



ਮਾਊਂਟ ਰੇਨੀਅਰ ਪੂਲ



31 ਮਾਰਚ – 4 ਮਈ, 2025

ਸਰਦੀਆਂ ਦੀ ਦੇਰ ਦੀ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ

ਬੱਚੇ ਤੈਰਾਕੀ ਮੁਫਤ (ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹੇਠਾਂ ਦੇਖੋ)

ਸੈਲੋ ਐਂਡ (83 ਡਗਿਰੀ ਫਾਰਨਹੀਟ – 85 ਡਗਿਰੀ ਫਾਰਨਹੀਟ)

ਪਾਣੀ ਵੀਚ ਸੈਰ	ਸੋਮਵਾਰ	ਮੰਗਲਵਾਰ	ਬੁੱਧਵਾਰ	ਵੀਰਵਾਰ	ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ	ਸ਼ਨੀਵਾਰ	ਐਤਵਾਰ
	6ਏ-9ਏ	6a - ਦੁਪਹਿਰ	6ਏ-9ਏ	6a - ਦੁਪਹਿਰ	6ਏ-9ਏ	11:30a – 1pm	9a-11:30a
	10a - ਦੁਪਹਿਰ		10a - ਦੁਪਹਿਰ		10a - ਦੁਪਹਿਰ		
ਪਰਿਵਾਰਕ ਤੈਰਾਕੀ	ਦੁਪਹਿਰ - 1 ਵਜੇ	ਦੁਪਹਿਰ - 1 ਵਜੇ	ਦੁਪਹਿਰ - 1 ਵਜੇ	ਦੁਪਹਿਰ - 1 ਵਜੇ	ਦੁਪਹਿਰ - 1 ਵਜੇ	11:30a – 1pm *****	11:30a-1pm
	7 ਪੀ-8 ਪੀ	5 ਪੀ-6 ਪੀ***** 6 ਪੀ-7 ਪੀ	7 ਪੀ-8 ਪੀ	5 ਪੀ-7 ਪੀ 6 ਪੀ-7 ਪੀ	5 ਪੀ-8 ਪੀ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ
ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਸਰਤ (ਘੱਟ ਪਾਣੀ)	9ਏ -10ਏ	7 ਪੀ-8 ਪੀ	9ਏ -10ਏ	7 ਪੀ-8 ਪੀ	9ਏ -10ਏ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ

ਡੀਪ ਐਂਡ (83 ਡਗਿਰੀ ਫਾਰਨਹੀਟ – 85 ਡਗਿਰੀ ਫਾਰਨਹੀਟ)

ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਸਰਤ (ਡੂੰਘਾ ਪਾਣੀ)	ਸੋਮਵਾਰ	ਮੰਗਲਵਾਰ	ਬੁੱਧਵਾਰ	ਵੀਰਵਾਰ	ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ	ਸ਼ਨੀਵਾਰ	ਐਤਵਾਰ
	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ	10:15a-11a (2 ਲੇਨ)	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ
ਲੈਪ ਸਵੀਮਿੰਗ	6ਏ-1ਪੀ (6 ਲੇਨ)	6ਏ-1ਪੀ (6 ਲੇਨ)	6ਏ-1ਪੀ (6 ਲੇਨ)	6ਏ-1ਪੀ (6 ਲੇਨ)	6ਏ-10:15ਏ (6 ਲੇਨ)	10:30a – 11a (4 ਲੇਨ)	9ਏ-1ਪੀ (6 ਲੇਨ)
					10:15a – 11a (4 ਲੇਨ)	11a-11:30a (5 ਲੇਨ)	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ
					11ਏ-1ਪੀ (6 ਲੇਨ)	11:30a-1pm (6 ਲੇਨ)	
	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ	7 ਪੀ-8 ਪੀ (2 ਲੇਨ)	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ	7 ਪੀ-8 ਪੀ (2 ਲੇਨ)	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ	

ਪੂਰਾ ਪੂਲ (83 ਡਗਿਰੀ ਫਾਰਨਹੀਟ – 85 ਡਗਿਰੀ ਫਾਰਨਹੀਟ)

ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਤੈਰਾਕੀ	ਸੋਮਵਾਰ	ਮੰਗਲਵਾਰ	ਬੁੱਧਵਾਰ	ਵੀਰਵਾਰ	ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ	ਸ਼ਨੀਵਾਰ	ਐਤਵਾਰ
	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ	1 ਪੀ - 2 ਪੀ	ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ

*ਪਰਿਵਾਰਕ ਤੈਰਾਕੀ: ਸਿਰਫ ਘੱਟ ਉਚਾਈ ਵਾਲੇ ਸਿਰੇ 'ਤੇ। ** ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਤੈਰਾਕੀ: ਘੱਟ ਉਚਾਈ ਵਾਲੇ ਸਿਰੇ 'ਤੇ ਪਰਿਵਾਰਕ ਤੈਰਾਕੀ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ।

*** ਰੋਜ਼ਾਨਾ ਦਰ: ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਸਰਤ ਅਤੇ ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਪਾਠਾਂ ਨੂੰ ਛੱਡ ਕੇ ਸਾਰੇ ਤੈਰਾਕਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ।

**** ਪਰਿਵਾਰਕ ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਘੰਟੇ ਘਟਾਏ ਗਏ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਪਾਠ ਸੋਮਵਾਰ ਅਤੇ ਬੁੱਧਵਾਰ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮ 4-6:45 ਵਜੇ ਤੱਕ ਹੋਣਗੇ।

***** ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਅਤੇ 1 ਮਾਪੇ ਲਈ ਮੁਫਤ ਅਭਿਆਸ ਤੈਰਾਕੀ ਸਮਾਂ।



ਫਰੰਟ ਦਫਤਰ ਦੇ ਘੰਟੇ : ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਫਰੰਟ ਡੈਸਕ 'ਤੇ ਰੁਕਣ ਲਈ ਬੇਇਜ਼ਜਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰੋ ਜਾਂ ਸਾਨੂੰ ਕਾਲ ਕਰੋ।

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

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

ਬੱਚੇ ਤੈਰਾਕੀ ਮੁਫਤ: 0-18 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ ਦੇ ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਤੈਰਾਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਇਸ ਵਿੱਚ ਪਰਿਵਾਰਕ ਅਤੇ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਤੈਰਾਕੀ, ਲੈਪ ਤੈਰਾਕੀ, ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਕਸਰਤ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਹੋਰ ਕੋਈ ਵਚਨਬੱਧਤਾ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਗਰਮੀਆਂ ਦੇ ਅੰਤ ਤੱਕ ਜਾਂ ਗ੍ਰਾਂਟ ਖਤਮ ਹੋਣ ਤੱਕ ਚੱਲੇਗਾ।

ਸ਼ਨੀਵਾਰ ਓਪਨ ਸਵਮਿ

ਜਾਣਕਾਰੀ

ਮਹੀਨੇ ਦਾ ਪਹਿਲਾ ਸ਼ਨੀਵਾਰ

(\$1 ਤੈਰਾਕੀ)

ਮਹੀਨੇ ਦੇ ਹੋਰ ਸਾਰੇ ਸ਼ਨੀਵਾਰ (ਨਿਯਮਤ ਫੀਸ)

