**GUÍA DE SELECCIÓN DE CLASES DE NATACIÓN Piscina Mount Rainier**

**EVALUACIONES DE NATACIÓN**

Las evaluaciones de natación (anteriormente, pruebas de natación) son obligatorias para todos los estudiantes nuevos, independientemente de su participación en otros programas. Esto garantiza que las personas se ubiquen en los niveles correctos y que la mayor cantidad posible de personas puedan participar en las clases de natación. Comuníquese con nosotros al 206.824.4722 para programar una evaluación de natación.

**¿QUÉ CLASES DE NATACIÓN SERÍAN APROPIADAS PARA MI HIJO?**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **6 meses - 3 años**  Padre e hijo | **3 - 6 años**  Nivel preescolar 1-3 | **7 - 14 años**  Nivel 1-6 |

**¿EN QUÉ NIVEL DEBO INSCRIBIR A MI HIJO?**

**Niños de 6 meses a 3 años (padre e hijo):**

|  |  |
| --- | --- |
| Todos los niños de estas edades asistirán a esta clase. | Padre e hijo 1 |
| Debe haber asistido a seis (6) de las ocho (8) clases del Nivel 1 para padres e hijos) | Padre e hijo 2 |

**Niños de 3 a 6 años (nivel preescolar 1 a 3):**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ¿Puede el niño meter la cara en el agua y hacer burbujas? | ¿Aún no? | Nivel preescolar 1 |
| ¿Puede el niño flotar sobre su espalda durante 15 segundos y luego recuperarse hasta quedar boca abajo? | ¿Aún no? | Nivel preescolar 2 |
| ¿Puede el niño nadar independientemente hacia el instructor y darse vuelta sobre su espalda? | ¿Aún no? | Nivel preescolar 3 |
| ¿Puede su hijo nadar 15 yardas rodando de adelante hacia atrás sin ayuda? | ¿Aún no? | Nivel preescolar 3+ |

**Niños de 7 a 14 años (nivel 1 a 6):**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ¿Puede el estudiante entrar y salir del agua y nadar 5 yardas independientemente con la cara en el agua? | ¿Aún no? | Nivel 1 |
| ¿Puede el estudiante nadar utilizando movimientos combinados de brazos y piernas y recuperarse hasta flotar boca arriba de forma independiente? | ¿Aún no? | Nivel 2 |
| ¿Puede el estudiante nadar 15 yardas sobre su frente y espalda con respiración lateral? | ¿Aún no? | Nivel 3 |
| ¿Puede el estudiante nadar 25 yardas de crol hacia adelante y hacia atrás y 15 yardas de braza? | ¿Aún no? | Nivel 4 |
| ¿Puede el estudiante utilizar una entrada de buceo y nadar 25 yardas en estilo crol, crol de espalda, braza y mariposa? | ¿Aún no? | Nivel 5 |
| ¿Puede el estudiante nadar los cuatro estilos competitivos de manera efectiva? | ¿Aún no? | Nivel 6 |

**Edades 15+:**

|  |  |
| --- | --- |
| Todos los adultos de 15 años o más se colocan en lecciones para adultos. | Lecciones para adultos |

**PROMOCIÓN AL SIGUIENTE NIVEL**

La promoción al siguiente nivel se basa en la asistencia y la capacidad para aprobar las habilidades. Se proporcionará una actualización de la lección antes de que se abra la inscripción para la próxima sesión. Si necesita una aclaración, hable al respecto con el instructor principal de natación en el lugar.

**CONTACTO**

Si tiene alguna pregunta o inquietud, comuníquese con nuestra recepción en FrontDesk@MtRainierPool.com o por teléfono al 206.824.4277.