

ਬਸੰਤ ਰੁੱਤ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਹੈਡਬੁੱਕ

ਮਾਊਂਟ ਰੇਨੀਅਰ ਪੂਲ

ਡੇਸ ਮੋਇਨੇਸ ਪੂਲ ਮੈਟਰੋਪੋਲੀਟਨ ਪਾਰਕ ਜਲ੍ਹਾ r.01.29.2026



ਸੰਖੇਪ

ਦਰਸਨ

ਮਾਊਂਟ ਰੇਨੀਅਰ ਪੂਲ ਸਾਡੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਹਰ ਉਮਰ ਅਤੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਲਈ ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਪਾਠਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਅਤੇ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਾਹੌਲ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਕੋਸ਼ਿਸ਼ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਮੰਨਣਾ ਹੈ ਕਿ ਤੈਰਾਕੀ ਇੱਕ ਜ਼ਰੂਰੀ ਜੀਵਨ ਹੁਨਰ ਅਤੇ ਇੱਕ ਸਿਹਤਮੰਦ ਮਨੋਰੰਜਨ ਗਤੀਵਿਧੀ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਟਾਫ਼ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਦੀ ਮਹੱਤਤਾ ਬਾਰੇ ਸਿਖਲਾਈ ਦੇਣ ਲਈ ਵਚਨਬੱਧ ਹਾਂ। ਸਾਡੇ ਪਾਠਾਂ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ, ਅਸੀਂ ਅਮਰੀਕੀ ਰੈੱਡ ਕਰਾਸ ਦੇ ਮਿਆਰਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਜ਼ਿਆਦਾਤਰ ਇੰਸਟ੍ਰਕਟਰ ਪ੍ਰਮਾਣਿਤ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਆਪਣੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਨੂੰ ਕਿਫਾਇਤੀ ਰੱਖਣ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਡੇਸ ਮੋਇਨੇਸ ਅਤੇ ਨੌਰਮੈਂਡੀ ਪਾਰਕ ਦੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਲਈ 90 ਪ੍ਰਤੀਸ਼ਤ ਤੱਕ ਦੀ ਛੋਟ ਦੇ ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਵਿਕਲਪ ਹਨ। ਅੰਤ ਵਿੱਚ, ਸਾਡਾ ਮੰਨਣਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਅਸੀਂ ਮੁਫ਼ਤ ਅਭਿਆਸ ਸਮਾਂ ਜੋੜਿਆ ਹੈ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹੇਠਾਂ ਦੇਖੋ।

ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ

ਮੌਜੂਦਾ ਜਾਂ ਨਵੇਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵਜੋਂ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ ਲਈ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਕਦਮ ਹਨ। ਮੌਜੂਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੇ ਪਿਛਲੇ ਸੈਸ਼ਨਾਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲਿਆ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਦੋ ਜਾਂ ਘੱਟ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਮੁਆਫ਼ੀ ਦੇ ਗੈਰਹਾਜ਼ਰੀ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਨਵੇਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ			ਮੌਜੂਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ
ਪਹਿਲੀ ਵਾਰ ਤੈਰਾਕ	ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦਾ ਤਬਾਦਲਾ ਕਰੋ	ਗੈਰ-ਮੌਜੂਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ	
ਉਹ ਤੈਰਾਕ ਜਿਸਨੇ ਸਮੂਹਿਕ ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਸਬਕ ਨਹੀਂ ਲਏ ਹਨ।	ਇੱਕ ਤੈਰਾਕ ਜੋ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਪੂਲ ਦੇ ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਤੋਂ ਤਬਦੀਲ ਹੋ ਗਿਆ ਹੈ।	ਇੱਕ ਤੈਰਾਕ ਜਿਸਨੇ ਮਾਊਂਟ ਰੇਨੀਅਰ ਪੂਲ ਵਿੱਚ ਛੇ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਤੈਰਾਕੀ ਦੀ ਸਿੱਖਿਆ ਲਈ ਹੈ। ਪਿਛਲੇ ਛੇ ਮਹੀਨਿਆਂ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਤੈਰਾਕੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ।	ਪਾਠਾਂ ਲਈ ਸਾਈਨ ਅੱਪ ਕਰੋ <i>ਪਰ ਸਿਵਕਰੇਕ ਖਾਤੇ 'ਤੇ ਸਹੀ ਕਲਾਸ ਅਤੇ ਮੌਜੂਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਫਲੈਗ ਲਈ ਹਮੇਸ਼ਾ 2-3 ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਖਾਤੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ।</i>
- ਅਕਾਊਂਟ ਬਣਾਓ - ਕਿਸੇ ਤੈਰਾਕੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਦੀ ਲੋੜ ਨਹੀਂ (ਸਿਰਫ਼ P&C 1, PSA 1, LTS 1 ਅਤੇ ਬਾਲਗ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਲਈ ਤੈਰਾਕੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਹੈ) - ਪਾਠਾਂ ਲਈ ਸਾਈਨ ਅੱਪ ਕਰੋ	- ਅਕਾਊਂਟ ਬਣਾਓ - ਤੈਰਾਕੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਲਓ - ਪਾਠਾਂ ਲਈ ਸਾਈਨ ਅੱਪ ਕਰੋ	- ਨਵਾਂ ਤੈਰਾਕੀ ਮੁਲਾਂਕਣ - ਪਾਠਾਂ ਲਈ ਸਾਈਨ ਅੱਪ ਕਰੋ	

ਮੌਜੂਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ

ਇਹ ਪਤਾ ਲਗਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਮੌਜੂਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ [\(206\) 824-4722 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ](tel:2068244722)। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ 2-3 ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਸਾਨੂੰ ਪੁੱਛੋ।

ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ

ਸਹੀ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਤਾਰੀਖਾਂ ਅਤੇ ਸਮਾਂ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਸੂਚੀਬੱਧ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ ਅਤੇ ਸਾਡੇ ਈਮੇਲ ਸੂਚਨਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ 'ਤੇ ਭੇਜੇ ਜਾਣਗੇ। ਸਹੀ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਤਾਰੀਖਾਂ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦਾ ਮੁੱਖ ਪੰਨਾ ਵੇਖੋ। ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਤਿੰਨ ਵਿਕਲਪ ਹਨ।

- **ਫੋਨ:** ਕਲਾਸ ਪਲੇਸਮੈਂਟ ਨਿਰਧਾਰਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਉਲਝਣ ਤੋਂ ਬਚਣ ਲਈ, ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਸ਼ੁਰੂਆਤ ਵਿੱਚ ਸਿਰਫ਼ ਇੱਕ ਵਿਅਕਤੀ ਕਾਲਾਂ ਨੂੰ ਸੰਭਾਲੇਗਾ। ਇਸ ਦੇ ਨਤੀਜੇ ਵਜੋਂ ਉਡੀਕ ਸਮਾਂ ਲੰਬਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਕਾਲ ਟ੍ਰੀ ਉਪਭੋਗਤਾਵਾਂ ਨੂੰ ਕਤਾਰ ਵਿੱਚ ਰੱਖੇਗਾ, ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਏ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਕਾਲਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਵਾਂਗੇ। ਬਾਕੀ ਬਚੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸੁਨੇਹੇ ਦਾ ਜਵਾਬ ਸਾਰੀਆਂ ਮੌਜੂਦਾ ਕਾਲਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। *ਜੇਕਰ ਅਸੀਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਵਿਅਸਤ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਇਹ ਅਗਲੇ ਦਿਨ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।*
- **ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ:** ਲੋਕ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ 45 ਮਿੰਟ ਤੱਕ ਉਡੀਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਨੰਬਰ ਜਾਰੀ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ, ਅਤੇ ਸਟਾਫ਼ ਨੰਬਰਾਂ 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੇਗਾ ਕਿਉਂਕਿ ਰਜਿਸਟਰਾਰ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਜੇ ਵੀ ਨੰਬਰ ਲੈਣ ਲਈ ਜਲਦੀ ਆਉਂਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਫਿਰ ਚਲਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਉਸਦੀ ਵਾਰੀ ਖਤਮ ਹੋ ਜਾਵੇਗੀ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਇੱਕ ਨਵਾਂ ਨੰਬਰ ਲੈਣਾ ਪਵੇਗਾ।
- ***ਔਨਲਾਈਨ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ:** ਔਨਲਾਈਨ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਹੁਣ ਸਾਰੇ ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠਾਂ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਪੱਧਰ ਦਾ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਪਾਠਾਂ ਤੋਂ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਵੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਵਾਉਣਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ। ਵਧੇਰੇ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹੇਠਾਂ ਤੈਰਾਕੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਭਾਗ ਵੇਖੋ।

ਕਿਉਂਕਿ ਕਲਾਸਾਂ ਦੀ ਸਮਰੱਥਾ ਸੀਮਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਸਹੀ ਕਲਾਸਾਂ ਵਿੱਚ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨਾ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਔਨਲਾਈਨ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ ਲਈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਈਮੇਲ ਅਤੇ ਪਾਸਵਰਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਕੇ CivicRec (ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ) ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਰਾਹੀਂ ਆਪਣੇ ਖਾਤੇ ਵਿੱਚ ਸਾਈਨ ਇਨ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ। ਤੁਸੀਂ ਭਾਗੀਦਾਰ ਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਉਸ ਪੱਧਰ ਲਈ ਹੀ ਸਾਈਨ ਅੱਪ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਿਸ ਲਈ ਉਹ ਯੋਗ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਇਸ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ ਕਿ ਉਹ ਕਿਸ ਪੱਧਰ ਲਈ ਯੋਗ ਹਨ, ਤਾਂ [\(206\) 824-4722 'ਤੇ ਫਰੰਟ ਡੈਸਕ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਤੋਂ ਝਿਜਕੋ ਨਾ](tel:2068244722)।

ਕਲਾਸ ਪੱਧਰ ਦੇ ਸੰਖੇਪ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਹੇਠਾਂ ਕਲਾਸ ਪੱਧਰਾਂ ਦਾ ਵੇਰਵਾ ਦਿੱਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਵਿਸਤ੍ਰਿਤ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਇੱਥੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਪੂਲ ਸਟਾਫ਼ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਹੀ ਪਾਠਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋ।

	ਮਾਪੇ ਅਤੇ ਬੱਚਾ (ਉਮਰ 6 ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ 3 ਸਾਲ)	ਪ੍ਰੀ-ਲੈਵਲ (ਉਮਰ 4-6 ਸਾਲ)	ਤੈਰਨਾ ਸਖਿਣ ਦੇ ਪੱਧਰ (7-14 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ)	ਬਾਲਗ਼ (ਉਮਰ 15+ ਸਾਲ)
ਕਲਾਸ ਪੱਧਰ	ਪੀ ਐਡ ਸੀ 1, ਪੀ ਐਡ ਸੀ 2	ਪ੍ਰੀ-1, ਪ੍ਰੀ-2, ਪ੍ਰੀ-3	ਪੱਧਰ 1, ਪੱਧਰ 2, ਪੱਧਰ 3, ਪੱਧਰ 4, ਪੱਧਰ 5, ਪੱਧਰ 6	ਬਾਲਗ਼ ਸ਼ੁਰੂਆਤ, ਬਾਲਗ਼ ਇੰਟਰਮੀਡੀਏਟ

