



Para el desarrollo de jóvenes  
Para una vida saludable  
Para la responsabilidad social

# TODOS DEBERÍAN APRENDER A NADAR

ACUÁTICOS PARA LOS JÓVENES, LOS ADOLESCENTES, Y LOS ADULTOS

## GREAT SOUTH BAY YMCA

En el YMCA, nuestros programas de natación se tratan de la seguridad en el agua, el desarrollo de habilidades para todos los niveles desde principiantes hasta avanzados, y es un programa divertido para todos.

### JÓVENES

Las clases incluyen instrucción personalizada, lecciones semiprivadas y clases que son los primeros pasos para lograr la independencia y la confianza en el agua. Para las edades de 6 meses en adelante.

### JÓVENES Y ADOLESCENTES

Los niveles de instrucción desde principiantes hasta avanzados, incluyendo clases de formación de salvavidas y natación de recreo para los adolescentes. También se ofrecen clases de entrenamiento para ser salvavidas a través de la Cruz Roja Americana.

### ADULTOS

¡Nunca es demasiado tarde para aprender a nadar! El YMCA ofrece clases de instrucción así como clases de ejercicio y ejercicios adaptados para las personas con incapacidades, o que estén en rehabilitación.

¡AHORA ES EL MOMENTO DE APRENDER!

Sesión de ocho semanas **18 de Noviembre - 2 de Febrero** (una clase de 45 minutos/semana)

¡Llame, consulte nuestro sitio web, o consulte nuestro servicio para miembros al YMCA para ver nuestro horario completo y registre hoy!

**Para preguntas, contacte a Lisa McKeown, Directora de Acuáticos  
(631) 665-4255 ext. 122 o [lisamckeown@ymcali.org](mailto:lisamckeown@ymcali.org)**

Asistencia financiera está disponible para individuos calificados.

**Great South Bay YMCA 200 West Main Street, Bay Shore, NY 11706**