



THE CITY OF SAN DIEGO PARK AND RECREATION DEPARTMENT
 "WE ENRICH LIVES THROUGH QUALITY PARKS AND PROGRAMS"
 EL DEPARTAMENTO DE PARQUE Y RECREACIÓN DE LA CIUDAD DE SAN DIEGO
 "ENRIQUECEMOS VIDAS POR MEDIO DE PARQUES Y PROGRAMAS DE CALIDAD"



Ocean Beach Recreation Center

4726 Santa Monica Avenue • San Diego, CA 92107 • (619)531-1527

PRESENTS/PRESENTARA

2009 Portable Pools Learn to Swim Program

2009 Albercas Portátiles Programa Aprender a Nadar



Registration/Inscripciones:

Registration is Monday, July 20 -Thursday, July 23, 2009 / 3:00 pm – 6:00 pm.

El registro es el lunes 20 de Julio - Jueves 23 de Julio de 2009/ 3:00 pm - 6:00 pm.

Fee/Costo: \$10.00 per session per child / \$10.00 por sesión por niño.

Participants may register for all 3 sessions at the recreation center. All registrations are first come and first served until all classes are filled. **No mail-in registration.** The Pools are not open on registration days.

Los participantes se pueden registrar para las 3 sesiones en el centro recreativo. Las inscripciones son a la base del primero que venga, hasta que se llenen todas las clases. **Inscripciones al postal no se permiten.** Las albercas no estarán abiertas los días de inscripciones.

Sessions/Sesiones:

| | | |
|-------------|-----------------------------|-----------------------------------|
| Session I | August 3- August 7, 2009 | 3 de Agosto - 7 de Agosto, 2009 |
| Session II | August 10 - August 14, 2009 | 10 de Agosto - 14 de Agosto, 2009 |
| Session III | August 17 - August 21, 2009 | 17 de Agosto - 21 de Agosto, 2009 |

This program is conducted by the City of San Diego Park and Recreation Department. It offers group lessons for boys and girls ages 3 years and up (they must be 3 feet tall and potty trained).

The program will be conducted **Monday through Friday** (Class times will depend on registrations.) Each session provides participants with 5 thirty-minute lessons.

Este programa es dirigido por el Departamento de Parques y Recreación de la Ciudad de San Diego. Se ofrece lecciones en grupo para niños y niñas de un mínimo de tres pies de estatura y que puedan usar el baño solo.

El programa será de **lunes a viernes** (El horario de las clases dependen en las inscripciones.) Cada sesión le proporciona al participante 5 lecciones de treinta-minutos.

CLASSES OFFERED

Tiny Tots (3 to 5 years)

Prerequisites: Child must be able to understand and obey instructions. Fun songs and games allow Tiny Tots to adjust to the water and to be introduced to basic swimming skills. Class is conducted without parent participation.



Advanced Tiny Tots (3 to 5 years)

Prerequisites: Tiny Tots Swimmers continue to develop basic swimming coordination.

Beginner I (ages 6 and up)

Prerequisites: None. This class is for the older child who has not had any formal swimming instruction. Students will be introduced to the basics of swimming.

Beginner II (ages 6 and up)

Prerequisites: Beginner I or the ability to perform the same skills. Students are taught to coordinate multiple skills from an effective crawlstroke with side breathing to swimming across the pool with progressive attention to safety and rescue.

Tot classes have a maximum of eight (8) participants. All other classes have a maximum of 12 participants. Note: Schedules are subject to change or cancellation. **Please be on time!**

CLASES OFRECIDAS

Nene (3* a 5 años)

Requisitos Previos: El niño debe ser capaz de comprender y obedecer instrucciones. Las canciones y los juegos permiten al nene ajustarse al agua e introducir las habilidades básicas. La clase será sin la participación del padre.

Nene Avanzado (3* a 5 años)

Requisitos Previos: Terminación con éxito del nivel del Nenes o demuestra las habilidades del Principiante I. Estudiantes continúan el desarrollo básico de la coordinación de la natación y aumentando el reconocimiento de la seguridad en agua.

Principiante I (edades 6 y mayores)

Esta clase es para el niño mayor que no tuvo instrucción formal de natación. Estudiantes serán presentados con los básicos de la natación y la práctica de seguridad en la alberca.

Principiante II (edades 6 y mayores)

Requisitos Previos: Terminación con éxito de las habilidades del Súper Nene o Principiante I o poder demostrar las mismas habilidades. Estudiantes aprenden la coordinación de varias habilidades como brazadas libre con respiración de lado efectivo hasta poder nadar a través de la alberca siempre aumentando el reconocimiento de la seguridad en el agua y rescates.

Las clases de nenes tienen un máximo de ocho (8) participantes. Las otras clases tienen un máximo de doce (12) participantes. Nota: Los programas están sujetos a cambios o cancelación. **¡Por favor de llegar a tiempo!**

The Portable Pool is sponsored by the City of San Diego Park and Recreation Department Aquatics District and the Ocean Beach Recreation Council.

El Programa de Albercas Portátiles está patrocinado por la Ciudad de San Diego el Departamento de Parque y Recreación, el Ocean Beach Recreation Council.



As a recipient of federal funds, the City of San Diego cannot discriminate against anyone on the basis of race, color, creed, sex, age, national origin or ancestry, religion, pregnancy, physical or mental disability, veteran status, marital status, medical condition, gender (transsexual and transgender), sexual orientation, as well as any other category protected by federal, state or local laws. If anyone believes he or she has been discriminated against, he or she may file a complaint alleging the discrimination with either the City of San Diego Park and Recreation Department (contact District Manager (619) 525-8286) or the Office of Equal Opportunity, U.S. Department of the Interior, Washington, D.C. 20240. This information is available in alternative formats upon request.

La Ciudad de San Diego, como recipiente de fondos federales, no puede discriminar en contra de ninguna persona en la base de raza, color, credo, sexo, edad, origen nacional o ascendencia, religión, embarazo, incapacidad física o mental, el estado de veterano, estado civil, condición médica, género (transexual y transgénero), orientación sexual, así como cualquier otra categoría protegidas por medio de leyes federal, del estado o local. Si alguien cree que se le discrimina, él o ella puede someter una queja alegando la discriminación con el Departamento de Parques y Recreación de la Ciudad de San Diego (llame a la Supervisora del Distrito (619) 525-8286) o con la Oficina De Oportunidades Imparciales del Departamento del Interior de los EE.UU. Washington, D.C. 20240. A petición esta información está disponible en formatos alternativos.

PRINTED ON RECYCLED PAPER./IMPRIMADO EN PAPEL RECICLADO.