ਕਲਾਸ ਦੀ ਕੀਮਤ

ਇਸ ਸਮੇਂ, ਮੁਫਤ ਤੈਰਾਕੀ ਸਬਕਾਂ ਲਈ ਕੋਈ ਗ੍ਰਾਂਟ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪਰ ਡੇਸ ਮੋਇਨੇਸ ਅਤੇ ਨੌਰਮੈਂਡੀ ਪਾਰਕ ਦੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਉਪਲਬਧ ਹਨ, ਜੇਕਰ ਉਹ ਕਲਾਸ ਦੀ ਕੀਮਤ ਦੇ 90% ਲਈ ਯੋਗਤਾ ਪੂਰੀ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਕੀਮਤਾਂ 8 ਕਲਾਸ-ਸੈਸ਼ਨ ਲਈ ਹਨ। ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਦਰਾਂ 2026 ਦੀਆਂ ਨਵੀਆਂ ਦਰਾਂ ਹਨ ਜੋ 1 ਜਨਵਰੀ, 2026 ਤੋਂ ਲਾਗੂ ਹੋਣਗੀਆਂ।

	ਮਾਪੇ ਅਤੇ ਬੱਚਾ (ਉਮਰ 6 ਮਹੀਨੇ ਤੋਂ 3 ਸਾਲ)	ਪ੍ਰੀ-ਲੈਵਲ (ਉਮਰ 4-6 ਸਾਲ)	ਤੈਰਨਾ ਸਿਖਣ ਦੇ ਪੱਧਰ (7-14 ਸਾਲ ਦੀ ਉਮਰ)	ਬਾਲਗ਼ (ਉਮਰ 15+ ਸਾਲ)
ਨਿਵਾਸੀ*	\$82.00	\$82.00	\$82.00	\$82.00
ਗੈਰ-ਨਿਵਾਸੀ	\$98.00	\$98.00	\$98.00	\$98.00

ਕਲਾਸਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ, ਕਲਾਸ ਫੀਸਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਪ੍ਰੋ-ਰੇਸ਼ਨ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਨਾਲ ਹੀ, ਰੱਦ ਕਰਨ ਲਈ \$10 ਪ੍ਰੋਸੈਸਿੰਗ ਫੀਸ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤਾ ਭਾਗ ਵੇਖੋ।

*ਡੇਸ ਮੋਇਨੇਸ ਅਤੇ ਨੌਰਮੈਂਡੀ ਪਾਰਕ ਦੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਪਾਠਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਿੰਗ ਲਈ ਤਰਜੀਹ ਅਤੇ ਛੋਟ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਬਸੰਤ ਰੁੱਤ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰਕਰਿਆ/ਦਿਨ

ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਤਰਜੀਹ 1,2,3 ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੇਗੀ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਲਈ ਤਰਜੀਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ 'ਤੇ ਤੁਰੰਤ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰੋ ਕਿਉਂਕਿ ਖੇਤਰ ਵਿੱਚ ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠਾਂ ਦੀ ਜ਼ੋਰਦਾਰ ਮੰਗ ਹੈ।

	ਨਿਵਾਸੀ*	ਗੈਰ-ਨਿਵਾਸੀ
ਮੌਜੂਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ	(1) ਸਾਰੇ ਮੌਜੂਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਮੰਗਲਵਾਰ, 17 ਮਾਰਚ, ਸ਼ਾਮ 4:30 ਵਜੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਵੇਗਾ	
ਨਵਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ	(2) ਨਵਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ, ਨਿਵਾਸੀ ਵੀਰਵਾਰ, 19 ਮਾਰਚ, ਸ਼ਾਮ 5-6:30 ਵਜੇ	(3) ਨਵਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ, ਗੈਰ-ਨਿਵਾਸੀ ਵੀਰਵਾਰ, 19 ਮਾਰਚ, ਸ਼ਾਮ 6:30-8 ਵਜੇ

*ਡੇਸ ਮੋਇਨੇਸ ਅਤੇ ਨੌਰਮੈਂਡੀ ਪਾਰਕ ਦੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਨਵੇਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਤਰਜੀਹ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।

ਸਰਦੀਆਂ 2026

ਦਿਨ	ਦਿਨ ਦਾ ਸਮਾਂ	ਟਾਈਮਜ਼	ਕਲਾਸ ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ
ਸੋਮਵਾਰ ਅਤੇ ਬੁੱਧਵਾਰ*	ਸ਼ਾਮ	ਸ਼ਾਮ 4-6 ਵਜੇ	4/6-4/29 (8 ਕਲਾਸਾਂ)
ਸ਼ਨੀਵਾਰ	ਸਵੇਰ	ਸਵੇਰੇ 8:30-11:30 ਵਜੇ	3/28-5/16 (8 ਕਲਾਸਾਂ)

ਪੂਲ ਮੰਗਲਵਾਰ ਅਤੇ ਵੀਰਵਾਰ ਦੁਪਹਿਰ ਨੂੰ ਹਾਈ ਸਕੂਲ ਤੈਰਾਕੀ ਮੁਕਾਬਲਿਆਂ ਦੀ ਮੇਜ਼ਬਾਨੀ ਕਰੇਗਾ। ਮੰਗਲਵਾਰ ਅਤੇ ਵੀਰਵਾਰ ਦੇ ਪਾਠ ਬਸੰਤ ਰੁੱਤ ਵਿੱਚ ਦੁਬਾਰਾ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣਗੇ।

ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਕਲਾਸ ਦੇ ਸਹੀ ਸਮੇਂ

ਕਲਾਸ ਦੇ ਪਾਠ ਦੇ ਸਹੀ ਸਮੇਂ ਮਾਊਟ ਰੇਨੀਅਰ ਪੂਲ ਦੇ [ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਪੰਨੇ 'ਤੇ](#), ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਵਾਲੇ ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ ਨੂੰ ਪੋਸਟ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ। ਕਲਾਸ ਦੇ ਪਾਠ ਦੇ ਸਮੇਂ ਮੌਜੂਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਗਿਣਤੀ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮੌਜੂਦਾ ਪੱਧਰਾਂ ਨੂੰ ਪਾਸ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਆਉਣ ਵਾਲਾ ਬੰਦ (ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ)

ਪੂਲ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਨੂੰ ਵੱਡੇ ਨਵੀਨੀਕਰਨ ਲਈ ਤਿੰਨ ਗ੍ਰਾਂਟਾਂ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਈਆਂ। ਪ੍ਰੋਜੈਕਟਾਂ ਵਿੱਚ ਠੇਕੇ ਦੇ ਮੁੱਦਿਆਂ, ਸਾਡੀਆਂ ਲੀਜ਼ ਲੋੜਾਂ, ਬੋਲੀ ਕਾਨੂੰਨਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕਾਰਕਾਂ ਦੇ ਕਾਰਨ ਦੇਰੀ ਹੋਈ ਹੈ, ਸਾਨੂੰ ਭਵਿੱਖ ਦੇ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀਆਂ ਨੂੰ ਵਿਵਸਥਿਤ ਕਰਨਾ ਪੈ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਾਡੇ [ਈਮੇਲ ਸੂਚਨਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਅੱਪਡੇਟ ਭੇਜਿਆ ਜਾਵੇਗਾ](#) ਅਤੇ ਸਾਰੀ ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਹੋਰ ਭਵਿੱਖੀ ਤਾਰੀਖਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹਨ

ਬਾਲਗ ਪਾਠਾਂ ਸਮੇਤ ਬਾਕੀ ਸਾਲ ਲਈ ਭਵਿੱਖ ਦੇ ਹੋਰ ਵਿਕਲਪਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ (ਅਟੈਚਮੈਂਟ 1) ਦਾ ਅੰਤ ਵੇਖੋ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ ਕਿ ਇਸ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਦੀ ਗੁੰਝਲਤਾ, ਆਉਣ ਵਾਲੇ ਸ਼ਡਿਊਲ ਅਟੈਚਮੈਂਟ ਅਸਥਾਈ ਹਨ ਕਿਉਂਕਿ ਪ੍ਰੋਜੈਕਟ ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ ਰਸਮੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨਿਰਧਾਰਤ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਇਹ ਤਾਰੀਖਾਂ ਭਵਿੱਖ ਵਿੱਚ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਣਗੀਆਂ, ਅਤੇ ਇੱਕ ਵਾਰ ਅੰਤਿਮ ਰੂਪ ਦੇਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਇੱਕ ਈਮੇਲ ਅੱਪਡੇਟ ਭੇਜਿਆ ਜਾਵੇਗਾ।

ਕਲਾਸਾਂ ਦੇ ਉਦਘਾਟਨ ਦੇ ਅਪਡੇਟਸ

ਹਰੇਕ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸੈਸ਼ਨ ਦੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ ਕਲਾਸਾਂ ਦੇ ਉਦਘਾਟਨ ਸੰਬੰਧੀ ਅਪਡੇਟਸ ਪੋਸਟ ਕੀਤੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਕਲਾਸਾਂ ਘੰਟੇ ਦੇ ਸਿਖਰ (:00) ਜਾਂ ਹਰੇਕ ਘੰਟੇ ਦੇ ਮੱਧ (:30) ਤੋਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਾਡੀ ਈਮੇਲ ਸੂਚਨਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਦੇ ਹਿੱਸੇ ਵਜੋਂ ਭੇਜੀ ਗਈ ਸੂਚਨਾ ਦੇ ਨਾਲ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਪੋਸਟ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਕਲਾਸਾਂ ਭਰਨ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ

ਸਾਡਾ ਟੀਚਾ ਪ੍ਰਤੀ ਸੈਸ਼ਨ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਸਬਕ ਦੀ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਗਿਣਤੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਹੁਣ ਸਬਕਾਂ ਲਈ ਹੇਠ ਲਿਖੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰਦੇ ਹਾਂ।

1. ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ: ਮੌਜੂਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੀ ਨਵੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਵਿੱਚ ਤਰੱਕੀ, ਮੌਜੂਦਾ ਇੰਸਟ੍ਰਕਟਰਾਂ ਦੀ ਉਪਲਬਧਤਾ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕਾਰਕਾਂ ਦੇ ਆਧਾਰ 'ਤੇ ਅੰਦਾਜ਼ਨ ਕਲਾਸਾਂ ਲਈ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਰਹੇਗੀ। ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਉਡੀਕ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਦੀ ਇਜਾਜ਼ਤ ਦੇਵਾਂਗੇ ਜੋ ਕਲਾਸਾਂ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋਣ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੈ। (ਉਡੀਕ ਸੂਚੀਆਂ ਬਾਰੇ ਇਸ ਪੈਕੇਟ ਵਿੱਚ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵੇਖੋ।)
2. ਉਡੀਕ ਸੂਚੀ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ: ਉਡੀਕ ਸੂਚੀਆਂ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਇਹਨਾਂ ਸੂਚੀਆਂ ਤੋਂ ਸੰਪਰਕ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਜੇਕਰ ਵਾਧੂ ਬੱਚੇ ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਉਡੀਕ ਸੂਚੀ ਦੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨਾਲ MRP ਸਟਾਫ ਦੁਆਰਾ ਸੰਪਰਕ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।
3. ਨਿੱਜੀ ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ: ਜੇਕਰ ਸਮਾਂ ਉਪਲਬਧ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਨਿੱਜੀ ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਸੰਵੇਦੀ ਕਮਜ਼ੋਰੀ, ਪਾਣੀ ਦਾ ਡਰ ਅਤੇ ਹੋਰ ਕਾਰਕਾਂ ਵਾਲੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਤਰਜੀਹ ਦਿੱਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਜੋ ਨਿੱਜੀ ਪਾਠਾਂ ਵਿੱਚ ਹਿੱਸਾ ਲੈਣ ਤੋਂ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਲਾਭ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬਾਕੀ ਸਾਰੇ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਨੂੰ ਉਸ ਕ੍ਰਮ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਉਹ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਦੇ ਹਨ।

ਕਲਾਸ ਸਮਰੱਥਾ

ਪ੍ਰੀ ਅਤੇ ਲਰਨ ਟੂ ਸਵਿਮ ਲੈਵਲ ਕਲਾਸਾਂ ਲਈ ਕਲਾਸਾਂ ਪੰਜ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਤੱਕ ਸੀਮਿਤ ਹਨ, ਅਤੇ ਮਾਪਿਆਂ ਅਤੇ ਬੱਚਿਆਂ ਦੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਲਈ ਦਸ ਭਾਗੀਦਾਰ। ਬਾਲਗ ਕਲਾਸਾਂ ਵਿੱਚ ਵੀ ਦਸ ਭਾਗੀਦਾਰ ਹਨ ਪਰ ਦੋ ਇੰਸਟ੍ਰਕਟਰ ਹੋਣਗੇ। ਕਲਾਸਾਂ ਦੀ ਜ਼ਿਆਦਾ ਭਰਾਈ ਸਾਰੇ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਦੇ ਤਜਰਬੇ ਨੂੰ ਘਟਾਉਂਦੀ ਹੈ। (ਨੋਟ-ਇਹੀ ਕਾਰਨ ਹੈ ਕਿ ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸਖ਼ਤ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆਵਾਂ ਹਨ ਕਿ ਲੋਕ ਸਹੀ ਕਲਾਸ ਵਿੱਚ ਹਨ।)

ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਸਹਾਇਕ

ਮਾਊਂਟ ਰੇਨੀਅਰ ਪੂਲ 15 ਸਾਲ ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਵੱਧ ਉਮਰ ਦੇ ਸਥਾਨਕ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਲਾਈਫਗਾਰਡ ਲਈ ਨਿਯੁਕਤ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਸਬਕ ਸਿਖਾਉਂਦਾ ਹੈ। ਸਾਡਾ ਟੀਚਾ ਸਬਕਾਂ ਦੀ ਉੱਚਤਮ ਗੁਣਵੱਤਾ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ, ਅਸੀਂ ਕਲਾਸਾਂ ਦੀ ਨਿਗਰਾਨੀ ਕਰਨ ਅਤੇ ਵਧੇਰੇ ਤਜਰਬੇਕਾਰ ਇੰਸਟ੍ਰਕਟਰਾਂ ਤੋਂ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਸਹਾਇਕਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਨਾ ਸਿਰਫ ਪੂਲ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਸੁਰੱਖਿਆ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਬਲਕਿ ਸਾਡੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਾਂ ਵਿੱਚ ਨਿਰੰਤਰ ਗੁਣਵੱਤਾ ਨੂੰ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਵੀ ਸਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਕਲਾਸ ਦੀ ਲੰਬਾਈ

ਕਲਾਸਾਂ ਉਹਨਾਂ ਲੰਬਾਈਆਂ 'ਤੇ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ ਜੋ ਹਰੇਕ ਬੱਚੇ ਦੇ ਪਿਆਨ ਦੀ ਮਿਆਦ ਨੂੰ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਹੇਠਾਂ ਹਰੇਕ ਕਲਾਸ ਦੀ ਲੰਬਾਈ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ।

	2 5-ਮੀਟ	30 -ਮੀਟ	4-5 ਮੀਟ	ਘੰਟਾ
ਕਲਾਸ ਪੱਧਰ	ਮਾਪੇ ਅਤੇ ਬੱਚਾ I, II ਪ੍ਰੀ 1-3 LTS ਪੱਧਰ 1-2	LTS* ਪੱਧਰ 3-6	ਬਾਲਗ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ, ਬਾਲਗ ਇੰਟਰਮੀਡੀਏਟ	ਇਸ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਕੋਈ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਨਹੀਂ ਹੈ

*LTS ਸ਼ਬਦ "Learn-to-Swim" ਦਾ ਸੰਖੇਪ ਰੂਪ ਹੈ।

ਤੈਰਾਕੀ ਮੁਲਾਂਕਣ

ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਿੱਸਾ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ ਕਿ ਭਾਗੀਦਾਰ ਸਹੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਹਨ। ਇਹ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਂਦਾ ਹੈ ਕਿ ਦੂਜੇ ਕਲਾਸ ਭਾਗੀਦਾਰ ਆਪਣੇ ਪਾਠ ਸਮੇਂ ਦਾ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲਾਭ ਉਠਾਉਂਦੇ ਹਨ। ਅਸੀਂ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਆਖਰੀ ਮਿਤੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੈਰਾਕੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਵਾਉਣ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨੂੰ ਪਾਠਾਂ ਵਿੱਚ ਜਾਣ ਦਾ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਮੌਕਾ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। (ਨੋਟ - ਮਾਪੇ ਅਤੇ ਬੱਚੇ, ਪ੍ਰੀਸਕੂਲ 1, ਅਤੇ ਤੈਰਾਕੀ ਸਿੱਖਣ ਲਈ ਪੱਧਰ 1 ਲਈ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਤੈਰਾਕੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਲੈਣ ਦੀ ਜ਼ਰੂਰਤ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਇਹ ਸਿਰਫ ਉੱਚ-ਪੱਧਰੀ ਕਲਾਸਾਂ ਦੀ ਬੇਨਤੀ ਕਰਨ ਵਾਲੇ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਹੈ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਟ੍ਰਾਂਸਫਰ ਅਤੇ ਗੈਰ-ਮੌਜੂਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ ਜੋ ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠਾਂ ਦੇ ਆਖਰੀ ਦੋ ਸੈਸ਼ਨਾਂ ਤੋਂ ਖੁੰਝ ਗਏ ਹਨ।

ਤੈਰਾਕੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਿਸੇ ਵੀ ਪਰਿਵਾਰਕ ਜਾਂ ਖੁੱਲ੍ਹੇ ਤੈਰਾਕੀ ਸਥਾਨ 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ। ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਤਿੰਨ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਪੂਰਾ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਤੈਰਾਕੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਸੈੱਟਅੱਪ ਕਰਨ ਲਈ ਆਉਂਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਫਰੰਟ ਡੈਸਕ ਨੂੰ ਸੂਚਿਤ ਕਰੋ।

ਨਵਾਂ! ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਪੋਰਟਲ ਅੱਪਡੇਟ

ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਪੋਰਟਲ ਨੂੰ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਖਾਤਾ ਸੈੱਟਅੱਪ, ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਅਤੇ ਹੋਰ ਦੁੱਟੇ-ਭੱਜੇ ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਭਾਗਾਂ ਵਾਲਾ ਇੱਕ ਅੱਪਡੇਟ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਸਪਲੈਸ਼ ਪੰਨਾ ਸ਼ਾਮਲ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ। ਇਹ ਪੋਰਟਲ ਗੂਗਲ ਟ੍ਰਾਂਸਲੇਟ (ਮਸ਼ੀਨ ਅਨੁਵਾਦਿਤ) ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਨੂੰ 100 ਤੋਂ ਵੱਧ ਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਸਾਡੇ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਪੋਰਟਲ 'ਤੇ ਜਾਣ ਲਈ [ਇੱਥੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ](#)। ਤੁਸੀਂ ਇੱਥੇ ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਲਈ ਸਾਈਨ ਅੱਪ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹੇਠਾਂ ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਭਾਗ ਵੇਖੋ।

ਇੱਕ ਖਾਤਾ ਬਣਾਓ (CIVICREC)

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਡੇ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸੌਫਟਵੇਅਰ (CivicRec) 'ਤੇ ਇੱਕ ਖਾਤਾ ਸਥਾਪਤ ਕਰਕੇ ਸਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰੋ। ਖਾਤਾ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇੱਥੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ। ਇਹ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨੂੰ ਤੇਜ਼ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੇਗਾ ਅਤੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਏਗਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਉਡੀਕ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਸਮੇਤ ਸੰਚਾਰਾਂ ਲਈ ਸਹੀ ਹੈ।

ਸਿਵਿਕਰੇਕ ਖਾਤਾ ਸਥਾਪਤ ਕਰਨਾ:

1. ਨਵਾਂ ਖਾਤਾ ਸੈੱਟਅੱਪ ਕਰਨ ਲਈ [ਇੱਥੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ](#)।

2. ਉੱਪਰ ਸੱਜੇ ਕੋਨੇ ਵਿੱਚ ਲੌਗਇਨ/ਖਾਤਾ ਬਣਾਓ ਬਟਨ 'ਤੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ ਅਤੇ ਫਾਲੋ ਕਰੋ।
3. ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਇੱਕ ਚੰਗਾ ਸੰਪਰਕ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰ ਅਤੇ ਈਮੇਲ ਦਰਜ ਕੀਤਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕੀਏ।
4. ਇੱਕ ਵਾਰ ਪੂਰਾ ਹੋਣ 'ਤੇ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਪੁਸ਼ਟੀਕਰਨ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਹੀ ਹੈ, ਆਪਣੇ ਖਾਤੇ ਦੀ ਦੁਬਾਰਾ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਇਸ ਈਮੇਲ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।
5. ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਜਾਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਇੱਥੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ [\(206\) 824-4722](tel:2068244722)।

ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ! ਡੁਪਲੀਕੇਟ ਖਾਤੇ

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀਆਂ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਤਾਰੀਖਾਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਖਾਤੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। ਸਟਾਫ਼ ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ ਲਈ ਖਾਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਝੰਡੇ ਜੋੜੇਗਾ ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਮੌਜੂਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਹੈ। ਝੰਡਿਆਂ ਨਾਲ ਸਭ ਤੋਂ ਵੱਡੀ ਸਮੱਸਿਆ ਇੱਕ ਡੁਪਲੀਕੇਟ ਖਾਤਾ ਬਣਾਉਣਾ ਹੈ।

