

# CẨM NANG HƯỚNG DẪN BÀI HỌC BƠI CUỐI MÙA XUÂN HỒ BƠI NÚI RAINIER

Des Moines Pool Metropolitan Park District r.01.29.2026



## TỔNG QUAN

### TRIẾT LÝ

Hồ bơi Mount Rainier luôn nỗ lực tạo ra một môi trường vui vẻ và an toàn cho các lớp học bơi dành cho mọi lứa tuổi và thành viên trong cộng đồng. Chúng tôi tin rằng bơi lội là một kỹ năng sống thiết yếu và là một hoạt động giải trí lành mạnh. Chúng tôi cam kết đào tạo nhân viên và cộng đồng về tầm quan trọng của an toàn dưới nước. Để nâng cao chất lượng các lớp học, chúng tôi tuân thủ các tiêu chuẩn của Hội Chữ thập đỏ Hoa Kỳ và đảm bảo hầu hết các huấn luyện viên đều được chứng nhận. Chúng tôi đang cố gắng giữ mức giá các lớp học ở mức phải chăng và có các lựa chọn học bổng giảm giá lên đến 90% cho cư dân Des Moines và Normandy Park. Cuối cùng, chúng tôi tin rằng việc luyện tập cùng con em của bạn là vô cùng quan trọng, vì vậy chúng tôi đã bổ sung thêm các khung giờ luyện tập miễn phí. Xem thêm thông tin bên dưới.

### SỰ ĐĂNG KÝ

Dưới đây là các bước đăng ký dành cho sinh viên hiện tại hoặc sinh viên mới. Sinh viên hiện tại phải đã tham gia các khóa học gần nhất và chỉ có tối đa hai lần vắng mặt không phép.

SINH VIÊN MỚI			SINH VIÊN HIỆN TẠI
Người bơi lần đầu	Sinh viên chuyển trường	Sinh viên không còn là sinh viên	<b>Đăng ký học</b> <i>Nhưng hãy luôn kiểm tra tài khoản của bạn 2-3 ngày làm việc trước đó để đảm bảo các thông tin về lớp học và sinh viên hiện tại được hiển thị chính xác trên tài khoản CivicRec.</i>
Người bơi chưa từng tham gia các lớp học bơi nhóm.	Học viên bơi lội chuyển đến từ chương trình dạy bơi của một bể bơi khác.	Vận động viên bơi lội đã tham gia các lớp học bơi tại bể bơi Mt Rainier trong sáu tháng. Cần phải đánh giá lại khả năng bơi lội sau sáu tháng.	
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Tạo tài khoản</li><li>2. Không cần kiểm tra trình độ bơi (chỉ được phép đăng ký các lớp P&amp;C 1, PSA 1, LTS 1 &amp; Lớp người lớn mới bắt đầu mà không cần kiểm tra trình độ bơi)</li><li>3. Đăng ký học</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Tạo tài khoản</li><li>2. Tham gia bài kiểm tra bơi lội</li><li>3. Đăng ký học</li></ol>	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Đánh giá bơi lội mới</li><li>2. Đăng ký học</li></ol>	

### KIỂM TRA TÌNH TRẠNG SINH VIÊN HIỆN TẠI

Để kiểm tra xem bạn hoặc con bạn có phải là Học sinh hiện tại hay không, vui lòng gọi cho chúng tôi theo số [\(206\) 824-4722](tel:2068244722). Vui lòng liên hệ với chúng tôi ít nhất 2-3 ngày làm việc trước khi đăng ký.

### SỰ ĐĂNG KÝ

Ngày và giờ đăng ký chính xác sẽ được đăng tải trên trang web và gửi qua hệ thống thông báo email của chúng tôi. Vui lòng xem trang chủ của trang web để biết ngày và giờ đăng ký chính xác. Bạn có ba lựa chọn để đăng ký.

- **Điện thoại:** Để tránh nhầm lẫn trong việc xếp lớp, chỉ có một người sẽ tiếp nhận cuộc gọi khi bắt đầu đăng ký. Điều này có thể dẫn đến thời gian chờ lâu hơn. Hệ thống trả lời tự động của chúng tôi sẽ xếp người dùng vào hàng đợi, và chúng tôi sẽ trả lời theo thứ tự nhận được. Mọi tin nhắn để lại sẽ được trả lời sau khi chúng tôi đã trả lời tất cả các cuộc gọi hiện tại. *Nếu chúng tôi quá bận, việc này có thể sẽ được hoãn lại đến ngày hôm sau.*
- **Trực tiếp Đăng ký:** Mọi người có thể chờ đến 45 phút trước khi quầy đăng ký mở cửa. Số thứ tự sẽ được phát và nhân viên sẽ gọi số khi có người phụ trách đăng ký. Bất kỳ ai đến sớm để lấy số thứ tự rồi rời đi sẽ mất lượt và phải lấy số mới.
- **\*Trực tuyến Đăng ký:** Hiện tại, tất cả học viên học bơi đều có thể đăng ký trực tuyến. Nếu con bạn ở bất kỳ trình độ nào khác ngoài trình độ người mới bắt đầu, bao gồm cả việc chuyển từ các lớp học khác, vui lòng đảm bảo có buổi đánh giá trình độ bơi. Xem phần ĐÁNH GIÁ TRÌNH ĐỘ BƠI bên dưới để biết thêm thông tin chi tiết.

Do số lượng học viên mỗi lớp có hạn, việc đăng ký học viên vào đúng lớp là rất cần thiết. Để đăng ký trực tuyến, bạn phải đăng nhập vào tài khoản của mình thông qua trang web CivicRec (đăng ký) bằng email và mật khẩu. Bạn chỉ có thể đăng ký cho người tham gia vào cấp độ mà họ đủ điều kiện. Nếu có bất kỳ thắc mắc nào về cấp độ mà họ đủ điều kiện, đừng ngần ngại liên hệ với bộ phận lễ tân theo số [\(206\) 824-4722](tel:2068244722).

