallow end.
- No breath-holding or horseplay in the pool.
- Personal flotation devices must be U.S. Coast Guard approved.
- Water can be brought in plastic bottles. Glass, aluminum cans, food or gum cannot be brought to the pool.
- For everyone's privacy, please do not take any photos or videos.

Lap Swim Etiquette and Circle Swimming :

Swimmers are required to follow the circle swim pattern. The customary traffic pattern is to stay to the right; that is to swim in a counterclockwise circle in the lane. It is the responsibility of the swimmer entering the lane to be sure that all the other swimmers in that lane are aware of his/her presence and the necessary traffic pattern. Always swim complete laps of the pool. Avoid stopping in the middle of the lane, this can interfere with the progress of other swimmers and cause collisions.

Swim Check:

All children will be swim tested in order to be able to swim in the deep end.

Thank you for following our guidelines.



HORARIO PISCINA

WATSONVILLE YMCA FAMILY CENTER

A partir de noviembre, 2016

LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO
LUNES - VIERNES Y ABIERTA DESDE LAS 5:30AM TO 9:00PM					SÁBADO & DOMINGO Y ABIERTO DESDE 8:00AM A 3:30PM	
5:30-7:45am Vueltas de Natación (3)	5:30-7:45am Vueltas de Natación (3)	5:30-7:45am Vueltas de Natación (3)	5:30-7:45am Vueltas de Natación (3)	5:30-7:45am Vueltas de Natación (3)		
Caminar en el Agua (1)	Caminar en el Agua (1)	Caminar en el Agua (1)	Caminar en el Agua (1)	Caminar en el Agua (1)		
8:00-9:00am Aeróbic en el Agua	8:00-9:00am Aeróbic en el Agua	8:00-9:00am Aeróbic en el Agua	8:00-9:00am Aeróbic en el Agua	8:00-9:00am Aeróbic en el Agua	8:00-11:40am Vueltas de Natación (2)	8:00am-12:15pm (3) Vueltas de Natación
9:15-10:15am E-Z Does It Gimnasio Agua	9:15-10:15am E-Z Does It Gimnasio Agua	9:15-10:15am E-Z Does It Gimnasio Agua	9:15-10:15am E-Z Does It Gimnasio Agua	9:15-10:15am E-Z Does It Gimnasio Agua	9:30-11:40am Clases de Natación (\$)	12:30-3:00pm Natación Familiar
Vueltas de Natación (2)	Vueltas de Natación (2)	Vueltas de Natación (2)	Vueltas de Natación (2)	Vueltas de Natación (2)		
10:20am-2:00pm Vueltas de Natación (2)	10:20-2:00pm Vueltas de Natación (2)	10:20-2:00pm Vueltas de Natación (2)	10:20-2:00pm Vueltas de Natación (2)	10:15-3:00pm Vueltas de Natación (2)	12:00-3:00pm Natación Familiar	
2:00-4:45pm Natación Familiar	2:00-4:45pm Natación Familiar	1:00-4:45pm Natación Familiar	2:00-4:45pm Natación Familiar	3:00-8:30pm Natación Familiar	Alquiler Piscina Disponible 3:30 - 8:00pm Pregunte en la Recepción	
5:00-6:40pm Clases de Natación (\$)	6:00-6:40pm Clases de Natación (\$)	5:00-6:40pm Clases de Natación (\$)	6:00-6:40pm Clases de Natación (\$)		<ul style="list-style-type: none"> • Horario de la Piscina y el número de carriles que se ofrecen están sujetos a cambios sin previo aviso. • (#) Número de carriles ofrecido • (\$) Costo adicional requerido 	
Vueltas de Natación (1)	Vueltas de Natación (1)	Vueltas de Natación (1)	Vueltas de Natación (1)			
	6:00-7:00pm Equipo de natación (\$)		6:00-7:00pm Equipo de natación (\$)			
6:45-8:30pm Natación Familiar	7:00-8:30pm Natación Familiar	6:45-8:30pm Natación Familiar	7:00-8:30pm Natación Familiar			

WATSONVILLE YMCA FAMILY CENTER

27 Sudden Street
Watsonville, CA 95076
831.728.9622
www.centralcoastymca.org



Encuentranos en



DIRECTRICES DE PISCINA

**Nuestro objetivo es la SEGURIDAD y la consideración de los demás.
Por favor, ayúdenos siguiendo estas pautas**

- Los socorristas están aquí por la seguridad de todos. Por favor seguir sus indicaciones.
- Los padres / tutores son responsables de la supervisión de sus niños dentro y fuera de la piscina.
- Los niños serán nadada probados.
- Lap nadar etiqueta debe seguirse en todo momento. Número máximo de nadadores por carril es de seis.
- Por favor, use los vestuarios y baños para el cambio de pañales o ropa.
- Trajes de baño deben ser usados para la comodidad y seguridad. La ropa de calle no se deben usar en la piscina.
- Los nadadores no entrenados orinal deben usar un pañal de natación.
- Caminar en la terraza de la piscina.
- Introduzca el agua con los pies primero. Para la seguridad de todos, no sumergirse en la parte menos profunda de la piscina.
- No contenga la respiración o jugar juegos peligrosos en la piscina.
- Dispositivos de flotación personales deberán ser de la Guardia Costera de Estados Unidos aprobó.
- El agua puede ser llevado en botellas de plástico. Vidrio, latas de aluminio, alimentos o goma no puede ser llevado a la piscina.
- De la vida privada de todos, por favor, no tomar cualquier fotos o videos.

Etiqueta Lap y la natación en un círculo:

Se requieren los nadadores a seguir el modelo del círculo de natación. El patrón de tráfico habitual es permanecer a la derecha; es decir a nadar en un círculo a la izquierda en el carril. Es responsabilidad del nadador entra en el carril para asegurarse de que todos los otros nadadores en ese carril son conscientes de su presencia y el patrón de tráfico necesarios. Siempre nadar vueltas completas de la piscina. Evite detenerse en el centro del carril, esto puede interferir con el progreso de otros nadadores y causar colisiones.

Prueba de natación:

Todos los niños se nadan probado con el fin de ser capaz de nadar en la parte más profunda.

Gracias por seguir nuestras pautas