



ਮਾਊਂਟ ਰੇਨੀਅਰ ਪੂਲ

25 ਅਗਸਤ - 14 ਸਤੰਬਰ, 2025
ਵਧਾਇਆ ਗਿਆ ਗਰਮੀਆਂ ਦਾ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ



ਬੋਖਲਾ ਸਿਰਾ (83 - 85 ਡਿਗਰੀ)					
	ਸੋਮਵਾਰ/ਬੁੱਧਵਾਰ	ਮੰਗਲਵਾਰ/ਵੀਰਵਾਰ	ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ	ਸ਼ਨੀਵਾਰ	ਐਤਵਾਰ
ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਸੈਰ	6ਏ - 9ਏ	9. - ਦੁਪਹਿਰ	6ਏ-9ਏ	11:30.-1pm	9.-11:30.
	10.- 1p		10.-ਦੁਪਹਿਰ		
ਪਰਿਵਾਰਕ ਤੈਰਾਕੀ	ਦੁਪਹਿਰ - 2 ਵਜੇ	ਦੁਪਹਿਰ - 2 ਵਜੇ	ਦੁਪਹਿਰ - 1 ਵਜੇ	11:30.-1pm****	11:30.-1pm****
	7p-9p***	6 ਵਜੇ - 7 ਵਜੇ ****	5 ਪੀ-9 ਪੀ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ
		8 ਪੀ - 9 ਪੀ			
ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਸਰਤ (ਘੱਟ ਪਾਣੀ)	9ਏ - 10ਏ	7 ਪੀ - 8 ਪੀ	9ਏ-10ਏ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ
ਡੀਪ ਐਂਡ (83 - 85 ਡਿਗਰੀ)					
	ਸੋਮਵਾਰ/ਬੁੱਧਵਾਰ	ਮੰਗਲਵਾਰ/ਵੀਰਵਾਰ	ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ	ਸ਼ਨੀਵਾਰ	ਐਤਵਾਰ
ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਸਰਤ (ਡੂੰਘਾ ਪਾਣੀ)	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ	10:15.-11. 5/9 ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ
ਲੈਪ ਸਵਿਮ	6ਏ-2ਪੀ	9ਏ-2ਪੀ	6ਏ-1ਪੀ	10:30.-1pm	9ਏ-1ਪੀ
	7:30 ਵਜੇ-9 ਵਜੇ	7:30 ਵਜੇ-9 ਵਜੇ	7:30 ਵਜੇ-9 ਵਜੇ		
ਪੂਰਾ ਪੂਲ: ਬੋਖਲਾ ਅਤੇ ਡੂੰਘਾ ਸੰਯੁਕਤ (83 - 85 ਡਿਗਰੀ)					
	ਸੋਮਵਾਰ/ਬੁੱਧਵਾਰ	ਮੰਗਲਵਾਰ/ਵੀਰਵਾਰ	ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ	ਸ਼ਨੀਵਾਰ	ਐਤਵਾਰ
ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਤੈਰਾਕੀ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ	1 ਪੀ-2 ਪੀ**	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ

*ਪਰਿਵਾਰਕ ਤੈਰਾਕੀ: ਸਿਰਫ਼ ਘੱਟ ਬੋਕਲਾ ਸਿਰਾ। ** ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਤੈਰਾਕੀ: ਘੱਟ ਬੋਕਲੇ ਸਿਰੇ 'ਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਤੈਰਾਕੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ
*** ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦਰ: ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਸਰਤ ਅਤੇ ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਪਾਣੀ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਸਾਰੇ ਤੈਰਾਕਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ।
**** ਪਰਿਵਾਰਕ ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਘੱਟੋ ਘੱਟ ਗਏ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਪਾਣ ਸੋਮਵਾਰ ਅਤੇ ਬੁੱਧਵਾਰ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮ 4-6:45 ਵਜੇ ਤੱਕ ਹੋਣਗੇ।
***** ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਣ ਭਾਰੀਦਾਰਾਂ ਅਤੇ ਇੱਕ (1) ਮਾਤਾ-ਪਿਤਾ ਲਈ ਮੁਫਤ ਅਭਿਆਸ ਤੈਰਾਕੀ ਸਮਾਂ।