## TỔNG QUAN VỀ CÁC CẤP LỚP

Dưới đây là bảng phân loại các cấp độ lớp học. Để biết thêm thông tin chi tiết, vui lòng nhấp vào đây. Vui lòng liên hệ với nhân viên bể bơi để đảm bảo bạn tham gia đúng lớp học.

	<b>Cha mẹ và con</b> (Từ 6 tháng đến 3 tuổi)	<b>Chương trình tiền tiểu học</b> (Dành cho trẻ từ 4-6 tuổi)	<b>Các cấp độ học bơi</b> (Từ 7-14 tuổi)	<b>Người lớn</b> (Từ 15 tuổi trở lên)
<b>Lớp học Cấp độ</b>	P & C 1, P & C 1/2, P & C 2	Lớp 1, Lớp 2, Lớp 3	Cấp độ 1, Cấp độ 2, Cấp độ 3, Cấp độ 4, Cấp độ 5, Cấp độ 6	Người lớn mới bắt đầu, Trình độ trung cấp dành cho người lớn

## GIÁ THEO LỚP

Hiện tại, không có khoản trợ cấp nào cho các lớp học bơi miễn phí, nhưng có học bổng dành cho cư dân Des Moines và Normandy Park, nếu đủ điều kiện, được giảm 90% học phí. Giá dưới đây là cho một khóa học 8 buổi. Mức giá dưới đây là mức giá mới năm 2026, sẽ có hiệu lực từ ngày 1 tháng 1 năm 2026.

	<b>Phù hợp với mọi trình độ và mọi lứa tuổi</b> (từ 6 tháng tuổi đến người lớn)
<b>Người dân*</b>	82,00 đô la
<b>Người không cư trú</b>	98,00 đô la

Không có chính sách hoàn trả học phí theo tỷ lệ, ngay cả sau khi các lớp học đã bắt đầu. Ngoài ra, sẽ có phí xử lý 10 đô la cho việc hủy đăng ký. Xem phần bên dưới để biết thêm thông tin.

\*Cư dân của Des Moines và Normandy Park được ưu tiên và giảm giá khi tham gia các lớp học bơi và các chương trình khác.

## QUY TRÌNH/NGÀY ĐĂNG KÝ CUỐI MÙA XUÂN

Thứ tự đăng ký sẽ tuân theo hệ thống 1, 2, 3 để đảm bảo cư dân trong khu vực được ưu tiên đăng ký. Vui lòng đăng ký sớm vào các ngày được liệt kê bên dưới vì nhu cầu học bơi trong khu vực rất cao.

	Người dân*	Người không cư trú
<b>Sinh viên hiện tại</b>	(1) ĐĂNG KÝ CHO TẤT CẢ SINH VIÊN HIỆN TẠI Thứ Ba, ngày 19 tháng 5, bắt đầu lúc 4:30 chiều.	
<b>Sinh viên mới</b>	(2) SINH VIÊN MỚI, CƯ TRÚ Thứ Năm, ngày 21 tháng 5, 17:00 - 18:30	(3) SINH VIÊN MỚI, KHÔNG PHẢI LÀ CƯ DÂN TRƯỜNG Thứ Năm, ngày 21 tháng 5, 6:30-8 giờ tối

\*Cư dân của Des Moines và Normandy Park được ưu tiên đăng ký nhập học.

### Cuối mùa xuân năm 2026

Ngày	Thời gian trong ngày	Thời báo	Ngày học
Hai lần mỗi tuần (bốn tuần)			
Thứ Hai và Thứ Tư	Buổi tối	4-6:45 chiều	27/5-22/6 (8 tiết học)
<b>MỚI</b> Thứ Ba và Thứ Năm	Buổi tối	4-6:45 chiều	28/5-23/6 (8 tiết học)
Một lần mỗi tuần (Tám tuần)			
Thứ Sáu <b>MỚI</b>	Buổi sáng	4-6:30 chiều	6/5-7/31 (8 tiết học) Không có tiết học ngày 7/3.
Thứ bảy	Buổi sáng	8:30-11:30 sáng	6/6-8/1 (8 tiết học) Không có tiết học ngày 7/4.

## THỜI GIAN CHÍNH XÁC CỦA CÁC LỚP HỌC BƠI

Thời gian cụ thể của các lớp học sẽ được đăng tải trên [trang Lớp học bơi của Hồ bơi Mount Rainier](#) vào thứ Sáu trước ngày đăng ký học bơi. Thời gian học phụ thuộc vào số lượng học viên hiện tại hoàn thành cấp độ hiện tại.

## SẼ RA MẮT VÀO MÙA HÈ NÀY (CẬP NHẬT)

Việc học 1 buổi/tuần (thứ Sáu và thứ Bảy) sẽ tiếp tục suốt mùa hè. Mùa hè này, chúng tôi sẽ có thêm lựa chọn học buổi sáng và buổi tối cho các lớp học 2 buổi/tuần vào thứ Hai và thứ Tư, cũng như thứ Ba và thứ Năm. Xem phần cuối của tập tài liệu này để biết thêm thông tin.

## THÔNG BÁO ĐÓNG CỬA SẮP TỚI (CẬP NHẬT)

Hồ bơi sẽ đóng cửa hai lần trong năm hoạt động tiếp theo. Một lần đóng cửa ngắn hơn vào tháng Tám và một lần đóng cửa dài hơn vào mùa xuân năm 2027. Thông tin chi tiết sẽ được cập nhật sau.

## ĐÓNG CỬA THÁNG TÁM

Hồ bơi sẽ đóng cửa khoảng hai đến ba tuần trong tháng Tám để sửa chữa hồ thu nước và tiến hành vệ sinh tổng thể.

### Đóng cửa vào mùa xuân năm 2027

Ban quản lý hồ bơi đã nhận được ba khoản tài trợ cho các dự án cải tạo lớn. Các dự án đã bị trì hoãn do các vấn đề về hợp đồng, do vướng mắc trong hợp đồng thuê, luật đấu thầu và các yếu tố khác, chúng tôi có thể phải điều chỉnh lịch trình trong tương lai. Thông báo cập nhật sẽ được gửi qua [hệ thống email](#) và tất cả thông tin về các lớp học bơi sẽ được cập nhật.

