

10/26/09

# COPLEY FAMILY YMCA POOL HOURS

Monday—Thursday: 6:30am-9:30pm · Friday: 6:30am-8:00pm

Saturday: 7:00am-3:00pm · Sunday: 10:00am-2:00pm

	MON	TUES	WED	THURS	FRI	SAT	SUN
6:30am	Lap Swim and Water Walking					Lap Swim and Water Walking	Closed
7							
8	Cardio Aerobics & Lap Swim [1]					Swim Lessons	Lap Swim and Water Walking
9	Low Impact Aero & Lap Swim [1]	Arthritis Aerobics & Lap Swim [1]	Low Impact Aero & Lap Swim [1]	Arthritis Aerobics & Lap Swim [1]	Low Impact Aero & Lap Swim [1]		
10	Reserved [2] & Lap Swim [2]	Pre-school [2] & Lap Swim [2]	Reserved [2] & Lap Swim [2]	Pre-school [2] & Lap Swim [2]	Reserved [2] & Lap Swim [2]		
11	Low Impact Aerobics	Low Impact Aero & Lap Swim [1]	Low Impact Aerobics	Low Impact Aero & Lap Swim [1]	Low Impact Aerobics		
Noon	Lap Swim and Water Walking					Swim Lessons [3] & Lap Swim [1]	Family/Rec Swim Max: 25
1						Family/Rec Swim Max: 25	
2	Closed						
3						Pool Reserved	Closed
4	Family/Rec Swim Max: 25		Family/Rec Swim Max: 25		Family/Rec Swim Max: 25		
5							
5:30pm	Swim Team [2] & Lap Swim [2]	Lap Swim, Water Walking, & Private Lessons	Swim Team [2] & Lap Swim [2]	Lap Swim, Water Walking, & Private Lessons	Swim Team [2] & Lap Swim [2]		
6	Lap Swim, Water Walking, & Private Lessons		Lap Swim, Water Walking, & Private Lessons		Lap Swim, Water Walking, & Private Lessons		
6:30pm	Cardio Aerobics		Cardio Aerobics & Lap Swim [1]		Cardio Aerobics & Lap Swim [1]	Cardio Aerobics	
7	Family/Rec Swim Max: 25				Closed		
8							
9:30pm							

**POOL SCHEDULE**  


Lisa Jackson, Aquatic/Family Programs Director · 619-283-2251 · ljackson@ymca.org

KEY: [x] = Designated # of lap lanes


10/26/09

# COPLEY FAMILY YMCA

Lunes—Jueves: 6:30am-9:30pm · Viernes: 6:30am-8:00pm  
 Sabado: 7:00am-3:00pm · Domingo: 10:00am-2:00pm

	LUNES	MARTES	MIERCOLES	JUEVES	VIERNES	SABADO	DOMINGO
6:30am	Natación en Circuito y Caminar					Natación en Circuito Y Caminar	Cerrado
7							
8	Cardio Aeróbicos & Natación en Circuito [1]					Clases de Natación	Natación en Circuito y Caminar
9	Aeróbicos Bajo Impacto y Natación en Circuito [1]	Aeróbicos Artritis y Natación en Circuito [1]	Aeróbicos Bajo Impacto y Natación en Circuito [1]	Aeróbicos Artritis y Natación en Circuito [1]	Aeróbicos Bajo Impacto y Natación en Circuito [1]		
10	Reservada [2] y Natación en Circuito [2]	Pre-escuela [2] y Natación en Circuito [2]	Reservada [2] y Natación en Circuito [2]	Pre-escuela [2] y Natación en Circuito [2]	Reservada [2] y Natación en Circuito [2]		
11	Aeróbicos Bajo Impacto	Aeróbicos Bajo Impacto y Natación en Circuito [1]	Aeróbicos Bajo Impacto	Aeróbicos Bajo Impacto y Natación en Circuito [1]	Aeróbicos Bajo Impacto		
Noon	Natación en Circuito y Caminar					Clases de Natación [3] y Natación en Circuito [1]	Natación Rec/Familiar Max: 25
1						Natación Rec/Familiar Max: 25	
2	Cerrado						
3						Alberca Reservada	Cerrado
4	Natación Rec/Familiar Max: 25		Natación Rec/Familiar Max: 25				
5						Natación Rec/Familiar Max: 25	
5:30pm	Equipo de Natación [2] y Natación en Circuito [2]	Natación en Circuito y Caminar y Lecciones Privatas	Equipo de Natación [2] y Natación en Circuito [2]	Natación en Circuito y Caminar y Lecciones Privatas	Swim Team [2] & Lap Swim [2]	Cerrado	Cerrado
6	Natación en Circuito y Caminar y Lecciones		Natación en Circuito y Caminar y Lecciones				
6:30pm	Cardio Aeróbicos		Cardio Aeróbicos & Natación en Circuito [1]	Cardio Aeróbicos & Natación en Circuito [1]	Cardio Aeróbicos		
7	Natación Rec/Familiar Max: 25				Cerrado		
8							
9:30pm							

HORARIO DE ALBERCA



Lisa Jackson, Aquatic/Family Programs Director · 619-283-2251 · ljackson@ymca.org  
 KEY: [x] = Numero de líneas designadas para cierta actividad de natación.