

## PROGRAMA ACUÁTICO DE VERANO 2011 EN LA PREPARATORIA FOOTHILL

#	NOMBRE DEL CURSO	DESCRIPCIÓN DEL CURSO	CUOTA
A1	Padre e Hijo	Ésta es una clase donde los padres participan y se meten en la piscina con los niños. Las edades pueden ser de 5 años y más pequeños, pero esta clase está diseñada para los infantes y niños pequeños que no están preparados para tomar la clase de principiantes o chiquitines. Un entrenador trabajará con cada padre/niño para que aprendan sobre las destrezas, les hará demostraciones y ayudará a los padres para que aprendan estas destrezas, demostrar y ayudar a los padres para que aprendan a apoyar y a enseñar las destrezas. (Los pantaloncitos impermeables deberán usarse sobre los pañales.) Las clases constan de nueve lecciones de 25 minutos ofrecidas durante la semana, de 9 AM – 2 PM, por una sesión de dos semanas.	\$70 por sesión
A2	Chiquitines "Tiny Tots"	Esta clase es de un niño por entrenador, entre las edades de 5 años y más pequeños. Esta clase es para adaptarse al agua, el niño aprende como sentirse seguro en el agua. El entrenador trabajará en respiración, haciendo burbujas, flotando, pateando, haciendo brazadas y sumergirse. También jugarán juegos. Las clases constan de nueve lecciones de 25 minutos ofrecidas durante la semana, de 9 AM – 2 PM, por una sesión de dos semanas.	\$120 por sesión
A3	Semi-Privado	Esta clase es de dos alumnos por entrenador y está designada de acuerdo al nivel de destreza y nivel de seguridad de los alumnos. Las clases (clases individuales) constan de nueve lecciones de 25 minutos ofrecidas durante la semana, de 9 AM – 2 PM, por una sesión de dos semanas.	\$180 por sesión
A4	Principiante	Educación básica de natación. El niño debe saber flotar. Los alumnos trabajarán en crol, espalda, técnicas para respirar y clavados. Las clases constan de nueve lecciones de 25 minutos ofrecidas durante la semana, de 9 AM – 2 PM, por una sesión de dos semanas.	\$60 por sesión
A5	Principiante Avanzado	Los estudiantes deben haber terminado con éxito el curso de Principiantes y/o poder nadar el ancho de la piscina (25 yardas) sin dificultad. La clase se enfocará en perfeccionar las destrezas de respiración, resistencia, desarrollo de la técnica de las brazadas, buceo, brazada básica de espalda y seguridad personal. Las clases constan de nueve lecciones de 25 minutos ofrecidas durante la semana, de 9 AM – 2 PM, por una sesión de dos semanas.	\$60 por sesión
A6	Intermedio	Los estudiantes deben haber terminado con éxito el curso de Principiante Avanzado y/o poder bucear, respirar apropiadamente, realizar brazadas de espalda y crol, y brazadas básicas de espalda. Los estudiantes perfeccionarán sus habilidades anteriores, fortalecerán su resistencia y aprenderán a nadar de costado, brazada de pecho, vueltas, nadar bajo agua y refinar las técnicas de los clavados. También trabajarán en la seguridad. Las clases constan de nueve lecciones de 50 minutos ofrecidas durante la semana, de 9 AM – 2 PM, por una sesión de dos semanas.	\$80 por sesión
A7	Natación Avanzada/ Junior Salvavidas	Los estudiantes deben haber terminado con éxito el curso Intermedio y/o poder realizar la mayoría de las brazadas. Estarán aprendiendo la brazada estilo mariposa. Fortalecerán su resistencia por medio de la práctica de todas las brazadas incluyendo el estilo mariposa. También practicarán clavados más avanzados y técnicas básicas de rescate. Las clases constan de nueve lecciones de 50 minutos ofrecidas durante la semana, de 9 AM – 2 PM, por una sesión de dos semanas.	\$80 por sesión
A8	Lecciones Privadas	Las clases constan de nueve lecciones individuales uno a uno por 25 minutos ofrecidas durante la semana, de 9 AM – 2 PM, por una sesión de dos semanas. No hay restricción de edad – incluye a los adultos.	\$120 por sesión
A9	Natación Recreativa – Pase Individual	Las piscinas/albercas están abiertas diariamente para la natación recreativa (excepto los fines de semana) de 2 PM – 3 PM, después de las lecciones de natación.	\$30 por sesión
A10	Natación Recreativa – Pase Familiar	Las piscinas/albercas están abiertas diariamente para la natación recreativa (excepto los fines de semana) de 2 PM – 3 PM, después de las lecciones de natación.	\$60 por sesión