## CÁC NGÀY KHÁC TRONG TƯƠNG LAI CÓ SẴN

Xem phần cuối của tài liệu này (Phụ lục 1) để xem các lựa chọn khác trong tương lai cho phần còn lại của năm, bao gồm cả các khóa học dành cho người lớn. Xin lưu ý rằng do tính phức tạp của dự án này, lịch trình sắp tới trong các phụ lục chỉ mang tính chất dự kiến vì ngày bắt đầu và kết thúc dự án chưa được ấn định chính thức. Các ngày này sẽ được cập nhật trong tương lai và một email cập nhật sẽ được gửi khi đã được hoàn thiện.

## THÔNG TIN CẬP NHẬT VỀ CÁC LỚP HỌC MỞ

Thông tin cập nhật về giờ mở lớp sẽ được đăng tải vào cuối mỗi phiên đăng ký. Các lớp học được mở vào đầu mỗi giờ (:00) hoặc giữa mỗi giờ (:30). Thông tin sẽ được đăng tải trên trang web cùng với thông báo được gửi qua hệ thống thông báo email của chúng tôi.

## QUY TRÌNH ĐĂNG KÝ LỚP HỌC

Mục tiêu của chúng tôi là cung cấp số lượng bài học bơi tối đa cho nhiều học viên nhất có thể trong mỗi khóa học. Hiện tại, chúng tôi tuân thủ quy trình sau đây cho các bài học.

- ĐĂNG KÝ MỞ:** Việc đăng ký sẽ được mở cho các lớp học dự kiến tùy thuộc vào tiến độ chuyển lớp của sinh viên hiện tại, sự sẵn có của giảng viên hiện tại và các yếu tố khác. Chúng tôi sẽ cho phép bất kỳ ai không thể vào lớp được đưa vào danh sách chờ. (Xem thêm thông tin về danh sách chờ ở phần sau của tài liệu này.)
- ĐĂNG KÝ DANH SÁCH CHỜ:** Những người trong danh sách chờ sẽ được liên hệ từ danh sách này. Trong trường hợp có thêm chỗ trống, sinh viên trong danh sách chờ sẽ được nhân viên MRP liên hệ.
- ĐĂNG KÝ LỚP HỌC BƠI RIÊNG:** Việc đăng ký lớp học bơi riêng sẽ được thực hiện nếu còn chỗ trống. Học viên có khiếm khuyết về giác quan, sợ nước và các yếu tố khác có thể mang lại lợi ích cho cá nhân khi tham gia các lớp học riêng sẽ được ưu tiên. Tất cả các học viên khác sẽ được hỗ trợ theo thứ tự đăng ký.

## SỨC CHỮA LỚP HỌC

Mỗi lớp học bơi cơ bản và nâng cao sẽ giới hạn tối đa 5 học viên, và lớp học dành cho phụ huynh và trẻ em sẽ giới hạn tối đa 10 học viên. Lớp học dành cho người lớn cũng giới hạn 10 học viên nhưng sẽ có hai huấn luyện viên. Việc quá tải học viên sẽ ảnh hưởng đến trải nghiệm học tập của tất cả mọi người. (*Lưu ý - đây là lý do chúng tôi có quy trình đăng ký nghiêm ngặt để đảm bảo mọi người được xếp vào đúng lớp học.*)

## TRỢ LÝ DẠY BƠI

Hồ bơi Mount Rainier tuyển dụng thanh thiếu niên địa phương từ 15 tuổi trở lên làm nhân viên cứu hộ và dạy bơi. Mục tiêu của chúng tôi là đảm bảo chất lượng bài học cao nhất, vì vậy chúng tôi sử dụng trợ lý để

giúp giám sát các lớp học và học hỏi từ các huấn luyện viên giàu kinh nghiệm hơn. Điều này không chỉ giúp tăng cường an toàn trong hồ bơi mà còn giúp chúng tôi đảm bảo chất lượng liên tục trong các chương trình của mình.

## THỜI LƯỢNG TIẾNG HỌC

Các lớp học được thiết kế với thời lượng sao cho tối đa hóa khả năng tập trung của mỗi trẻ. Dưới đây là thời lượng của mỗi lớp học.

	25 phút	30 phút	4-5 phút	Giờ
<b>Lớp học Cấp độ</b>	Cha mẹ và con cái I, II, I/II Trước 1-3 LTS Cấp độ 1-2	LTS* Cấp độ 3-6	Người lớn, người mới bắt đầu Trình độ trung cấp dành cho người lớn	Hiện không có sẵn.

\*LTS là viết tắt của Learn-to-Swim (Học bơi).

## ĐÁNH GIÁ KHẢ NĂNG BƠI

Điều quan trọng nhất là đảm bảo người tham gia đạt trình độ phù hợp. Điều này giúp ích cho từng cá nhân và đảm bảo các học viên khác trong lớp tận dụng tối đa thời gian học. Chúng tôi khuyên bạn nên cho con tham gia buổi kiểm tra trình độ bơi trước hạn chót đăng ký. Điều này sẽ giúp con bạn có cơ hội tốt nhất để tham gia các lớp học. (Lưu ý – Những người đăng ký lớp Phụ huynh và Trẻ em, Lớp Mầm non 1 và Lớp Học bơi Cấp độ 1 không cần phải làm bài kiểm tra trình độ bơi. Bài kiểm tra này chỉ dành cho những người đăng ký các lớp học trình độ cao hơn, bao gồm cả học viên chuyển trường và học viên không học hiện tại đã bỏ lỡ hai buổi học bơi gần nhất.)