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਖਾਤੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਸਹੀ ਖਾਤੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹੋ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਫਲੈਗ ਨਹੀਂ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਇੱਕ ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ 206.824.4722 'ਤੇ ਸਾਡੇ ਫਰੰਟ ਡੈਸਕ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਸਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮੱਸਿਆ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਢੁਕਵਾਂ ਸਮਾਂ ਮਿਲ ਸਕੇ।

ਉਡੀਕ ਸੂਚੀਆਂ

ਜਦੋਂ ਕਲਾਸ ਦੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਭਰੀਆਂ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ ਅਤੇ ਹੋਰ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਦਿਲਚਸਪੀ ਰੱਖਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਡੀਕ ਸੂਚੀਆਂ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਾਡਾ ਸਟਾਫ਼ ਨਵੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਜੋ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਰੇਗਾ, ਪਰ ਇਹ ਕਲਾਸਾਂ ਜਗ੍ਹਾ ਅਤੇ ਇੰਸਟ੍ਰਕਟਰ ਦੀ ਉਪਲਬਧਤਾ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਕਦਮਾਂ ਦੀ ਪਾਲਣਾ ਕਰੋ। ਸਾਰੇ ਕਦਮ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਚੁੱਕੇ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਅਸੀਂ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਸੇਵਾ ਕਰ ਸਕੀਏ।

- [\(206\) 824-4277](tel:2068244277) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀ ਜਗ੍ਹਾ ਦਾ ਦਾਅਵਾ ਕਰਨ ਲਈ ਛੇ ਘੰਟੇ ਹਨ। **(ਕੋਈ ਈਮੇਲ ਸਵੀਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ!)**
- ਜੇਕਰ ਸਮਾਂ ਸੀਮਾ ਦੇ ਅੰਦਰ ਕੋਈ ਜਗ੍ਹਾ ਨਹੀਂ ਚੁਣੀ ਜਾਂਦੀ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਅਗਲੇ ਵਿਅਕਤੀ ਕੋਲ ਚਲੇ ਜਾਵਾਂਗੇ। ਭਾਗੀਦਾਰ ਨੂੰ ਉਡੀਕ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚੋਂ ਹਟਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ।
- ਜਿਹੜੇ ਭਾਗੀਦਾਰ ਉਡੀਕ ਸੂਚੀਆਂ ਲਈ ਦੋ ਵਾਰ ਕਾਲਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਾਰੀਆਂ ਉਡੀਕ ਸੂਚੀਆਂ ਤੋਂ ਹਟਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਭਵਿੱਖ ਦੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਲਈ ਛੱਡਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। *(ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਖਾਤੇ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਕੇ ਜਾਂ ਇਸਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਲੌਗਇਨ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਕੇ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ ਕਿ ਤੁਹਾਡਾ ਸੰਪਰਕ ਨੰਬਰ ਅਤੇ ਈਮੇਲ ਸੰਚਾਰ ਲਈ ਸਹੀ ਹਨ।)*
- ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ - ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਵਿਅਕਤੀਆਂ ਨੂੰ ਉਡੀਕ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚੋਂ ਕਿਸੇ ਕਲਾਸ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਭੇਜਿਆ ਗਿਆ ਹੈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਅਗਲੀ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਨਵੇਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਮੰਨਿਆ ਜਾਵੇਗਾ। ਗੈਰ-ਮੌਜੂਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਵਜੋਂ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨਾ ਲਾਜ਼ਮੀ ਹੈ।

ਕਲਾਸਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਜਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਭਰ ਜਾਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਉਡੀਕ ਸੂਚੀ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਇੱਕ ਈਮੇਲ ਭੇਜੀ ਜਾਵੇਗੀ।

[ਇੱਥੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰਕੇ](tel:2068244277) ਜਾਂ ਸਾਨੂੰ [\(206\) 824-4277](tel:2068244277) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਖਾਤੇ 'ਤੇ ਆਪਣੇ ਸੰਪਰਕ ਫ਼ੋਨ ਨੰਬਰਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ।

ਘੱਟੋ-ਘੱਟ ਭਾਗੀਦਾਰੀ

ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਭਾਗੀਦਾਰ ਇੱਕ ਸੈਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਦੋ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਲਾਸਾਂ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦਾ (ਅਤੇ ਆਪਣੀ ਗੈਰਹਾਜ਼ਰੀ ਦਾ ਬਹਾਨਾ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਾਲ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ), ਤਾਂ ਉਸਨੂੰ ਪਾਠ ਸੈਸ਼ਨ ਤੋਂ ਹਟਾ ਦਿੱਤਾ ਜਾਵੇਗਾ ਅਤੇ ਉਸਨੂੰ ਇੱਕ ਨਵੇਂ (ਗੈਰ-ਮੌਜੂਦਾ) ਵਿਦਿਆਰਥੀ ਵਜੋਂ ਦੁਬਾਰਾ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨਾ ਪਵੇਗਾ।

ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਨੂੰ ਉਹਨਾਂ ਪਾਠਾਂ ਤੋਂ ਹਟਾਉਣ ਦਾ ਅਧਿਕਾਰ ਹੈ ਜੋ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦਾ ਸਤਿਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕਰ ਰਹੇ ਹਨ ਅਤੇ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਭਾਗ ਲੈਣ ਤੋਂ ਰੋਕ ਰਹੇ ਹਨ।

ਕਿਉਂ? ਸਾਡਾ ਟੀਚਾ ਸਾਡੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਸਬਕ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਦੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨਾ ਹੈ। "ਨੋ ਸੋਅ" ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੇ ਦੂਜੇ ਮੈਂਬਰਾਂ ਤੋਂ ਜੀਵਨ ਬਚਾਉਣ ਦੇ ਮੌਕੇ ਖੋਹ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਗੈਰਹਾਜ਼ਰੀ ਬਾਰੇ ਦੱਸਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ [\(206\) 824-4722](tel:(206)824-4722) 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਜਾਂ Emmitt.Sevores@DesMoinesPool.org 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ।

ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਦੇ ਪੱਧਰਾਂ ਦੀ ਸੰਖੇਪ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਸਾਡੇ ਦੁਆਰਾ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤੈਰਾਕੀ ਪੱਧਰਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ? ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਪੱਧਰਾਂ ਬਾਰੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦੇਖਣ ਲਈ [ਇੱਥੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ](#)।

ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਪੱਧਰ ਚੋਣ ਗਾਈਡ

ਆਪਣੇ ਜਾਂ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ (ਬੱਚਿਆਂ) ਲਈ ਸਹੀ ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਪੱਧਰ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਢੰਗ ਨਾਲ ਲੱਭਣ ਲਈ ਇਸ ਗਾਈਡ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰਨ ਲਈ [ਇੱਥੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ](#)।

ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਪੱਧਰਾਂ ਦੀ ਸੰਖੇਪ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਚੋਣ ਗਾਈਡ ਦੋਵੇਂ ਇਸ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦਿਤ ਉਪਲਬਧ ਹਨ:

- | | |
|------------------------|-----------------------|
| • ਅਮਹਾਰਿਕ | • ਰੂਸੀ |
| • ਅਰਬੀ | • ਸੋਮਾਲੀ |
| • ਫਿਲੀਪੀਨੋ ਨਵਾਂ | • ਸਪੈਨਿਸ਼ |
| • ਕੋਰੀਆਈ | • ਯੂਕਰੇਨੀ ਨਵਾਂ |
| • ਪੰਜਾਬੀ (ਗੁਰਮੁਖੀ) | • ਵੀਅਤਨਾਮੀ |

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਦਾ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਅਨੁਵਾਦ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਸੁਝਾਅ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਤੁਸੀਂ [ਗੂਗਲ ਟ੍ਰਾਂਸਲੇਟ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ](#)।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕਿਸੇ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਨੂੰ ਉੱਪਰ ਸੂਚੀਬੱਧ ਨਾ ਹੋਣ ਵਾਲੀ ਭਾਸ਼ਾ ਵਿੱਚ ਬਦਲਣ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ info@mtrainierpool.com 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ।

ਨਵਾਂ! ਤੁਹਾਡੀ ਪਹਿਲੀ ਜਮਾਤ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ

ਨਵਾਂ! ਕਲਾਸ ਰੀਮਾਈਡਰ

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਕਾਂ ਅਤੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਰਹੋ। ਅਸੀਂ ਇੱਕ ਸਵੈਚਾਲਿਤ ਰੀਮਾਈਡਰ ਈਮੇਲ ਭੇਜਦੇ ਹਾਂ। ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇੱਕ ਈਮੇਲ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਵੇ, ਅਸੀਂ ਹੇਠ ਲਿਖਿਆਂ ਦੀ ਸਿਫਾਰਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਇਹ ਸੂਚਨਾਵਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਇਨਬਾਕਸ ਵਿੱਚ ਮਿਲਣ, ਨਾ ਕਿ ਤੁਹਾਡੇ ਸਪੈਮ/ਜੰਕ ਫਿਲਟਰ ਵਿੱਚ। **ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਧਿਆਨ ਰੱਖੋ, ਸਾਫਟਵੇਅਰ ਇਹ ਰੀਮਾਈਡਰ ਭੇਜਦਾ ਹੈ ਕੀ ਅਸੀਂ ਕਲਾਸਾਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਦੇ ਦਿਨ ਦੇ ਸਹੀ ਸਮੇਂ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ।**

1. ਆਪਣੀਆਂ ਈਮੇਲਾਂ ਵਿੱਚ **"NoReply@Civicplus.com"** ਈਮੇਲ ਨੂੰ ਇੱਕ ਸੰਪਰਕ ਬਣਾਓ।

2. ਤੁਹਾਨੂੰ ਪਾਠਾਂ ਤੋਂ ਇੱਕ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਇੱਕ ਈਮੇਲ ਅੱਪਡੇਟ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋਵੇਗਾ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਸ ਈਮੇਲ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਜੰਕ/ਸਪੈਮ ਫੋਲਡਰ ਵਿੱਚ ਨਾ ਭੇਜੋ।

ਨਵਾਂ! ਤੁਹਾਡੀ ਪਹਿਲੀ ਜਮਾਤ ਦਾ ਦਿਨ

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਫਰੰਟ ਡੈਸਕ 'ਤੇ ਚੈੱਕ-ਇਨ ਕਰੋ, ਅਤੇ ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆਪਣੀ ਕਲਾਸ, ਜਾਂ ਇੰਸਟ੍ਰਕਟਰ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ/ਗ੍ਰਾਂਟ

ਅੱਪਡੇਟ! ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ

ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਪਾਠਾਂ ਸਮੇਤ ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪਾਂ ਲਈ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਕਰਨ ਲਈ ਹੁਣ ਦੇ ਵਿਕਲਪ ਹਨ: ਔਨਲਾਈਨ ਅਤੇ ਵਿਅਕਤੀਗਤ/ਸਰੀਰਕ ਰੂਪ। ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਡੇਸ ਮੋਇਨੇਸ ਅਤੇ ਨੌਰਮੈਂਡੀ ਪਾਰਕ ਦੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਖੁੱਲ੍ਹੀ ਹੈ ਅਤੇ 90% ਫੀਸਾਂ ਨੂੰ ਕਵਰ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਸਾਰੀਆਂ ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪਾਂ ਹਰੇਕ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸੈਸ਼ਨ ਲਈ ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਦੀ ਆਖਰੀ ਮਿਤੀ ਤੱਕ ਪੂਰੀਆਂ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ (ਹੇਠਾਂ ਦੇਖੋ)। **ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਗਰੰਟੀ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੀਆਂ।**