## PROGRAMA ACUÁTICO DE VERANO 2011 EN LA PREPARATORIA FOOTHILL

A11	Natación Recreativa – Diaria	Las piscinas/albercas están abiertas diariamente para la natación recreativa (excepto los fines de semana) de 2 PM – 3 PM después de las lecciones de natación.	\$2.00 por día
A12	Natación en Carril – Pase Individual	Las piscinas/albercas están abiertas diariamente para la natación en carril (excepto los fines de semana) de de 2 PM – 3 PM. <b>(\$2.00 por día)</b>	\$15 por sesión

**Sesión 1** – 20 de junio al 30 de junio ♦ **Sesión 2** – 5 de julio al 15 de julio ♦ **Sesión 3** – 18 de julio al 28 de julio

**Horarios:** 9:00 AM ♦ 9:30 AM ♦ 10:00 AM ♦ 10:30 AM ♦ 11:00 AM ♦ 11:30 AM ♦ 12:00 PM ♦ 12:30 PM ♦ 1:00 PM ♦ 1:30 PM

**Información acerca de la inscripción:** (714) 730-7301 ext. 202 o en [www.tustin.k12.ca.us](http://www.tustin.k12.ca.us) – haga clic en el icono de “**Summer Sports**”

### Programas Juveniles Ofrecidos en la Preparatoria Foothill

#	NOMBRE DEL CURSO	DESCRIPCIÓN DEL CURSO	(SESIÓN) FECHAS	DÍAS/ HORARIO/LUGAR	CUOTA	INFORMACIÓN PARA CONTACTARSE
FY2	Campamento de Básquetbol Juvenil Femenino	5 <sup>to</sup> a 8 <sup>vo</sup> grado Chicas trabajarán en lo básico y jugarán partidos competitivos.	(1) 20 de junio al 23 de junio (2) 27 de junio al 30 de junio (3) 5 de julio al 8 de julio (4) 11 de julio al 14 de julio (5) 18 de julio al 21 de julio	lunes – jueves 12:30 PM – 2:00 PM  En el gimnasio de la Preparatoria Foothill	1 semana = \$60 2 semanas = \$100 3 semanas = \$135 4 semanas = \$165 5 semanas = \$185	Vince Namba (714) 730-7464 x123 <a href="mailto:vnamba@tustin.k12.ca.us">vnamba@tustin.k12.ca.us</a>
FY6	Campamento de Tenis Mixto	K a 8 <sup>vo</sup> grado ¡Tendremos simulacros, juegos, concursos y premios todos los días! Los jugadores serán agrupados por edad y/o por nivel de experiencia. Los jugadores deberán traer una raqueta, zapatos tenis y una botella de agua. Queremos que cada familia traiga una lata nueva de pelotas de tenis el primer día.	(1) 18 de julio al 22 de julio (2) 25 de julio al 29 de julio (3) 1 de ago. al 5 de ago.* (4) 9 de ago. al 12 de ago.** (5) 15 de ago. al 19 de ago.*	lunes – viernes 9:30 AM – 11:30 AM* 9:30 AM – 12:00 del** medio día 3:30 PM – 5:30 PM  En los campos de tenis de la Secundaria Columbus Tustin	\$55 por sesión \$100 por dos sesiones	Mary Barsaleau (714) 730-7348 (949) 939-4888 <a href="mailto:mbarsaleau@tustin.k12.ca.us">mbarsaleau@tustin.k12.ca.us</a>

► **Inscripción por correo:** Visite nuestro sitio Web en [www.tustin.k12.ca.us](http://www.tustin.k12.ca.us) y haga clic en el icono de “**Summer Sports**”.

► **Inscripción en persona:** Sábado, 21 de mayo y 4 de junio, de 9 AM – 12 del medio día, al frente del **edificio de administración de Foothill**. A partir del 20 de junio, las inscripciones para todos los programas deportivos serán en la terraza de la piscina/alberca o con entrenadores individuales de Foothill, de 9 AM – 2 PM, de lunes – viernes.