Bạn có thể tham gia buổi đánh giá trình độ bơi tại bất kỳ buổi bơi gia đình hoặc bơi tự do nào. Buổi đánh giá phải được hoàn thành ít nhất ba ngày làm việc trước ngày đăng ký. Vui lòng thông báo cho lễ tân khi bạn đến để sắp xếp buổi đánh giá trình độ bơi.

## CẬP NHẬT CỔNG ĐĂNG KÝ

Cổng đăng ký đã được cập nhật với trang chào mừng mới, bao gồm thiết lập tài khoản, học bổng và các phần hướng dẫn học bơi được chia nhỏ hơn. Cổng thông tin sử dụng Google Translate (dịch máy) và có thể dịch sang hơn 100 ngôn ngữ. [Nhấp vào đây](#) để truy cập cổng đăng ký của chúng tôi. Bạn cũng có thể đăng ký học bổng tại đây. Xem phần Học bổng bên dưới để biết thêm thông tin.

## THÔNG TIN QUAN TRỌNG

**Hệ thống đăng ký trực tuyến mới của chúng tôi đã hoạt động rất hiệu quả! Khoảng 75% người đăng ký hiện nay đăng ký trực tuyến. Điều này có nghĩa là các lớp học có thể đầy chỗ chỉ trong vài phút.**

## TẠO TÀI KHOẢN (CIVICREC)

Vui lòng giúp chúng tôi bằng cách tạo tài khoản trên phần mềm đăng ký của chúng tôi (CivicRec). Vui lòng nhấp vào đây để tạo tài khoản. Việc này sẽ giúp đẩy nhanh quá trình đăng ký và đảm bảo thông tin liên lạc của bạn chính xác cho các thông báo, bao gồm cả các thay đổi trong danh sách chờ.

Hướng dẫn thiết lập tài khoản CivicRec:

1. [Nhấp vào đây](#) để tạo tài khoản mới.
2. Nhấp vào nút đăng nhập/tạo tài khoản ở góc trên bên phải và làm theo hướng dẫn.
3. Vui lòng cung cấp số điện thoại và email liên lạc chính xác để chúng tôi có thể liên hệ với bạn.
4. Sau khi hoàn tất, bạn sẽ nhận được email xác nhận. Vui lòng sử dụng email này để kiểm tra lại tài khoản của bạn và đảm bảo thông tin liên hệ chính xác.

5. Nếu bạn có bất kỳ câu hỏi hoặc thắc mắc nào, vui lòng liên hệ với chúng tôi theo địa chỉ sau: [\(206\) 824-4722](tel:2068244722).

### **QUAN TRỌNG! TÀI KHOẢN TRÙNG LẬP**

Vui lòng kiểm tra tài khoản của bạn trước ngày đăng ký. Nhân viên sẽ thêm cờ vào tài khoản để xác định cấp độ học bơi và tình trạng học viên hiện tại. Vấn đề lớn nhất mà người dùng gặp phải với cờ là tạo tài khoản trùng lặp.

Vui lòng kiểm tra tài khoản của bạn trước để đảm bảo bạn đang sử dụng đúng tài khoản. Nếu bạn không thấy cờ của mình, vui lòng liên hệ với Bộ phận Lễ tân của chúng tôi theo số 206.824.4722 ít nhất một ngày làm việc trước ngày đăng ký để chúng tôi có đủ thời gian giải quyết vấn đề cho bạn.

### **DANH SÁCH CHỜ**

Danh sách chờ sẽ được mở khi tất cả các chỗ trong lớp học đã đầy và có học viên khác quan tâm. Nhân viên của chúng tôi sẽ cố gắng hết sức để tạo thêm các lớp học mới, nhưng việc này phụ thuộc vào số chỗ trống và sự sẵn có của giảng viên. Nếu bạn được liên hệ, vui lòng làm theo các bước bên dưới. Chúng tôi thực hiện mọi biện pháp để đảm bảo tối đa hóa số lượng người mà chúng tôi có thể phục vụ.

- Nếu có chỗ trống, chúng tôi sẽ gọi cho những người tham gia theo thứ tự tên trong danh sách. Người tham gia có sáu giờ để xác nhận chỗ của mình bằng cách gọi lại đến số [\(206\) 824-4277](tel:2068244277). **(KHÔNG CHẤP NHẬN EMAIL!)**
- **không có ai chọn** vị trí trong thời gian quy định, chúng tôi sẽ chuyển sang người tiếp theo trong danh sách. Người tham gia sẽ bị xóa khỏi danh sách chờ.
- Những người tham gia không gọi lại sau hai lần liên lạc để xác nhận vào danh sách chờ có thể bị xóa khỏi tất cả các danh sách chờ và bị bỏ qua trong các lần đăng ký sau. *(Vui lòng đảm bảo số điện thoại và email của bạn chính xác bằng cách đăng ký tài khoản riêng hoặc lấy thông tin đăng nhập để kiểm tra.)*
- **QUAN TRỌNG** – Những cá nhân không được chuyển vào lớp từ danh sách chờ **SẼ ĐƯỢC XEM LÀ SINH VIÊN MỚI TRONG ĐỢT ĐĂNG KÝ TIẾP THEO. PHẢI ĐĂNG KÝ VỚI TƯ CÁCH SINH VIÊN KHÔNG CÒN HỌC TẠI TRƯỜNG.**

Một email sẽ được gửi đến những người tham gia trong danh sách chờ sau khi các lớp học bắt đầu hoặc tất cả các chỗ đã được lấp đầy.

Vui lòng kiểm tra số điện thoại liên lạc của bạn trong tài khoản bằng cách [nhấp vào đây](#) hoặc gọi cho chúng tôi theo số [\(206\) 824-4277](tel:2068244277).

### **SỐ LƯỢNG THAM GIA TỐI THIỂU**

Nếu một học viên vắng mặt quá hai buổi trong một khóa học (và không gọi điện xin phép vắng mặt), họ sẽ bị loại khỏi khóa học đó và phải đăng ký lại với tư cách là HỌC VIÊN MỚI (KHÔNG PHẢI HỌC VIÊN HIỆN TẠI).

