



POOL SCHEDULE

HORARIO DE LA PISCINA

Monday Lunes	Tuesday Martes	Wednesday Miércoles	Thursday Jueves	Friday Viernes	Saturday Sábado	Sunday Domingo
LAP SWIM Natación Lateral 5-8a	LAP SWIM Natación Lateral 5-8:30a	LAP SWIM Natación Lateral 5-8a	LAP SWIM Natación Lateral 5-8:30a	LAP SWIM Natación Lateral 5-8a	Facility Closed Instalación cerrada	
Water Aerobics Aeróbic Acuático 8-9:00a	Open Swim Natación comunitaria 8:30-4:00PM	Water Aerobics Aeróbic Acuático 8-9:00a	Open Swim Natación comunitaria 8:30-4:00PM	Water Aerobics Aeróbic Acuático 8-9:00a	Open Swim Natación comunitaria 8-10a	CLOSED for POOL RENTALS CERRADO PARA RENTAS DE PISCINA
Open Swim Natación comunitaria 9a-4:00p		Open Swim Natación comunitaria 9a-4:00p		Aqua Fit 9-9:45a	Swim Lessons *Clases de natación 10-11a	
Swim Lessons *Clases de natación 4-6:30p + Lap Swim Natación Lateral	Swim Lessons *Clases de natación 4-5:00p + Lap Swim Natación Lateral	Swim Lessons *Clases de natación 4-6:30p + Lap Swim Natación Lateral	Swim Lessons *Clases de natación 4-5:00p + Lap Swim Natación Lateral	<div style="border: 2px solid orange; padding: 5px; display: inline-block;"> CLOSED 2ND FRIDAY CERRADO 2° VIERNES 3-4:30 PM STAFF TRAINING CAPACITACIÓN </div>		
Open Swim Natación libre 6:30-9p	Swim Team Equipo de natación 5-6p	Open Swim Natación libre 6:30-9p	Swim Team Equipo de natación 5-6p	Open Swim Natación libre 10a-7p	SCAN CODE FOR MORE INFO  ESCANEA EL CÓDIGO PARA MÁS INFORMACIÓN	
	Open Swim Natación libre 7:30-9p		Open Swim Natación libre 7:30-9p	Facility Closed Instalación cerrada		

THE POOL SCHEDULE AND THE NUMBER OF LANES ARE SUBJECT TO CHANGE WITHOUT NOTICE.
 EL HORARIO DE LA PISCINA Y EL NÚMERO DE CARRILES ESTÁN SUJETOS A CAMBIOS SIN AVISO.

POOL GUIDELINES

- Follow lifeguard instructions at all times.
- Children under 54" must be accompanied by an adult (18+). One adult per child.
- Shower before entering the pool.
- Swimmers must wear proper swimwear made of swimsuit fabric (no street clothes, shorts, cut-offs, or leotards).
- Long hair must be tied up or braided.
- Babies and non-potty-trained swimmers must wear swim diapers.
- Flotation devices must be U.S. Coast Guard approved. Kickboards are for lap swimming only.
- No running, pushing, dunking, or rough play in the pool or locker rooms.
- Diving only where allowed; backward dives and somersaults are prohibited.
- Lap swimmers under 15 must be evaluated by a lifeguard.
- Follow the circle swim pattern: swim to the right in a counterclockwise direction and complete full laps without stopping.
- Recreational swim is open to all; swim test required for the deep end.
- No food, gum, or candy in the pool area (plastic water bottles OK).
- No smoking or alcohol anywhere on YMCA property.
- Do not take photos or videos in the pool area.
- Do not enter lanes while lifeguards are changing lane lines.



NORMAS DE LA PISCINA

- Siga las instrucciones del salvavidas en todo momento.
- Los niños menores de 54" deben estar acompañados por un adulto (18+). Un adulto por niño.
- Banense antes de entrar a la piscina.
- Los nadadores deben usar traje de baño adecuado (no ropa de calle, shorts, pantalones cortos o leotardos).
- El cabello largo debe estar recogido o trenzado.
- Los bebés y personas no están entrenados para ir al baño deben usar pañales de natación.
- Los dispositivos de flotación deben estar aprobados por la Guardia Costera de EE.UU. Las tablas de natación son solo para natación de carril.
- No correr, empujar, sumergir ni realizar juegos bruscos en la piscina o vestuarios.
- Los clavados solo están permitidos donde se indique; se prohíben los clavados hacia atrás y los saltos mortales.
- Los nadadores en carril menores de 15 años deben ser evaluados por un salvavidas.
- Siga el patrón de natación en círculo: nade a la derecha en dirección contrarreloj y complete vueltas completas sin detenerse.
- La natación recreativa está abierta a todos; se requiere prueba de natación para el área profunda.
- No se permite comida, chicles ni dulces en la zona de la piscina (botellas de agua de plástico sí).
- No fumar ni consumir alcohol en ninguna parte de la propiedad del YMCA.
- No se permiten fotos ni videos en la piscina.
- No entre a los carriles mientras los salvavidas cambian las líneas de carril.

POOL SCHEDULE GUIDE GUÍA DEL HORARIO DE LA PISCINA

Lap Swim | Nado en Carriles

Open lanes for continuous lap swimming. | Carriles abiertos para nado continuo.

Open Swim | Natación libre

Open Swim is available for all members. Two lanes are reserved for lap swimming on a first-come, first-served basis. | La Natación Libre está disponible para todos los miembros. Dos carriles están reservados para nado de vueltas por orden de llegada.

Water Aerobics & Aqua Fit | Acuaeróbicos y Aquafit disponibles

Instructor-led group fitness class in the pool. | Clase de acondicionamiento guiada por instructor en la piscina.

Swim Lessons | Clases de Natación

Build water safety skills, boost confidence, and have fun in the water. Members not participating in Swim Lessons may use Lap Swim only. | Desarrolla habilidades de seguridad acuática, aumenta la confianza y disfruta del agua. Los miembros que no participen en Clases de Natación pueden usar solo carriles.