ਫਰੰਟ ਦਫ਼ਤਰ ਦੇ ਘੰਟੇ:
ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਬੋਝਿਜਕ ਫਰੰਟ ਡੈਸਕ 'ਤੇ ਰੁਕੇ ਜਾਂ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।

- ਸੋਮਵਾਰ-ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ: 9:00 - 1:00pm ਅਤੇ 4-7:30pm
- ਸ਼ਨੀਵਾਰ: 9:00 - 1:30pm
- ਐਤਵਾਰ: 9:00-1:00pm

ਵੈੱਬਸਾਈਟ: ਸਾਡੀ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਨੂੰ ਨਵੇਂ ਸੁਭਿਊਲ ਪੰਨੇ ਦੇ ਨਾਲ ਦੇਖੋ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਭਵਿੱਖ ਦੇ ਸੁਭਿਊਲ, ਫੀਸਾਂ, ਬੀਮਾ ਮੈਂਬਰਸ਼ਿਪ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ, ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ, ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਅਤੇ ਹੋਰ ਬਹੁਤ ਕੁਝ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਐਲਾਨ ਕੋਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।

ਕੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਤਾ ਹੈ? ਹਾਈਲਾਈਨ ਸਕੂਲ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਤੈਰਾਕੀ ਅਤੇ ਡਾਈਵ ਟੀਮਾਂ ਦੇ ਇਕਰਾਰਨਾਮੇ ਅਨੁਸਾਰ ਪੂਲ ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ, ਸ਼ਾਮ 3-6 ਵਜੇ, ਅਤੇ ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਸ਼ਨੀਵਾਰ ਸਵੇਰੇ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਪਤਝੜ ਤੈਰਾਕੀ ਮੁਕਾਬਲੇ 11 ਅਤੇ 18 ਸਤੰਬਰ ਅਤੇ 4, 14 ਅਤੇ 16 ਅਕਤੂਬਰ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮ 3-6 ਵਜੇ ਤੱਕ ਹੋਣਗੇ। ਕਈ ਵਾਰ ਮੀਟਿੰਗਾਂ ਸ਼ਾਮ 6 ਵਜੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਪਤਝੜ ਵਿੱਚ ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਪਾਠ: ਪਤਝੜ ਵਿੱਚ ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਪਾਠ ਦੀ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ 8 ਸਤੰਬਰ ਦੇ ਹਫ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਹੋਵੇਗੀ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ www.mtrainierpool.com/swimseason ਦੇ ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਪੰਨੇ 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਸ਼ਨੀਵਾਰ ਤੈਰਾਕੀ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ: ਇੱਕ ਫੀਸ, ਹੋਰ ਮਜ਼ੇਦਾਰ!

ਇੱਕ ਲਈ ਆਓ, ਦੋਵਾਂ ਲਈ ਠਹਿਰੋ! ਤੁਹਾਡਾ ਦਾਖਲਾ ਪੂਲ ਟਾਈਮ ਦੇ 2.5 ਘੰਟੇ ਕਵਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਸਵੇਰੇ 11:30 ਵਜੇ - ਦੁਪਹਿਰ 1:00 ਵਜੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਤੈਰਾਕੀ (ਬੋਕਲਾ ਸਿਰਾ) ਅਤੇ ਲੈਪ ਤੈਰਾਕੀ (ਡੂੰਘੀ ਸਿਰਾ)

ਦੁਪਹਿਰ 1:00 ਵਜੇ - ਦੁਪਹਿਰ 2:00 ਵਜੇ ਖੁੱਲ੍ਹਾ ਤੈਰਾਕੀ (ਪੂਰਾ ਪੂਲ) ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ: ਪਰਿਵਾਰਕ ਤੈਰਾਕੀ, ਡਾਈਵਿੰਗ ਬੋਰਡ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸੈਰ

ਇੱਕ ਦਾਖਲਾ ਦੋਵੇਂ ਸੈਸ਼ਨਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦਾ ਹੈ (ਸਵੇਰੇ 11:30 ਵਜੇ ਤੋਂ ਦੁਪਹਿਰ 2:00 ਵਜੇ ਤੱਕ) - ਪਰਿਵਾਰ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਵਾਧੂ ਕੀਮਤ ਦੇ 2.5 ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਪੂਲ ਦਾ ਆਨੰਦ ਲੈ ਸਕਦੇ ਹਨ!