Ban quản lý có quyền loại bỏ những học viên không tôn trọng quy trình và cản trở người khác tham gia buổi học.

**TẠI SAO?** Mục tiêu của chúng tôi là phục vụ tối đa số lượng người trong cộng đồng với các lớp học bơi và an toàn dưới nước. Việc "**vắng mặt không lý do**" sẽ làm mất đi cơ hội cứu sống người khác trong cộng đồng.

Nếu bạn cần thông báo về việc vắng mặt, vui lòng gọi cho chúng tôi theo số [\(206\) 824-4722](tel:(206)824-4722) hoặc gửi email tới [Emmitt.Sevores@DesMoinesPool.org](mailto:Emmitt.Sevores@DesMoinesPool.org).

## TỔNG QUAN VỀ CÁC CẤP ĐỘ HỌC BƠI

Bạn muốn biết thêm thông tin về các cấp độ bơi khác nhau mà chúng tôi cung cấp? [Hãy nhấp vào đây](#) để xem thêm thông tin về các cấp độ học bơi.

## HƯỚNG DẪN LỰA CHỌN CẤP ĐỘ HỌC BƠI

[Hãy nhấp vào đây](#) để sử dụng hướng dẫn này giúp bạn tìm được cấp độ học bơi phù hợp hơn cho bản thân hoặc con cái.

Cả phần Tổng quan về các cấp độ học bơi và Hướng dẫn lựa chọn khóa học bơi đều có bản dịch sang các ngôn ngữ sau:

- tiếng Amharic
- tiếng Ả Rập
- Tiếng Philippines/Tiếng Tagalog
- tiếng Hàn
- Tiếng Punjabi (Gurmukhi)
- Tiếng Nga
- Người Somali
- tiếng Tây Ban Nha
- người Ukraina
- Tiếng Việt

Nếu bạn cần dịch tài liệu này sang ngôn ngữ khác, chúng tôi khuyên bạn nên sử dụng [Google Translate](#).

Nếu bạn cần hỗ trợ chuyển đổi tài liệu trên trang web sang ngôn ngữ không có trong danh sách trên, vui lòng gửi email cho chúng tôi theo địa chỉ [info@mtrainierpool.com](mailto:info@mtrainierpool.com).

## TRƯỚC KHI BẮT ĐẦU TIÊN

### NHẮC NHỞ LỚP HỌC

Vui lòng lưu ý ngày và giờ các lớp học của bạn. Chúng tôi sẽ gửi email nhắc nhở tự động. Để đảm bảo bạn nhận được email, chúng tôi khuyên bạn nên làm theo các bước sau để đảm bảo thông báo được gửi đến hộp thư đến của bạn, chứ không phải thư rác/thư không mong muốn. **Xin lưu ý, phần mềm gửi những lời nhắc nhở này nên chúng tôi không thể kiểm soát chính xác thời gian gửi vào ngày trước khi các lớp học diễn ra.**

1. Vui lòng thêm địa chỉ email “[NoReply@Civicplus.com](mailto:NoReply@Civicplus.com)” vào danh bạ email của bạn.
2. Bạn sẽ nhận được email cập nhật vào ngày trước buổi học. Vui lòng không chuyển email này vào thư mục rác/spam.

### NGÀY HỌC ĐẦU TIÊN CỦA BẠN

Vui lòng đến quầy lễ tân để làm thủ tục nhận phòng, họ sẽ hỗ trợ bạn nếu bạn có bất kỳ thắc mắc nào về lớp học hoặc giảng viên.

## HỌC BỔNG/TRỢ CẤP

### HỌC BỔNG

Hiện có hai lựa chọn để đăng ký học bổng, bao gồm cả các khóa học bơi: trực tuyến và trực tiếp/nộp đơn giấy. Học bổng dành cho cư dân của Des Moines và Normandy Park và chi trả 90% học phí. Tất cả các đơn xin học bổng phải được hoàn tất trước hạn chót của mỗi đợt đăng ký (xem bên dưới). **Học bổng không đảm bảo việc được ghi danh.**

## **BẠN CÓ BIẾT?**

Năm nay chúng tôi đã trao số lượng học bổng gấp bốn lần so với những năm trước! Điều này là nhờ quy trình mới, đơn giản hơn. Giờ đây bạn có thể sử dụng điện thoại và camera để đăng ký!

## **QUY TRÌNH NỘP ĐƠN TRỰC TUYẾN**

Giờ đây bạn có thể nộp đơn trực tuyến với tính năng tải xuống tài liệu an toàn. [Nhấp vào đây](#) \* để truy cập cổng đăng ký của chúng tôi. Quá trình này mất khoảng năm phút, và bạn cũng có thể sử dụng điện thoại và máy ảnh để chụp ảnh các tài liệu hỗ trợ của mình. (\*Lưu ý - việc đăng ký học bổng trực tuyến sẽ không hiển thị cho đến thứ Bảy, ngày 15 tháng 11.)

## **MẪU ĐƠN ĐĂNG KÝ THỰC TẾ (PDF)**

Mẫu đơn xin học bổng cũng có sẵn cho những người cần in và nộp bản cứng các giấy tờ chứng minh. Học bổng có sẵn tại quầy lễ tân của bể bơi Mount Rainier hoặc trên [trang web của bể bơi](#).

## **ĐƠN XIN VIỆC CHƯA HOÀN CHỈNH**

Đơn xin học bổng sẽ không được chấp nhận cho đến khi tất cả thông tin được điền đầy đủ và các giấy tờ chứng minh được cung cấp đầy đủ.

## **CHU KỲ HỌC BỔNG**

Học bổng sẽ được cấp từ ngày 1 tháng 9 đến ngày 31 tháng 8 hàng năm.

