

# **¡APRENDE A NADAR COMO UN CAMPEÓN!**

**La natación promueve un estilo de vida sana, activa y a la misma vez fortalece la confianza y el autoestima de los niños.**

El club/equipo *CHAMPS* ofrece programas de natación para niños de todas edades en la escuela secundaria de Morton West (La piscina esta localizada por la calle Harlem y 26 en Berwyn / Estaciónese y entre por las puertas mas cercanas a las pistas de tenis)

## **TRAIGA ESTE FOLLETO A CUALQUIERA CLASE PARA UNA PRACTICA GRATIS**

**Los nuevos nadadores pueden registrarse y entrar al club/equipo (con descuento) en cualquier momento a lo largo del año.**

### **Lecciones de Natación (Sept. - Julio) ~ Nivel I:**

**12 Semanas (24 clases) Costo: \$150**

Programa para aprender a nadar para todas edades. Los nadadores progresan a su propio paso; el énfasis está en: eliminar el miedo; fortalecer la confianza del niños; saber como sobrevivir en el agua; instrucción de brazada básica. Los instructores están individualmente con un niño en el agua.

### **Campo de Preequipo (Sept. - Julio) ~ Nivel II:**

**4 Meses de Campamento: \$80/ al mes**

Programa de transición de corto plazo para NUEVOS nadadores solamente; el énfasis de este programa está en: fundamentos de 4 brazadas; ventajas y vueltas; fuerza y resistencia. Participaran con el grupo Blanco y Bronce cada día. Se recomienda que los niños naden por lo menos 3 días a la semana. Las practicas son todos los días, con algunas excepciones, para dar a nadadores la oportunidad de planear su propio horario.

### **El Equipo de Natación (Sept. - Ago.) ~ Nivel III:**

**Programa Anual (Pagos Mensuales)**

Los objetivos principales incluyen: proveer programas atléticos y competitivos; satisfacer todos los niños de todas edades y niveles de nadar; motivar y premiar los niños usando técnicas creativas y métodos positivos de refuerzo. Para todos los atletas jóvenes, el componente crítico es "la diversión". Esto es incorporado durante todas las practicas por medio del equipo y actividades de grupo. Los niños comparten tiempo con otros niños y a la misma vez desarrollan buenas amistades. ¡El trabajo difícil es mucho más fácil si usted disfruta de lo que usted hace! Todos los programas son diseñados para desarrollar un sentido de pertenencia en el equipo y satisfacción sin importar si el niño esta en el equipo por motivos de salud o de competición. Hay 6 niveles de entrenamiento comenzando en el nivel principiante hasta el nivel estatal y nacional (nadadores deben calificar); desarrollo de habilidades y técnica de brazada; ejerció de acondicionamiento, dedicación y como proponer y alcanzar sus metas. Hay varias competiciones, actividades de equipo y programas de motivación están incluidos (son opcionales). Competiciones adicionales de Illinois Swimming, Inc. (ISI) también se ofrecen. Las practicas toman lugar todos los días, con algunas excepciones, para dar a los nadadores la oportunidad se planear su propio horario.

### **Campamento de Water polo (Otoño, Invierno, Primavera, Verano)**

El programa es para jugadores nuevos. La instrucción es enfocada en: aptitudes básicas, reglas y estrategia. Las practicas hacen el aprendizaje divertido. (Ofrecido solamente si hay suficientes inscripciones) Si te gusta el FÚTBOL? ¡El water polo es como el futbol pero en agua! ¡Ven y pruébalo!

**[www.champswim.org](http://www.champswim.org) o llame a 708-846-6099**