ਨਵਾਂ! ਔਨਲਾਈਨ ਅਰਜ਼ੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ

ਹੁਣ ਤੁਸੀਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਡਾਊਨਲੋਡ ਨਾਲ ਔਨਲਾਈਨ ਅਰਜ਼ੀ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸਾਡੇ ਐਪਲੀਕੇਸ਼ਨ ਪੋਰਟਲ 'ਤੇ ਜਾਣ ਲਈ [ਇੱਥੇ * ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ](#)। [ਇਸ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਵਿੱਚ ਲਗਭਗ ਪੰਜ ਮਿੰਟ ਲੱਗਦੇ ਹਨ, ਅਤੇ ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਹਾਇਕ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਤਸਵੀਰਾਂ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਫੋਨ ਅਤੇ ਕੈਮਰੇ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਵੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।](#) (*ਔਨਲਾਈਨ ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਲਈ ਨੋਟ-ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਸ਼ਨੀਵਾਰ, 15 ਨਵੰਬਰ ਤੱਕ ਦਿਖਾਈ ਨਹੀਂ ਦੇਵੇਗੀ।)

ਭੌਤਿਕ (PDF) ਅਰਜ਼ੀ ਫਾਰਮ

ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਅਰਜ਼ੀ ਫਾਰਮ ਉਹਨਾਂ ਲਈ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸਹਾਇਕ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਦੀਆਂ ਭੌਤਿਕ ਕਾਪੀਆਂ ਪ੍ਰਿੰਟ ਕਰਨ ਅਤੇ ਜਮ੍ਹਾਂ ਕਰਾਉਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਮਾਊਂਟ ਰੇਨੀਅਰ ਪੂਲ ਦੇ ਫਰੰਟ ਡੈਸਕ ਜਾਂ [ਪੂਲ ਦੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ 'ਤੇ ਉਪਲਬਧ ਹਨ](#)।

ਅਧੂਰੀਆਂ ਅਰਜ਼ੀਆਂ

ਸਾਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪੂਰੀ ਹੋਣ ਅਤੇ ਸਹਾਇਕ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਉਪਲਬਧ ਹੋਣ ਤੱਕ ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਅਰਜ਼ੀ ਸਵੀਕਾਰ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਚੱਕਰ

ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਹਰ ਸਾਲ 1 ਸਤੰਬਰ ਤੋਂ 31 ਅਗਸਤ ਤੱਕ ਉਪਲਬਧ ਹੋਵੇਗੀ।

ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਨਵੀਨੀਕਰਨ

ਪਰਿਵਾਰਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਤੀ ਸਾਲ ਇੱਕ ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਅਰਜ਼ੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਅਗਲੇ ਸੈਸ਼ਨ ਲਈ ਆਪਣੀ ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਨੂੰ ਰੀਨਿਊ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹੋ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸੰਬੰਧਿਤ ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਦੀ ਆਖਰੀ ਮਿਤੀ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਅਜਿਹਾ ਕਰੋ। ਰੀਨਿਊਅਲ ਸਾਡੇ ਔਨਲਾਈਨ ਰੀਨਿਊਅਲ ਪੋਰਟਲ ਵਿੱਚ ਜਾਂ Emmitt.Sev o res@DesMoinesPool.org 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰਕੇ ਕੀਤੇ ਜਾ ਸਕਦੇ ਹਨ। 1 ਸਤੰਬਰ, 2026 ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਲਈ ਕੋਈ ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਲਾਗੂ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਘਰੇਲੂ ਸੀਮਾ

ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਪ੍ਰਤੀ ਪਰਿਵਾਰ \$1,000 ਤੱਕ ਸੀਮਿਤ ਹੈ।

ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਦੀਆਂ ਆਖਰੀ ਤਾਰੀਖਾਂ

ਹੇਠਾਂ ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪਾਂ ਲਈ ਸਮਾਂ-ਸੀਮਾਵਾਂ ਦੀ ਇੱਕ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਹੈ। ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪਾਂ ਲਈ ਸਟਾਫ ਨੂੰ ਐਨਲਾਈਨ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਜਾਂ ਭੌਤਿਕ ਕਾਗਜ਼ਾਤ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ, ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ (ਮਾਲਕਾਂ) ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰਨ ਅਤੇ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਲਈ ਸਿਸਟਮ ਵਿੱਚ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਰਜ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰੋ ਕਿ ਸਾਰੀਆਂ ਸਮਾਂ-ਸੀਮਾਵਾਂ ਪੂਰੀਆਂ ਹੋਣ।

ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ	ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਦੀ ਆਖਰੀ ਮਿਤੀ*
ਬਸੰਤ ਰੁੱਤ 2026	ਮੰਗਲਵਾਰ, 10 ਮਾਰਚ, 2026
ਬਸੰਤ ਰੁੱਤ 2026	ਮੰਗਲਵਾਰ, 12 ਮਈ, 2026
ਗਰਮੀਆਂ 2026	ਮੰਗਲਵਾਰ, 23 ਜੂਨ, 2026
ਪਤਝੜ 2026	ਜਾਣਕਾਰੀ ਜਲਦੀ ਆ ਰਹੀ ਹੈ

ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਸਵਾਲ

ਵਧੇਰੇ ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਐਕੁਆਟਿਕਸ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ, ਐਮਿਟ ਸੇਵੋਰਸ ਨਾਲ [\(206\) 824-4722 'ਤੇ](tel:2068244722) ਜਾਂ [Emmitt.Sevores@DesMoinesPool.org 'ਤੇ](mailto:Emmitt.Sevores@DesMoinesPool.org) ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

ਗ੍ਰਾਂਟਾਂ

ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਸਬਕਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਿੰਗ ਲਈ ਗ੍ਰਾਂਟਾਂ ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਾਰੀਆਂ ਅਸਾਮੀਆਂ ਦਾ ਐਲਾਨ ਈਮੇਲ ਸੂਚਨਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਰਾਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਡੇਸ ਮੋਇਨੇਸ ਪੂਲ ਮੈਟਰੋਪੋਲੀਟਨ ਪਾਰਕ ਡਿਸਟ੍ਰਿਕਟ ਨੇ ਪਿਛਲੇ ਕੁਝ ਸਾਲਾਂ ਵਿੱਚ ਮੁਫਤ ਤੈਰਾਕੀ ਸਬਕਾਂ ਵਿੱਚ \$125,000 ਤੋਂ ਵੱਧ ਦਾਨ ਦਿੱਤੇ ਹਨ। ਗ੍ਰਾਂਟ ਫੰਡ ਪ੍ਰਾਪਤ ਤੈਰਾਕੀ ਸਬਕਾਂ ਬਾਰੇ ਕੋਈ ਵੀ ਅੱਪਡੇਟ ਸਾਡੇ ਈਮੇਲ ਸੂਚਨਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਰਾਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹੇਠਾਂ ਦੇਖੋ।

ਨਿੱਜੀ ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਸਬਕ

ਸੰਖੇਪ

ਮਾਊਟ ਰੇਨੀਅਰ ਪੂਲ ਤਿੰਨ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਤੱਕ ਦੇ ਨਿੱਜੀ ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠਾਂ ਨੂੰ ਅਨੁਕੂਲਿਤ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ (2-3 ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਸਮੂਹਾਂ ਲਈ ਅਰਧ-ਨਿੱਜੀ ਦਰਾਂ ਵੇਖੋ)। ਇਹ ਉਹਨਾਂ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਮੌਕਾ ਹੈ ਜੋ ਛੋਟੇ ਸਮੂਹਾਂ ਵਿੱਚ ਉੱਤਮਤਾ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਦੇ ਹਨ ਜਾਂ ਸਮੂਹ ਪਾਠ ਭਾਗੀਦਾਰਾਂ ਲਈ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੁਨਰ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਲਈ ਵਾਧੂ ਸਮੇਂ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤੈਰਾਕੀ ਇੰਸਟ੍ਰਕਟਰ ਹਰੇਕ ਤੈਰਾਕ ਦੀਆਂ ਜ਼ਰੂਰਤਾਂ ਦੇ ਅਨੁਸਾਰ ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਹਦਾਇਤਾਂ ਸੈੱਟ ਕਰਨਗੇ। ਸਾਰੇ ਨਿੱਜੀ ਤੈਰਾਕੀ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ 30-ਮਿੰਟ ਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਦੁਆਰਾ ਪਹਿਲਾਂ ਤੋਂ ਬੁੱਕ ਕੀਤੇ ਜਾਣੇ ਚਾਹੀਦੇ ਹਨ।

ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ

ਸਮੂਹ ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠਾਂ ਦੇ ਸਾਰੇ ਮੌਕਿਆਂ ਦਾ ਪਿੱਛਾ ਕਰਨ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਨਿੱਜੀ ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ। ਵਰਤਮਾਨ ਵਿੱਚ, ਇਹ ਸਿਰਫ ਸਮੂਹ ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠਾਂ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਹੀ ਪੇਸ਼ ਕੀਤੇ ਜਾਣਗੇ। ਸਾਰੇ ਨਿੱਜੀ ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠਾਂ ਦੀ ਸਮਾਂ-ਸਾਰਣੀ ਮਾਊਟ ਰੇਨੀਅਰ ਪੂਲ ਵਿਖੇ ਫਰੰਟ ਡੈਸਕ ਰਾਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ

ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਔਨਲਾਈਨ, ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ 'ਤੇ ਅਤੇ ਫੋਨ 'ਤੇ ਹੋਵੇਗੀ। ਸਾਡੇ ਈਮੇਲ ਸੂਚਨਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਰਾਹੀਂ ਇੱਕ ਐਲਾਨ ਕੀਤਾ ਜਾਵੇਗਾ। ਹੇਠਾਂ ਹਰੇਕ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਵਿਧੀ ਦੇ ਲਿੰਕ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ।

- ਫੋਨ: [\(206\) 824-4722](tel:(206)824-4722)
- ਔਨਲਾਈਨ: ਸਾਡੇ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਪੋਰਟਲ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ [ਇੱਥੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ](#)। (ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹੇਠਾਂ ਦੇਖੋ।)
- ਵਿਅਕਤੀਗਤ ਤੌਰ 'ਤੇ: [ਮਾਊਂਟ ਰੇਨੀਅਰ ਪੁਲ, 22722 19 ਐਵੇਨਿਊ ਸੋ, ਡੇਸ ਮੋਇਨੇਸ, ਵਾਸ਼ਿੰਗਟਨ](#)