## **GIA HẠN HỌC BỔNG**

Mỗi gia đình cần nộp một đơn xin học bổng mỗi năm. Nếu muốn gia hạn học bổng cho năm học tiếp theo, vui lòng thực hiện trước hạn chót nộp đơn xin học bổng tương ứng. Việc gia hạn có thể được thực hiện thông qua cổng gia hạn trực tuyến hoặc bằng cách gửi email đến [Emmitt.Sevores@DesMoinesPool.org](mailto:Emmitt.Sevores@DesMoinesPool.org). Không có học bổng nào được áp dụng cho các lớp học bắt đầu sau ngày 1 tháng 9 năm 2026.

## **GIỚI HẠN HỘ GIA ĐÌNH**

Mỗi gia đình chỉ được nhận học bổng tối đa 1.000 đô la.

## **HẠN CHÓT NỘP HỒ SƠ HỌC BỔNG - NỘP HỒ SƠ CÀNG SỚM CÀNG TỐT!**

Dưới đây là lịch trình các hạn chót cho học bổng. Học bổng yêu cầu nhân viên hoàn thành đăng ký trực tuyến hoặc giấy tờ bản cứng, liên hệ với bạn (nhà tuyển dụng) để lấy thông tin và nhập thông tin vào hệ thống để đăng ký. Vui lòng hợp tác với chúng tôi để đảm bảo đáp ứng tất cả các hạn chót.

<b>Lịch học bơi</b>	<b>Hạn chót nộp đơn xin học bổng*</b>
Cuối mùa xuân năm 2026	Thứ Ba, ngày 12 tháng 5 năm 2026
Mùa hè năm 2026	Thứ Ba, ngày 23 tháng 6 năm 2026
Mùa thu năm 2026	Thông tin sẽ được cập nhật sớm.

## **CÂU HỎI VỀ HỌC BỔNG**

Để biết thêm thông tin về học bổng, vui lòng liên hệ Emmitt Sevores, Điều phối viên Thể thao dưới nước, theo số [\(206\) 824-4722](tel:(206)824-4722) hoặc qua địa chỉ [Emmitt.Sevores@DesMoinesPool.org](mailto:Emmitt.Sevores@DesMoinesPool.org).

## TÀI TRỢ

Thỉnh thoảng sẽ có các khoản tài trợ dành cho các lớp học bơi và các chương trình khác. Tất cả các thông tin về các suất tài trợ sẽ được thông báo qua hệ thống email. Khu vực công viên đô thị Des Moines Pool đã tài trợ hơn 130.000 đô la cho các lớp học bơi miễn phí trong vài năm qua. Mọi cập nhật về các lớp học bơi được tài trợ sẽ được thông báo qua hệ thống email của chúng tôi. Xem thêm thông tin bên dưới.

## CÁC LỚP HỌC BƠI RIÊNG

### TỔNG QUAN

Hồ bơi Mount Rainier có thể đáp ứng nhu cầu học bơi riêng cho tối đa ba người (xem giá cho nhóm từ 2-3 người). Đây là cơ hội tuyệt vời cho những người học tốt trong nhóm nhỏ hoặc những người tham gia lớp học nhóm cần thêm thời gian để cải thiện kỹ năng. Huấn luyện viên bơi lội sẽ thiết kế bài học riêng phù hợp với nhu cầu của từng người học. Tất cả các chương trình học bơi riêng đều kéo dài 30 phút và phải được đặt trước thông qua quy trình đăng ký bên dưới.

### LỊCH TRÌNH

Các lớp học bơi riêng sẽ được cung cấp sau khi tất cả các cơ hội học bơi nhóm đã được tham gia. Hiện tại, các lớp học bơi riêng chỉ được cung cấp trong giờ học bơi nhóm. Mọi lịch học bơi riêng phải được thực hiện thông qua quầy lễ tân tại bể bơi Mount Rainier.

### SỰ ĐĂNG KÝ

Việc đăng ký sẽ được thực hiện trực tuyến, trực tiếp và qua điện thoại. Thông báo sẽ được gửi qua hệ thống email của chúng tôi. Dưới đây là các liên kết đến từng phương thức đăng ký.

- Điện thoại: [\(206\) 824-4722](tel:2068244722)
- Đăng ký trực tuyến: [Nhấp vào đây](#) để xem cổng đăng ký của chúng tôi. (Xem thêm thông tin bên dưới.)
- Đăng ký trực tiếp: [Hồ bơi Mount Rainier, 22722 Đại lộ 19 phía Nam, Des Moines, Washington](#)

### MỨC GIÁ

Dưới đây là bảng giá phí đăng ký học bơi. Tất cả các khoản phí phải được thanh toán tại thời điểm đăng ký. Tất cả các mức giá có thể thay đổi vào năm 2026.

#### NGƯỜI THAM GIA DUY NHẤT

	Phiên đơn lẻ	Phiên hợp bốn lần thăm
Người dân*	40,00 đô la	144,00 đô la
Người không cư trú	49,00 đô la	176,00 đô la

#### PHÒNG HỌC BÁN RIÊNG TƯ (2-3)

	Phiên đơn lẻ	Phiên hợp bốn lần thăm
Người dân*	60,00 đô la	216,00 đô la
Người không cư trú	80,00 đô la	288,00 đô la

Không có chính sách hoàn trả học phí theo tỷ lệ, ngay cả sau khi các lớp học đã bắt đầu. Ngoài ra, sẽ có phí xử lý 10 đô la cho việc hủy đăng ký. Xem phần bên dưới để biết thêm thông tin.

*\*Cư dân của Des Moines và Normandy Park được ưu tiên và giảm giá khi tham gia các lớp học bơi và các chương trình khác.*

## HỌC BỔNG

Ngoài ra, cư dân Des Moines và Normandy Park cũng có thể nhận học bổng bơi riêng với mức giảm 90% giá khóa học.

## KHÁC

### MỐI QUAN HỆ GIỮA GIÁO VIÊN VÀ PHỤ HUYNH

Xin lưu ý rằng giáo viên chỉ ở cùng con bạn trong một thời gian ngắn. Chúng tôi cần sự hỗ trợ của bạn để con bạn có thể tiến bộ trong bài học. Điều tương tự cũng áp dụng cho việc kỷ luật hiệu quả. Nếu có phương pháp nào hiệu quả đối với bạn và con bạn, mà giáo viên không đạt được kết quả như mong muốn, họ rất hoan nghênh sự đóng góp của bạn. Nếu vậy, vui lòng liên hệ với quầy lễ tân và đừng làm phiền lớp học.

