



Hồ bơi Mount Rainier

Ngày 1 tháng 6 – Ngày 6 tháng 7 năm 2025

Lịch trình cuối mùa xuân

TRẺ EM BƠI MIỄN PHÍ (Xem bên dưới để biết thêm thông tin)



Đầu nông (83 °F – 85 °F)

Đi bộ trên mặt nước	Thứ hai	Thứ ba	Thứ Tư	Thứ năm	Thứ sáu	Thứ bảy	Chủ nhật
	5 giờ sáng-9 giờ sáng	5a - Trưa	5 giờ sáng-9 giờ sáng	5a - Trưa	5 giờ sáng-9 giờ sáng	11:30 sáng – 1 giờ chiều	9 giờ sáng-11 giờ 30 sáng
	10a – Trưa		10a – Trưa		10a – Trưa		
Bơi gia đình*	Trưa – 1 giờ chiều	Trưa – 1 giờ chiều	Trưa – 1 giờ chiều	Trưa – 1 giờ chiều	Trưa – 1 giờ chiều	11:30 sáng – 1 giờ chiều ****	11:30 sáng-1 giờ chiều ****
	7 giờ tối-9 giờ tối***	6 giờ chiều-7 giờ tối**** 8 giờ tối-9 giờ tối	7 giờ tối-9 giờ tối***	6 giờ chiều-7 giờ tối 8 giờ tối-9 giờ tối	5 giờ chiều đến 9 giờ tối	Không có	Không có
Bài tập dưới nước (Nước nông)	9 giờ sáng -10 giờ sáng	7 giờ tối-8 giờ tối	9 giờ sáng -10 giờ sáng	7 giờ tối-8 giờ tối	9 giờ sáng -10 giờ sáng	Không có	Không có

Đầu sâu (83 °F – 85 °F)

Bài tập dưới nước (Nước sâu)	Thứ hai	Thứ ba	Thứ Tư	Thứ năm	Thứ sáu	Thứ bảy	Chủ nhật
	Không có	Không có	Không có	Không có	10:15 sáng-11 sáng (2 lần đường)	Không có	Không có
Bơi lội	5 giờ sáng đến 1 giờ chiều (6 lần đường)	5 giờ sáng đến 1 giờ chiều (6 lần đường)	5 giờ sáng đến 1 giờ chiều (6 lần đường)	5 giờ sáng đến 1 giờ chiều (6 lần đường)	5 giờ sáng-10 giờ 15 phút sáng (6 lần đường)	10:30 sáng – 11 giờ sáng (4 lần đường)	9 giờ sáng đến 1 giờ chiều (6 lần đường)
					10:15 sáng – 11 giờ sáng (4 lần đường)	11 giờ sáng-11 giờ 30 sáng (5 lần đường)	Không có
					11 giờ sáng-1 giờ chiều (6 lần đường)	11:30 sáng-1 giờ chiều (6 lần đường)	
	7 giờ tối đến 9 giờ tối (6 lần xe)	7 giờ tối đến 9 giờ tối (6 lần xe)	7 giờ tối đến 9 giờ tối (6 lần xe)	7 giờ tối đến 9 giờ tối (6 lần xe)	7 giờ tối đến 9 giờ tối (6 lần xe)	Không có	

Toàn bộ hồ bơi (83 °F – 85 °F)

Bơi mở	Thứ hai	Thứ ba	Thứ Tư	Thứ năm	Thứ sáu	Thứ bảy	Chủ nhật
	Không có	Không có	Không có	Không có	Không có	1p – 2p**	Không có

*Bơi gia đình: Chỉ bơi ở vùng nước nông. ** Bơi tự do: Bao gồm bơi gia đình ở vùng nước nông

***Giám giờ bơi dành cho gia đình vì giờ học bơi sẽ diễn ra từ 4-6:45 chiều vào thứ Hai và thứ Tư.

****Thời gian tập bơi miễn phí cho người tham gia học bơi và 1 phụ huynh/người giám hộ.

Hồ bơi Mount Rainier • 22722 19th Avenue So. • Des Moines, WA 98198

206.824.4722 • www.mtrainierpool.com • info@mtrainierpool.com

LÀM VIỆC CỦA QUẬN LÃNH THỔ : Vui lòng đến trực tiếp quầy lễ tân hoặc gọi cho chúng tôi theo giờ làm việc bên dưới.

- Thứ Hai-Thứ Sáu: 9 giờ sáng – 1 giờ chiều và 4-8 giờ 30 chiều
- Thứ Bảy: 9 giờ sáng – 1 giờ 30 chiều
- Chủ Nhật: 9 giờ sáng - 1 giờ chiều

TRANG WEB: Hãy xem trang web cập nhật của chúng tôi với trang lịch trình mới bao gồm lịch trình dự kiến trong tương lai, lệ phí, chương trình thành viên bảo hiểm, học bổng, bài học bơi và nhiều thông tin khác. Sử dụng Mã QR bên dưới để biết thêm thông tin.

TRẺ EM BƠI MIỄN PHÍ: Tất cả trẻ em, từ 0-18 tuổi đều có thể bơi. Chương trình này bao gồm bơi gia đình và bơi mở, bơi vòng và tập thể dục dưới nước. Không có cam kết nào khác. Chương trình này sẽ diễn ra đến hết mùa hè hoặc cho đến khi hết tiền tài trợ.

**THÔNG TIN VỀ CUỘC
THI BƠI MỞ THỨ BẢY**

Thứ Bảy đầu tiên của tháng
(Bơi 1 đô la)

Tất cả các ngày thứ bảy khác
trong tháng (Phí thông thường)