ਦਰਾਂ

ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਲਈ ਦਰਾਂ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ। ਸਾਰੇ ਭੁਗਤਾਨ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੇ ਸਮੇਂ ਕਰਨੇ ਪੈਣਗੇ। ਸਾਰੀਆਂ ਦਰਾਂ 2026 ਵਿੱਚ ਬਦਲ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਸਿੰਗਲ ਭਾਗੀਦਾਰ

	ਸਿੰਗਲ ਸੈਸ਼ਨ	ਚਾਰ-ਮੁਲਾਕਾਤ ਸੈਸ਼ਨ
ਨਿਵਾਸੀ*	\$40.00	\$144.00
ਗੈਰ-ਨਿਵਾਸੀ	\$49.00	\$176.00

ਅਰਧ-ਨਿੱਜੀ (2-3)

	ਸਿੰਗਲ ਸੈਸ਼ਨ	ਚਾਰ-ਮੁਲਾਕਾਤ ਸੈਸ਼ਨ
ਨਿਵਾਸੀ*	\$60.00	\$216.00
ਗੈਰ-ਨਿਵਾਸੀ	\$80.00	\$288.00

ਕਲਾਸਾਂ ਸ਼ੁਰੂ ਹੋਣ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਵੀ, ਕਲਾਸ ਫੀਸਾਂ ਦਾ ਕੋਈ ਪ੍ਰੋ-ਰੇਸ਼ਨ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਨਾਲ ਹੀ, ਰੱਦ ਕਰਨ ਲਈ \$10 ਪ੍ਰੋਸੈਸਿੰਗ ਫੀਸ ਹੈ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤਾ ਭਾਗ ਵੇਖੋ।

**ਡੇਸ ਮੋਇਨੇਸ ਅਤੇ ਨੌਰਮੈਂਡੀ ਪਾਰਕ ਦੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਨੂੰ ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਪਾਠਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਿੰਗ ਲਈ ਤਰਜੀਹ ਅਤੇ ਛੋਟ ਮਿਲਦੀ ਹੈ।*

ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ

ਡੇਸ ਮੋਇਨੇਸ ਅਤੇ ਨੌਰਮੈਂਡੀ ਪਾਰਕ ਦੇ ਨਿਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਕਲਾਸ ਦੀ ਕੀਮਤ ਦੇ 90% 'ਤੇ ਨਿੱਜੀ ਤੈਰਾਕੀ ਲਈ ਸਕਾਲਰਸ਼ਿਪ ਵੀ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਹੋਰ

ਇੰਸਟ੍ਰਕਟਰ/ਮਾਪੇ ਦਾ ਰਸਿਤਾ

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਯਾਦ ਰੱਖੋ ਕਿ ਇੰਸਟ੍ਰਕਟਰ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੇ ਨਾਲ ਬੋਝੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਹੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਸਾਨੂੰ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੇ ਪਾਠ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ। ਇਹੀ ਗੱਲ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਅਨੁਸ਼ਾਸਨ ਲਈ ਵੀ ਸੱਚ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਅਜਿਹਾ ਤਰੀਕਾ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ਾਲੀ ਢੰਗ ਨਾਲ ਕੰਮ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇੰਸਟ੍ਰਕਟਰ ਸਫਲ ਨਹੀਂ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਤੁਹਾਡੇ ਸੁਝਾਅ ਦਾ ਸਵਾਗਤ ਕਰਨਗੇ। ਜੇਕਰ ਅਜਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਫਰੰਟ ਡੈਸਕ 'ਤੇ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ ਅਤੇ ਕਲਾਸ ਨੂੰ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਨਾ ਕਰੋ।

ਅਸੀਂ ਭਾਗੀਦਾਰ ਨੂੰ ਮੁਫਤ ਅਭਿਆਸ ਸਮਾਂ ਵੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਤੈਰਾਕੀ ਵਿੱਚ ਮੁਹਾਰਤ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਲਈ ਸਿਰਫ਼ ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਸਬਕ ਕਾਫ਼ੀ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਸਿੱਖੀਆਂ ਗਈਆਂ ਗੱਲਾਂ ਦਾ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ ਵੀ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹੈ, ਖਾਸ ਕਰਕੇ ਉੱਚ ਪੱਧਰਾਂ 'ਤੇ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਲੰਬੀ ਦੂਰੀ ਤੈਰਨ ਲਈ ਧੀਰਜ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਅਭਿਆਸ ਸਮੇਂ ਬਾਰੇ ਹੇਠਾਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਵੇਖੋ।

ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਈ ਸਵਾਲ ਜਾਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਹਨ, ਤਾਂ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਆਪਣਾ ਨਾਮ ਅਤੇ ਫੋਨ ਨੰਬਰ ਫਰੰਟ ਡੈਸਕ 'ਤੇ ਛੱਡ ਦਿਓ ਅਤੇ ਸਾਡਾ ਸਟਾਫ਼ ਅਗਲੇ ਪਾਠਾਂ ਤੋਂ ਪਹਿਲਾਂ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੇਗਾ।

ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਸਟਾਫ਼ ਤੁਹਾਡੀਆਂ ਚਿੰਤਾਵਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਈ ਉਪਲਬਧ ਹੈ ਅਤੇ ਸੰਚਾਰ ਸੰਬੰਧੀ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਇੰਸਟ੍ਰਕਟਰਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਸੰਪਰਕ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਸਾਨੂੰ Info@MtRainierPool.com 'ਤੇ ਈਮੇਲ ਕਰੋ ਜਾਂ (206) 824-4722 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ ਅਤੇ ਸਟਾਫ਼ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਕਹੋ।

ਮੁਫਤ ਅਭਿਆਸ ਸਮਾਂ

ਇਹ ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਨੌਜਵਾਨਾਂ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਤੈਰਾਕ ਅਤੇ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਵਧੇਰੇ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਬਣਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਸਮਰਪਿਤ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਸਮਝਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸਿਰਫ਼ ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਸਬਕ ਕਾਫ਼ੀ ਨਹੀਂ ਹਨ, ਅਤੇ ਇਹ ਅਭਿਆਸ ਤੁਹਾਡੇ ਬੱਚੇ ਦੀ ਸਫਲਤਾ ਲਈ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ। ਅਭਿਆਸ ਦੇ ਸਮੇਂ ਹੇਠ ਲਿਖੇ ਸਮੇਂ ਦੌਰਾਨ ਇੱਕ ਮੌਜੂਦਾ ਨੌਜਵਾਨ ਤੈਰਾਕੀ ਭਾਗੀਦਾਰ ਅਤੇ ਇੱਕ ਮਾਪੇ* ਲਈ ਮੁਫਤ ਦਾਖਲਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੇ ਹਨ। *ਨੋਟ-ਮੁਕਤ ਅਭਿਆਸ ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਸਮੇਂ ਕਲਾਸ ਬ੍ਰੇਕਾਂ ਦੇ ਵਿਚਕਾਰ ਆਗਿਆ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਨਾਲ ਹੀ, ਅਭਿਆਸ ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਸਮੇਂ ਸਿਰਫ਼ ਉਦੋਂ ਉਪਲਬਧ ਹੁੰਦੇ ਹਨ ਜਦੋਂ ਪਾਠ ਸੈਸ਼ਨ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।*

ਮੁਫਤ ਤੈਰਾਕੀ ਅਭਿਆਸ ਦੇ ਸਮੇਂ (ਸਰਦੀਆਂ/ਬਸੰਤ 2026)

- ਮੰਗਲਵਾਰ, ਸ਼ਾਮ 6:00-7:00 ਵਜੇ
- ਸ਼ਨੀਵਾਰ, ਸਵੇਰੇ 11:30 ਵਜੇ-ਦੁਪਹਿਰ 1:00 ਵਜੇ
- ਐਤਵਾਰ, ਸਵੇਰੇ 11:30 ਵਜੇ-ਦੁਪਹਿਰ 1:00 ਵਜੇ

ਹਾਲੀਆ ਅਭਿਆਸ ਸਮੇਂ ਲਈ ਸਾਡੇ [ਸ਼ਡਿਊਲ ਪੰਨੇ](#) ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ। ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਅੱਪਡੇਟ ਹੈ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਪੋਸਟ ਕਰਾਂਗੇ ਅਤੇ ਈਮੇਲ ਸੂਚਨਾ ਭੇਜਾਂਗੇ।

ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ ਕਿਉਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ?

- ਖੇਡੋ: ਆਪਣੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨਾਲ ਪਾਣੀ ਵਿੱਚ ਖੇਡਣ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਹੁਨਰਾਂ ਨੂੰ ਮਜ਼ੇਦਾਰ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਲਾਗੂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ।
- ਆਰਾਮ: ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਤੈਰਾਕੀ ਕਰਨ ਨਾਲ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਪਾਣੀ ਦੇ ਆਲੇ-ਦੁਆਲੇ ਵਧੇਰੇ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਮਿਲੇਗੀ।
- ਬੰਧਨ: ਛੋਟੇ ਬੱਚਿਆਂ ਨੂੰ ਪੜ੍ਹਾਉਣ ਲਈ, ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਅਤੇ ਹੁਨਰਾਂ ਦਾ ਪ੍ਰਦਰਸ਼ਨ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨਾ ਇਕੱਠੇ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਵਧੀਆ ਗਤੀਵਿਧੀ ਹੈ।
- ਸਫਲਤਾ: ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਪਾਠਾਂ ਵਿੱਚ ਪੱਧਰ ਉੱਚਾ ਚੁੱਕਣ ਲਈ ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਹੁਨਰ ਸਿੱਖਣ ਅਤੇ ਉਸ ਵਿੱਚ ਮੁਹਾਰਤ ਹਾਸਲ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।
- ਸਹਾਇਤਾ: ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨ ਨਾਲ ਪਤਾ ਲੱਗਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਸਫਲ ਹੋਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਤਿਆਰ ਹੋ।
- ਧੀਰਜ: ਜਿਵੇਂ-ਜਿਵੇਂ ਤੁਹਾਡਾ ਬੱਚਾ ਉੱਚ ਪੱਧਰਾਂ ਵੱਲ ਵਧਦਾ ਹੈ, ਤੁਹਾਨੂੰ ਆਪਣੇ ਬੱਚੇ ਨਾਲ ਅਭਿਆਸ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਉਹ ਲੰਬੀ ਦੂਰੀ ਤੈਰਨ ਲਈ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਵਧਾ ਸਕੇ। ਬੱਚਿਆਂ ਕੋਲ ਵਧੀਆ ਤਕਨੀਕ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ ਪਰ ਪੱਧਰ 3 ਅਤੇ ਇਸ ਤੋਂ ਉੱਪਰ ਤੈਰਨ ਲਈ ਸਰੀਰਕ ਸਹਿਣਸ਼ੀਲਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਨੋਟ- ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਸੈਸ਼ਨਾਂ ਵਿਚਕਾਰ ਅਭਿਆਸ ਦੇ ਸਮੇਂ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਅਤੇ ਇਹ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਹਰੇਕ ਤਿਮਾਹੀ ਦੇ ਸ਼ਡਿਊਲ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰੋ।