Chúng tôi cũng cung cấp cho người tham gia thời gian luyện tập miễn phí. Chỉ học bơi thôi là chưa đủ để thành thạo kỹ năng bơi lội. Việc luyện tập những gì đã học cũng rất quan trọng, đặc biệt là ở các cấp độ cao hơn, đòi hỏi sức bền để bơi được quãng đường dài hơn. Xem thông tin bên dưới về thời gian luyện tập.

Nếu bạn có thắc mắc hoặc quan ngại, vui lòng để lại tên và số điện thoại tại quầy lễ tân và nhân viên của chúng tôi sẽ liên hệ với bạn trước buổi học tiếp theo.

Nhân viên quản lý luôn sẵn sàng hỗ trợ bạn giải quyết các vấn đề và có thể đóng vai trò là người trung gian giữa bạn và các huấn luyện viên về vấn đề liên lạc. Vui lòng gửi email cho chúng tôi theo địa chỉ [Info@MtRainierPool.com](mailto:Info@MtRainierPool.com) hoặc gọi điện và yêu cầu nói chuyện với nhân viên theo số [\(206\) 824-4722](tel:(206)824-4722).

### THỜI GIAN LUYỆN TẬP MIỄN PHÍ

Học khu cam kết giúp các em học sinh trở thành những người bơi giỏi hơn và tự tin hơn trong nước. Chúng tôi hiểu rằng chỉ học bơi thôi là chưa đủ, và việc luyện tập là vô cùng quan trọng đối với sự thành công của con em quý vị. Thời gian luyện tập cho phép một học viên bơi hiện tại và một phụ huynh\* được vào cửa miễn phí trong các khung giờ sau. *Lưu ý - Thời gian luyện tập bơi miễn phí không được phép giữa các giờ nghỉ giải lao của các tiết học. Ngoài ra, thời gian luyện tập bơi chỉ có sẵn khi các tiết học đang diễn ra.*

#### THỜI GIAN TẬP BƠI MIỄN PHÍ (MÙA ĐÔNG/MÙA XUÂN 2026)

- Thứ Ba, 18:00-19:00
- Thứ Bảy, 11:30 sáng - 1:00 chiều
- Chủ nhật, 11:30 sáng - 1:00 chiều

\*Vui lòng kiểm tra [trang lịch trình của chúng tôi](#) để biết thời gian tập luyện mới nhất. Nếu có bất kỳ cập nhật nào, chúng tôi sẽ đăng tải và gửi thông báo qua email.

#### TẠI SAO VIỆC LUYỆN TẬP CÙNG CON LẠI QUAN TRỌNG?

- CHƠI: Chơi đùa trong nước cùng con cái sẽ giúp chúng vận dụng các kỹ năng một cách vui vẻ.
- SỰ THOẢI MÁI: Bơi cùng con sẽ giúp bé cảm thấy thoải mái hơn khi ở gần nước.
- GẮN KẾT: Đối với việc dạy trẻ nhỏ, việc hỗ trợ và cùng trẻ thực hiện các kỹ năng là một hoạt động tuyệt vời để làm cùng nhau.
- THÀNH CÔNG: Để thăng cấp trong các lớp học bơi, bạn cần học và làm chủ các kỹ năng bơi lội.
- HỖ TRỢ: Việc luyện tập cùng con cho thấy bạn sẵn lòng giúp con thành công.

- **SỨC BỀN:** Khi con bạn tiến bộ lên các cấp độ cao hơn, bạn phải luyện tập cùng con để xây dựng sức bền giúp con bơi được quãng đường dài hơn. Trẻ em có thể có kỹ thuật tốt nhưng cần sức bền thể chất để bơi ở cấp độ 3 trở lên.

*Lưu ý - Thời gian luyện tập không được cung cấp giữa các buổi học bơi và có thể thay đổi. Vui lòng kiểm tra lịch trình từng quý để biết thêm thông tin.*

## ĐÁNH GIÁ LỚP HỌC

Chúng tôi trân trọng ý kiến đóng góp của quý vị và luôn lắng nghe. Vào cuối mỗi khóa học, phiếu đánh giá sẽ được phát cho học viên cuối cùng. Chúng tôi muốn biết về trải nghiệm của quý vị và con em của quý vị trong suốt khóa học. Những phiếu đánh giá này giúp chúng tôi đo lường hiệu quả của chương trình và cải tiến để phục vụ quý vị và cộng đồng tốt hơn.

## CỜ “ĐĂNG KÝ” CỦA CIVICREC

Học viên hiện tại và học viên mới được chấp thuận cho các cấp độ khác ngoài Parent and Child 1, Pre 1, Level 1 và Adult 1 sẽ có cờ (ghi chú) trên tài khoản cho phép họ đăng ký các cấp độ cao hơn. Việc này yêu cầu sự chấp thuận của nhân viên thông qua việc đã tham gia các lớp học bơi hoặc đánh giá khả năng bơi lội trước đó. Vui lòng gọi đến Quầy lễ tân của Bể bơi Mount Rainier theo số [\(206\) 824-4722 để kiểm tra trạng thái cờ đăng ký lớp học bơi của bạn](tel:2068244722). Chúng tôi khuyên bạn nên gọi điện kiểm tra tài khoản của mình để xem có cờ hay không từ 2-3 ngày làm việc trước khi đăng ký.

