



EQUIPE DE NATAÇÃO MAKOS

Primavera 2 2025

Inscrição na sessão Primavera 2 2025:

Começa em 14/4/25 e continua para membros e público em geral. Participe a qualquer momento durante a sessão.

Inscreva-se online: [https://](https://www.ymcamv.org/competitive-swim)

www.ymcamv.org/competitive-swim

(até a 1ª semana de sessão)

*Preço proporcional após a primeira semana.

-Envie um e-mail para Jen para registro após a semana 1.

Datas sessão de inverno: 28/4/25-12/6/25

Segundas-feiras, 6 semanas - Não há treino no Memorial Day.

Terças a quintas-feiras 7 semanas

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): 15h30-17:00 (1.5 horas)

Bronze/Prata (iniciante/intermediário): 17:00-18:00 (1 hora)

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

Taxas de temporada inteira:

(\$20 por prática para membros e \$25 por prática para o público em geral)

Segundas-feiras (6 treinos) \$120 membros \$150 público em geral

Terças, quartas e/ou quintas-feiras -(7 práticas cada) \$140 membros \$175 público em geral

Todos os 4 dias da semana (27 práticas no total) \$540 membros, \$675 para o público em geral

***Assistência financeira disponível! Consulte o site ou a recepção para obter informações.**



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