



EQUIPE DE NATAÇÃO MAKOS

Primavera 1 2024

Registro de Primavera : Começa 2/19& em curso para ambos membros e público em geral. Junte-se a qualquer hora durante sessão. Preço ajustado após a primeira semana

6 semanas de temporada: 3/4/24 a 4/11/24



Aberto a nadadores de 6 a 18 anos

O clube de natação competitivo do Y durante todo o ano para todos os jovens. A equipe MAKOS oferece vigoroso, alta exercícios de energia e instrução de natação focada em técnica com intervalos desafiadores personalizados.

A equipe compete em alguns encontros simulados e reais ao longo do ano.

Os MAKOS são divididos em dois grupos de treino diferentes, Bronze/Prata e Ouro, projetados para o avanço de cada nadador. Consulte o site para obter descrições de nível e requisitos mínimos.

Dias de Práticas:

Segunda, terça, quarta e quinta-feira

Tempos de Prática:

Ouro (nadadores avançados): 15h15-16h45 (1.5 horas)

Bronze/Prata (iniciante/intermediário): 16:45-18:00 (1.25 horas)

Os nadadores podem optar por nadar 1-4 vezes por semana, mas pelo menos 2 são fortemente encorajados.

Taxas de temporada inteira:

(\$15 por prática para membros e \$20por prática para o público em geral)

Segundas, Terça-feira, Quartas e/ou quintas-feiras (6 treinos cada): \$90 membros \$120 público

Todos os 4 dias da semana (24 práticas no total) \$360 membros \$480 público

Qualquer dúvida ou para iniciar os treinos, entre em contato com nosso Diretor de Esportes Aquáticos e Treinador de Natação:

Jen Passafiume - Jenp@ymcamv.org

YMCA of MARTHA'S VINEYARD
111R Edgartown Vineyard Haven Rd.
(508) 696 7171 www.ymcamv.org