## CHÍNH SÁCH VÀ QUY ĐỊNH

### CHÍNH SÁCH HOÀN TIỀN HỌC PHÍ

Việc học viên bỏ học giữa chừng sẽ chiếm mất chỗ trống của những người khác và ảnh hưởng đến chất lượng bài học. Đối với các lớp học bơi, phí dịch vụ 10 đô la (cộng thêm phí buổi học đầu tiên được tính theo tỷ lệ, nếu cần) sẽ được cộng thêm vào cho các trường hợp hoàn tiền, và sẽ không hoàn tiền sau buổi học đầu tiên. Điều này nhằm mục đích nâng cao chất lượng chương trình và tối đa hóa số lượng học viên tham gia các lớp học.

- [Nhấp chuột Vui lòng nhấp vào đây](#) để xem Chính sách Tuyển sinh và Hoàn tiền.
- [Nhấp vào đây](#) để hoàn tất yêu cầu hoàn tiền trực tuyến.

### QUY ĐỊNH CỦA CƠ SỞ

[Vui lòng nhấp vào đây](#) để xem nội quy của cơ sở.

## GIAO TIẾP

### HỆ THỐNG THÔNG BÁO QUA EMAIL

Chúng tôi đang nỗ lực phát triển chương trình dạy bơi miễn phí và có thể cần điều chỉnh định kỳ. Vui lòng [nhấp vào đây](#) để đăng ký nhận thông báo qua email. Chúng tôi sẽ gửi email thông báo về mọi cập nhật. Ngoài ra, vui lòng thêm địa chỉ email [Info@MtRainierPool.com](mailto:Info@MtRainierPool.com) Thêm vào danh bạ email của bạn để đảm bảo email này không bị chặn hoặc chuyển vào thư mục spam/thư rác.

### VỊ TRÍ THỰC TẾ

Tất cả các buổi học sẽ được tổ chức tại bể bơi Mount Rainier. [Bấm vào đây](#) để xem hướng dẫn đường đi.

Hồ bơi Mount Rainier  
22722 Đại lộ 19, Nam  
Des Moines, WA 98198

## TRANG HƯỚNG DẪN HỌC BƠI TẠI HỒ

Ban quản lý học khu sẽ cập nhật thông tin cho đợt lớp học tiếp theo, bao gồm chi tiết về thời gian học chính xác và bất kỳ thông tin mới nào khác. Chúng tôi sẽ gửi thông báo qua email và đăng tải trên mạng xã hội để nhắc nhở mọi người về việc đăng ký sắp tới.

- Trang web đăng ký học bơi: <https://mtrainierpool.com/swimlessons/>
- Liên kết tin tức trang web: [Bấm vào đây](#) để xem tin tức trên trang web của chúng tôi
- Trang Facebook: [Bấm vào đây](#) để xem trang Facebook của chúng tôi, bao gồm cả các sự kiện.
- Trang Twitter(X): [Nhấp vào đây](#) để xem trang Twitter của chúng tôi
- Trang Instagram: [Bấm vào đây](#) để xem trang Facebook của chúng tôi, bao gồm cả các sự kiện.

## GIỜ LIÊN HỆ

Giờ làm việc của quầy lễ tân được nêu bên dưới. Giờ làm việc của điều phối viên lớp học bơi có thể khác.

- Thứ Hai/Thứ Tư/Thứ Sáu, 6:00 sáng – 1:15 chiều & 4:00 chiều – 8:30 tối
- Thứ Ba/Thứ Năm, 9:00 sáng – 1:15 chiều & 4:00 chiều – 8:00 tối
- Thứ Bảy, 9:00 sáng – 2:30 chiều
- Chủ nhật, 8:00 sáng – 2:30 chiều

## THÔNG TIN LIÊN HỆ

Dưới đây là thông tin liên hệ chung của bể bơi.

Điện thoại - [\(206\) 824-4722](tel:(206)824-4722) (Xem trang web để biết giờ làm việc của lễ tân)

Email – [FrontDesk@MtRainierPool.com](mailto:FrontDesk@MtRainierPool.com)

Trang web – [www.MtRainierPool.com](http://www.MtRainierPool.com)

## PHỤ LỤC 1 – NGÀY ĐĂNG KÝ LỚP HỌC

**TẤT CẢ CÁC NGÀY VÀ GIỜ ĐƯỢC LIỆT KÊ DƯỚI ĐÂY CHỈ LÀ DỰ KIẾN VÀ CÓ THỂ THAY ĐỔI.**

### Bài học tuổi trẻ

MÙA HÈ 2026	Thời gian trong ngày	Thời báo	Ngày học
Thứ Hai và Thứ Tư	Buổi sáng	8:30-11:30 sáng	7/8-8/3
Thứ Ba và Thứ Năm	Buổi sáng	8:30-11:30 sáng	7/9-8/4
Thứ Hai và Thứ Tư	Buổi tối	4-6:30 chiều	7/8-8/3
Thứ Ba và Thứ Năm	Buổi tối	4-6:30 chiều	7/9-8/4
Sự đăng ký		Ngày	Thời gian
Sinh viên hiện tại	Thứ Ba, ngày 30 tháng 6		4:30 chiều
Sinh viên mới, cư dân	Thứ năm, ngày 1 tháng 7		từ 5 giờ chiều đến 6 giờ 30 chiều
Sinh viên mới, không cư trú	Thứ năm, ngày 1 tháng 7		từ 6:30 đến 8 giờ tối

### Các lớp học dành cho người lớn

MÙA HÈ 2026	Thời gian trong ngày	Thời báo	Ngày học
Thứ Hai và Thứ Tư	Buổi tối	6-6:45 chiều	7/8-8/3
Thứ Ba và Thứ Năm	Buổi tối	6-6:45 chiều	7/9-8/4
Sự đăng ký		Ngày	Thời gian
Sinh viên hiện tại	Thứ Ba, ngày 30 tháng 6		4:30 chiều
Sinh viên mới, cư dân	Thứ năm, ngày 1 tháng 7		từ 5 giờ chiều đến 6 giờ 30 chiều
Sinh viên mới, không cư trú	Thứ năm, ngày 1 tháng 7		từ 6:30 đến 8 giờ tối

**Thông tin về các lớp học bơi mùa thu sẽ được cập nhật vào tháng 8.**