ਕਲਾਸ ਮੁਲਾਂਕਣ

ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਸੁਝਾਅ ਦੀ ਕਦਰ ਕਰਦੇ ਹਾਂ, ਅਤੇ ਅਸੀਂ ਸੁਣਦੇ ਹਾਂ। ਹਰੇਕ ਸੈਸ਼ਨ ਦੇ ਅੰਤ ਵਿੱਚ, ਮੁਲਾਂਕਣ ਫਾਰਮ ਹਰੇਕ ਸੈਸ਼ਨ ਦੀ ਅੰਤਿਮ ਕਲਾਸ ਨੂੰ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣਗੇ। ਅਸੀਂ ਤੁਹਾਡੇ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਤੈਰਾਕ ਦੇ ਪੂਰੇ ਸੈਸ਼ਨ ਦੌਰਾਨ ਅਨੁਭਵ ਬਾਰੇ ਜਾਣਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਾਂ। ਇਹਨਾਂ ਮੁਲਾਂਕਣ ਫਾਰਮਾਂ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਸਾਡੇ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਦੀ ਪ੍ਰਭਾਵਸ਼ੀਲਤਾ ਦਾ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਨ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਦੀ ਬਿਹਤਰ ਸੇਵਾ ਕਰਨ ਲਈ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਾਡੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਲਈ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

CIVICREC "ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ" ਝੰਡੇ

ਮਾਪੇ ਅਤੇ ਬੱਚੇ 1, ਪ੍ਰੀ 1, ਲੈਵਲ 1 ਅਤੇ ਬਾਲਗ 1 ਤੋਂ ਇਲਾਵਾ ਹੋਰ ਪੱਧਰਾਂ ਲਈ ਮਨਜ਼ੂਰ ਕੀਤੇ ਗਏ ਮੌਜੂਦਾ ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀਆਂ ਦੇ ਖਾਤੇ 'ਤੇ ਝੰਡੇ (ਨੋਟ) ਹੋਣਗੇ ਜੋ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਉੱਚ ਪੱਧਰਾਂ ਲਈ ਰਜਿਸਟਰ ਕਰਨ ਦੀ ਆਗਿਆ ਦਿੰਦੇ ਹਨ। ਇਹਨਾਂ ਲਈ ਪਹਿਲਾਂ ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਸਬਕ ਲੈ ਕੇ ਜਾਂ ਤੈਰਾਕੀ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰਕੇ ਸਟਾਫ ਮੈਂਬਰ ਦੁਆਰਾ ਪ੍ਰਵਾਨਗੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। [ਆਪਣੇ ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਫਲੈਗਾਂ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਮਾਊਂਟ ਰੇਨੀਅਰ ਪੂਲ ਦੇ ਫਰੰਟ ਡੈਸਕ ਨੂੰ \(206\) 824-4722 'ਤੇ ਕਾਲ ਕਰੋ](#)। ਅਸੀਂ ਸਿਫਾਰਿਸ਼ ਕਰਦੇ ਹਾਂ ਕਿ ਸਰਪ੍ਰਸਤ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਤੋਂ 2-3 ਕਾਰੋਬਾਰੀ ਦਿਨ ਪਹਿਲਾਂ ਆਪਣੇ ਖਾਤਿਆਂ ਵਿੱਚ ਝੰਡੇ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਕਾਲ ਕਰਨ।

ਨੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਨਿਯਮ

ਕਲਾਸ ਰਿਫੰਡ ਨੀਤੀ

ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਸਬਕ ਛੱਡਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਖੁੱਲ੍ਹੀਆਂ ਥਾਵਾਂ ਨੂੰ ਦੂਜਿਆਂ ਤੋਂ ਦੂਰ ਲੈ ਜਾਂਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਸਬਕਾਂ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੇ ਹਨ। ਤੈਰਾਕੀ ਦੇ ਸਬਕਾਂ ਲਈ, ਰਿਫੰਡ ਲਈ \$10 ਦੀ ਸੇਵਾ ਫੀਸ (ਜੇਕਰ ਲੋੜ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਪ੍ਰੋ-ਰੇਟਡ ਫਸਟ ਕਲਾਸ ਦੇ ਨਾਲ) ਜੋੜੀ ਜਾਵੇਗੀ, ਅਤੇ ਪਹਿਲੀ ਕਲਾਸ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਕੋਈ ਰਿਫੰਡ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ। ਦੁਬਾਰਾ ਫਿਰ, ਇਹ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮਿੰਗ ਦੀ ਗੁਣਵੱਤਾ ਨੂੰ ਬਿਹਤਰ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਕਲਾਸਾਂ ਵਿੱਚ ਹਾਜ਼ਰੀ ਨੂੰ ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਕਰਨ ਲਈ ਹੈ।

- [ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ](#) ਦਾਖਲਾ ਅਤੇ ਰਿਫੰਡ ਨੀਤੀ ਦੇਖਣ ਲਈ [ਇੱਥੇ](#)।
- ਔਨਲਾਈਨ ਰਿਫੰਡ ਬੇਨਤੀ ਨੂੰ ਪੂਰਾ ਕਰਨ ਲਈ [ਇੱਥੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ](#)।

ਸਹੂਲਤ ਨਿਯਮ

ਸਾਡੇ ਸਹੂਲਤ ਨਿਯਮਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ [ਇੱਥੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ](#)।

ਸੰਚਾਰ

ਈਮੇਲ ਸੂਚਨਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ

ਅਸੀਂ ਮੁਫਤ ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਵਧਾਉਣ ਲਈ ਕੰਮ ਕਰ ਰਹੇ ਹਾਂ ਅਤੇ ਸਮੇਂ-ਸਮੇਂ 'ਤੇ ਸਮਾਯੋਜਨ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸਾਡੀ ਈਮੇਲ ਸੂਚਨਾ ਸੂਚੀ ਲਈ ਸਾਈਨ ਅੱਪ ਕਰਨ ਲਈ ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ [ਇੱਥੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ](#)। ਅਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਅੱਪਡੇਟ ਨੂੰ ਈਮੇਲ ਕਰਾਂਗੇ। ਨਾਲ ਹੀ, ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ Info@MtRainierPool.com ਸ਼ਾਮਲ ਕਰੋ। ਆਪਣੇ ਈਮੇਲ ਸੰਪਰਕਾਂ ਨੂੰ ਭੇਜੋ ਤਾਂ ਜੋ ਇਹ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਇਆ ਜਾ ਸਕੇ ਕਿ ਇਹ ਈਮੇਲ ਬਲੌਕ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜਾਂ ਸਪੈਮ/ਜੰਕ ਫੋਲਡਰ ਵਿੱਚ ਨਹੀਂ ਜਾ ਰਹੀ ਹੈ।

ਸਰੀਰਕ ਸਥਿਤੀ

ਸਾਰੇ ਪਾਠ ਮਾਊਂਟ ਰੇਨੀਅਰ ਪੂਲ ਵਿਖੇ ਦਿੱਤੇ ਜਾਣਗੇ। ਨਿਰਦੇਸ਼ਾਂ ਲਈ [ਇੱਥੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ](#)।

ਮਾਊਂਟ ਰੇਨੀਅਰ ਪੂਲ

22722 19ਵੀਂ ਐਵੇਨਿਊ ਐੱਸ.

ਡੇਸ ਮੋਇਨੇਸ, ਡਬਲਯੂਏ 98198

ਐਮਟੀ ਰੇਨੀਅਰ ਪੂਲ ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਪੰਨਾ

ਜ਼ਿਲ੍ਹਾ ਅਗਲੀਆਂ ਕਲਾਸਾਂ ਲਈ ਅੱਪਡੇਟ ਕਰੇਗਾ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਹੀ ਕਲਾਸ ਸਮੇਂ ਦੇ ਵੇਰਵੇ, ਅਤੇ ਕੋਈ ਹੋਰ ਨਵੀਂ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ। ਅਸੀਂ ਈਮੇਲ ਸੂਚਨਾ ਦੁਆਰਾ ਅੱਪਡੇਟ ਭੇਜਾਂਗੇ ਅਤੇ ਆਉਣ ਵਾਲੀ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਦੀ ਜਨਤਾ ਨੂੰ ਯਾਦ ਦਿਵਾਉਣ ਲਈ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ 'ਤੇ ਪੋਸਟ ਕਰਾਂਗੇ।

- ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਪੰਨਾ: <https://mtrainierpool.com/swimlessons/>
- ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਨਿਊਜ਼ ਲਿੰਕ: ਸਾਡੀ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਦੀਆਂ ਖ਼ਬਰਾਂ ਦੇਖਣ ਲਈ [ਇੱਥੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ](#)।
- ਫੇਸਬੁੱਕ ਪੇਜ: ਸਾਡੇ ਫੇਸਬੁੱਕ ਪੇਜ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ [ਇੱਥੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ](#), ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਸਮਾਗਮ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।
- ਟਵਿੱਟਰ (ਐਕਸ) ਪੰਨਾ: ਸਾਡਾ ਟਵਿੱਟਰ ਪੰਨਾ ਦੇਖਣ ਲਈ [ਇੱਥੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ](#)।
- ਇੰਸਟਾਗ੍ਰਾਮ ਪੇਜ: ਸਾਡੇ ਫੇਸਬੁੱਕ ਪੇਜ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ [ਇੱਥੇ ਕਲਿੱਕ ਕਰੋ](#), ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ।

ਸੰਪਰਕ ਘੰਟੇ

ਫਰੰਟ ਡੈਸਕ ਘੰਟੇ ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੇ ਗਏ ਹਨ। ਤੈਰਾਕੀ ਪਾਠ ਕੋਆਰਡੀਨੇਟਰ ਵੱਖਰਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

- ਸੋਮਵਾਰ/ਬੁੱਧਵਾਰ/ਸ਼ੁੱਕਰਵਾਰ, ਸਵੇਰੇ 6:00 ਵਜੇ - ਦੁਪਹਿਰ 1:00 ਵਜੇ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮ 4:00 ਵਜੇ - 8:30 ਵਜੇ
- ਮੰਗਲਵਾਰ/ਵੀਰਵਾਰ, ਸਵੇਰੇ 9:00 ਵਜੇ - ਦੁਪਹਿਰ 1:00 ਵਜੇ ਅਤੇ ਸ਼ਾਮ 4:00 ਵਜੇ - 8:00 ਵਜੇ
- ਸ਼ਨੀਵਾਰ, ਸਵੇਰੇ 9:00 ਵਜੇ - ਦੁਪਹਿਰ 1:30 ਵਜੇ
- ਐਤਵਾਰ, ਸਵੇਰੇ 9:00 ਵਜੇ - ਦੁਪਹਿਰ 1:00 ਵਜੇ

ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ

ਹੇਠਾਂ ਪੂਲ ਲਈ ਆਮ ਸੰਪਰਕ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ।

ਫੋਨ - [\(206\) 824-4722](tel:(206)824-4722) (ਫਰੰਟ ਡੈਸਕ ਘੰਟਿਆਂ ਲਈ ਵੈੱਬਸਾਈਟ ਵੇਖੋ)

