

## **Descripción de los niveles:**

### **Baby Sharks 6 mes - 2 años**

Descubre el agua 30 Minutos

La primera clase que ofrecemos; Para introducir a los niños al agua; Baby Sharks introduce a los niños al agua con diversión y juego guiado. Un padre tiene que estar en el agua con su hijo/a.

### **Shark Pups 2 - 4 años**

Explora el agua 30 Minutos

Shark Pups es para ayudar a los niños sentirse más seguros en el agua. Los niños empiezan a hacer cosas con el apoyo del/de la maestro/a. Los niños empiezan a estar cómodos en el agua sin los padres. Un padre tiene que estar en el agua el primer día.

### **Nivel 1 4 años + 5 niños por clase con un(a) maestro/a**

Aclimatación al agua 45 Minutos

No es necesario tener experiencia en el agua. Es el primer nivel sin ayuda de los padres. Los niños se enfocarán en estar cómodos en el agua y bajo del agua. Aprenderán a flotar sobre su espalda y a impulsarse en el agua. Comenzarán a usar sus brazos y piernas para avanzar en el agua. Flotar y nadar pueden ser completados con el apoyo del/de la maestro/a.

### **Nivel 2 4 años + 5 niños por clase con un(a) maestro/a**

Movimiento en el agua 45 Minutos

Este nivel se enfoca en el movimiento hacia adelante en el agua. Concéntrese en la posición del cuerpo, el control y el cambio direccional. Se sentirá seguro recuperando un objeto bajo el agua. Todas las técnicas introductorias de flotación y natación se completarán sin apoyo.

**Nivel 3 5 años + 5 niños por clase con un(a) maestro/a**

Resistencia en el agua 45 Minutos

El nivel 3 es una introducción a los estilos de natación de pecho, de dorso, y de crol; incluyendo otros tipos de natación. Practican sus clavados, a controlar su respiración, y a nadar largas distancias.

**Tiger Sharks Swim Team/Equipo de Natación 5-13 años +**

Grupo de desarrollo: Este grupo aprenderá a desarrollar sus habilidades y resistencia en la natación y en sus clavados. Aprenderán a nadar distancias más largas y cómo funciona un equipo de natación.

Grupo avanzado: Los niños nadarán distancias largas en todos los tipos de natación. Aprenderán a nadar con facilidad y rapidez.

Tiger Sharks Swim Team es un ambiente divertido y amigable para los niños que quieren trabajar en sus habilidades de natación y dominar su natación.

Estamos ofreciendo el programa durante todo el año para mantener la resistencia y sus habilidades durante todo el año. Ofrecemos los niveles de "Desarrollo" y de "Avanzado".

Se ofrece de lunes a jueves de 6 a 7 pm. Ofrecemos 4 días de entrenamiento, pero el objetivo es llegar al menos 1-2 veces por semana.

¡Ven a intentarlo! Tu primera práctica es gratuita.

**Si tienen preguntas o si se quieren registrar, pueden hablar con las siguientes personas:**

\*Brittany, Coordinadora de Natación: [breed0942@morris.umn.edu](mailto:breed0942@morris.umn.edu) / 320-589-7011

\*Clare (habla español): [soren789@morris.umn.edu](mailto:soren789@morris.umn.edu)

\*Natalia, Instructora de Natación (habla español): [nataliaobregonibanez@gmail.com](mailto:nataliaobregonibanez@gmail.com) / 320-349-1305