ਈਮੇਲ - FrontDesk@MtRainierPool.com

ਵੈੱਬਸਾਈਟ - www.MtRainierPool.com

ਨੱਥੀ 1 – ਕਲਾਸ ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ ਤਾਰੀਖਾਂ

ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ ਅਤੇ ਸਮਾਂ ਅਸਥਾਈ ਹਨ ਅਤੇ ਬਦਲਾਵ ਦੇ ਅਧੀਨ ਹਨ।

ਜਵਾਨੀ ਦਾ
ਪਾਠ

ਬਸੰਤ ਰੁੱਤ 2026	ਦਿਨ ਦਾ ਸਮਾਂ	ਟਾਈਮਜ਼	ਕਲਾਸ ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ
ਸੋਮਵਾਰ ਅਤੇ ਬੁੱਧਵਾਰ	ਸ਼ਾਮ	ਸ਼ਾਮ 4-6 ਵਜੇ	4/6-4/29 (8 ਕਲਾਸਾਂ)
ਸ਼ਨੀਵਾਰ	ਸਵੇਰ	8:30–11:30 ਵਜੇ	3/28-5/16 (8 ਕਲਾਸਾਂ)
ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ	ਮਿਤੀ	ਸਮਾਂ	
ਮੌਜੂਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ	ਮੰਗਲਵਾਰ, ¹⁷ ਮਾਰਚ	ਸ਼ਾਮ 4:30 ਵਜੇ	
ਨਵਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ, ਨਿਵਾਸੀ	ਵੀਰਵਾਰ, ¹⁹ ਮਾਰਚ	ਸ਼ਾਮ 5-6:30 ਵਜੇ ਤੱਕ	
ਨਵਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ, ਗੈਰ-ਨਿਵਾਸੀ	ਵੀਰਵਾਰ, ¹⁹ ਮਾਰਚ	ਸ਼ਾਮ 6:30-8 ਵਜੇ ਤੱਕ	
ਦੇਰ ਬਸੰਤ 2026	ਦਿਨ ਦਾ ਸਮਾਂ	ਟਾਈਮਜ਼	ਕਲਾਸ ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ
ਸੋਮਵਾਰ ਅਤੇ ਬੁੱਧਵਾਰ	ਸ਼ਾਮ	ਸ਼ਾਮ 4-6:30 ਵਜੇ	5/27-6/22
ਮੰਗਲਵਾਰ ਅਤੇ ਵੀਰਵਾਰ	ਸ਼ਾਮ	ਸ਼ਾਮ 4-6:30 ਵਜੇ	5/28-6/23
ਸ਼ਨੀਵਾਰ (ਗਰਮੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ)	ਸਵੇਰ	7:45–8:30 ਵਜੇ	6/6-8/1 (8 ਕਲਾਸਾਂ) ⁴ ਜੁਲਾਈ ਨੂੰ ਕੋਈ ਕਲਾਸ ਨਹੀਂ
ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ	ਮਿਤੀ	ਸਮਾਂ	
ਮੌਜੂਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ	ਮੰਗਲਵਾਰ, ¹⁹ ਮਈ	ਸ਼ਾਮ 4:30 ਵਜੇ	
ਨਵਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ, ਨਿਵਾਸੀ	ਵੀਰਵਾਰ, 21 ਮਈ	ਸ਼ਾਮ 5-6:30 ਵਜੇ ਤੱਕ	
ਨਵਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ, ਗੈਰ-ਨਿਵਾਸੀ	ਵੀਰਵਾਰ, 21 ਮਈ	ਸ਼ਾਮ 6:30-8 ਵਜੇ ਤੱਕ	
ਗਰਮੀਆਂ 2026	ਦਿਨ ਦਾ ਸਮਾਂ	ਟਾਈਮਜ਼	ਕਲਾਸ ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ
ਸੋਮਵਾਰ ਅਤੇ ਬੁੱਧਵਾਰ	ਸਵੇਰ	ਸਵੇਰੇ 8:30-11:30 ਵਜੇ	7/8-8/3
ਮੰਗਲਵਾਰ ਅਤੇ ਵੀਰਵਾਰ	ਸਵੇਰ	ਸਵੇਰੇ 8:30-11:30 ਵਜੇ	7/9-8/4
ਸੋਮਵਾਰ ਅਤੇ ਬੁੱਧਵਾਰ	ਸ਼ਾਮ	ਸ਼ਾਮ 4-6:30 ਵਜੇ	7/8-8/3
ਮੰਗਲਵਾਰ ਅਤੇ ਵੀਰਵਾਰ	ਸ਼ਾਮ	ਸ਼ਾਮ 4-6:30 ਵਜੇ	7/9-8/4
ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ	ਮਿਤੀ	ਸਮਾਂ	
ਮੌਜੂਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ	ਮੰਗਲਵਾਰ, ³⁰ ਜੂਨ	ਸ਼ਾਮ 4:30 ਵਜੇ	
ਨਵਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ, ਨਿਵਾਸੀ	ਵੀਰਵਾਰ, ¹ ਜੁਲਾਈ	ਸ਼ਾਮ 5-6:30 ਵਜੇ ਤੱਕ	
ਨਵਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ, ਗੈਰ-ਨਿਵਾਸੀ	ਵੀਰਵਾਰ, ¹ ਜੁਲਾਈ	ਸ਼ਾਮ 6:30-8 ਵਜੇ ਤੱਕ	

ਬਸੰਤ ਸੈਸ਼ਨ

ਸਰਦੀਆਂ/ਬਸੰਤ ਦੇ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਦੇ ਬੰਦ ਹੋਣ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਪਤਝੜ 2026 ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ 2026 ਦੀਆਂ ਗਰਮੀਆਂ ਦੌਰਾਨ ਈਮੇਲ ਸੂਚਨਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਿੱਚ ਪੋਸਟ ਅਤੇ ਅਪਡੇਟ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।

ਹੇਠਾਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਸਾਰੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ ਅਤੇ ਸਮਾਂ ਅਸਥਾਈ ਹਨ ਅਤੇ ਬਦਲਾਵ ਦੇ ਅਧੀਨ ਹਨ।

ਬਾਲਗ ਪਾਠ

ਬਸੰਤ ਰੁੱਤ 2026	ਦਿਨ ਦਾ ਸਮਾਂ	ਟਾਈਮਜ਼	ਕਲਾਸ ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ
ਸੋਮਵਾਰ ਅਤੇ ਬੁੱਧਵਾਰ	ਸ਼ਾਮ	ਸ਼ਾਮ 6-6:45 ਵਜੇ	4/6-4/29 (8 ਕਲਾਸਾਂ)
ਸ਼ਨੀਵਾਰ	ਸਵੇਰ	ਸਵੇਰੇ 8-8:45 ਵਜੇ	3/28-5/16 (8 ਕਲਾਸਾਂ)
ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ	ਮਿਤੀ	ਸਮਾਂ	
ਮੌਜੂਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ	ਮੰਗਲਵਾਰ, ¹⁷ ਮਾਰਚ	ਸ਼ਾਮ 4:30 ਵਜੇ	
ਨਵਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ, ਨਿਵਾਸੀ	ਵੀਰਵਾਰ, ¹⁹ ਮਾਰਚ	ਸ਼ਾਮ 5-6:30 ਵਜੇ ਤੱਕ	
ਨਵਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ, ਗੈਰ-ਨਿਵਾਸੀ	ਵੀਰਵਾਰ, ¹⁹ ਮਾਰਚ	ਸ਼ਾਮ 6:30-8 ਵਜੇ ਤੱਕ	
ਦੋਰ ਬਸੰਤ 2026	ਦਿਨ ਦਾ ਸਮਾਂ	ਟਾਈਮਜ਼	ਕਲਾਸ ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ
ਸੋਮਵਾਰ ਅਤੇ ਬੁੱਧਵਾਰ	ਸ਼ਾਮ	ਸ਼ਾਮ 6-6:45 ਵਜੇ	5/27-6/22
ਮੰਗਲਵਾਰ ਅਤੇ ਵੀਰਵਾਰ	ਸ਼ਾਮ	ਸ਼ਾਮ 6-6:45 ਵਜੇ	5/28-6/23
ਸ਼ਨੀਵਾਰ (ਗਰਮੀਆਂ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ)	ਸਵੇਰ	ਸਵੇਰੇ 8-8:45 ਵਜੇ	6/6-8/1 (8 ਕਲਾਸਾਂ) ⁴ ਜੁਲਾਈ ਨੂੰ ਕੋਈ ਕਲਾਸ ਨਹੀਂ
ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ	ਮਿਤੀ	ਸਮਾਂ	
ਮੌਜੂਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ	ਮੰਗਲਵਾਰ, ¹⁹ ਮਈ	ਸ਼ਾਮ 4:30 ਵਜੇ	
ਨਵਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ, ਨਿਵਾਸੀ	ਵੀਰਵਾਰ, 21 ਮਈ	ਸ਼ਾਮ 5-6:30 ਵਜੇ ਤੱਕ	
ਨਵਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ, ਗੈਰ-ਨਿਵਾਸੀ	ਵੀਰਵਾਰ, 21 ਮਈ	ਸ਼ਾਮ 6:30-8 ਵਜੇ ਤੱਕ	
ਗਰਮੀਆਂ 2026	ਦਿਨ ਦਾ ਸਮਾਂ	ਟਾਈਮਜ਼	ਕਲਾਸ ਦੀਆਂ ਤਾਰੀਖਾਂ
ਸੋਮਵਾਰ ਅਤੇ ਬੁੱਧਵਾਰ	ਸ਼ਾਮ	ਸ਼ਾਮ 6-6:45 ਵਜੇ	7/8-8/3
ਮੰਗਲਵਾਰ ਅਤੇ ਵੀਰਵਾਰ	ਸ਼ਾਮ	ਸ਼ਾਮ 6-6:45 ਵਜੇ	7/9-8/4
ਰਜਿਸਟ੍ਰੇਸ਼ਨ	ਮਿਤੀ	ਸਮਾਂ	
ਮੌਜੂਦਾ ਵਿਦਿਆਰਥੀ	ਮੰਗਲਵਾਰ, ³⁰ ਜੂਨ	ਸ਼ਾਮ 4:30 ਵਜੇ	
ਨਵਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ, ਨਿਵਾਸੀ	ਵੀਰਵਾਰ, ¹ ਜੁਲਾਈ	ਸ਼ਾਮ 5-6:30 ਵਜੇ ਤੱਕ	
ਨਵਾਂ ਵਿਦਿਆਰਥੀ, ਗੈਰ-ਨਿਵਾਸੀ	ਵੀਰਵਾਰ, ¹ ਜੁਲਾਈ	ਸ਼ਾਮ 6:30-8 ਵਜੇ ਤੱਕ	

ਬਸੰਤ ਸੈਸ਼ਨ

ਸਰਦੀਆਂ/ਬਸੰਤ ਦੇ ਰੱਖ-ਰਖਾਅ ਦੇ ਬੰਦ ਹੋਣ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।

ਪਤਝੜ 2026 ਦੀ ਜਾਣਕਾਰੀ 2026 ਦੀਆਂ ਗਰਮੀਆਂ ਦੌਰਾਨ ਈਮੇਲ ਸੂਚਨਾ ਪ੍ਰਣਾਲੀ ਵਿੱਚ ਪੋਸਟ ਅਤੇ ਅਪਡੇਟ ਕੀਤੀ ਜਾਵੇਗੀ।