



## HORARIO DE LAS INSTALACIONES

Lunes-viernes	5:30 am - 8:00 pm
Sábado	8:00 am - 5:00 pm
Domingo	1:00 pm - 5:00 pm

Membresía 24 horas - acceso a la sala de pesas y gimnasio \$10/ mes por un miembro

## BIENVENIDOS A LA YMCA

### COMPORTAMIENTO ACEPTABLE

La YMCA se basa en los valores de cuidado, la honestidad, el respeto y la responsabilidad. Esperamos que todas las personas que utilizan nuestras instalaciones y participan en nuestros programas se respeten mutuamente. Nos reservamos el derecho de suspender la membresía si una persona no cumple con cualquiera de estos valores de carácter.

### Servicios de casilleros (lockers)

Los casilleros están disponibles para alquilar; inscríbese para un casillero en la recepción. Debe traer su propio candado. El uso diario de las taquillas es gratuito y deben vaciarse antes de salir. El uso de teléfonos móviles está prohibido en los vestuarios.

La YMCA no se hace responsable de objetos perdidos o robados.

### Tarjetas de socio

Al hacerse socio de la YMCA, recibirá una tarjeta de socio. Deberá escanear su tarjeta cada vez que entre y salga de la YMCA en la recepción. La membresía no es transferible. El reemplazo de la tarjeta cuesta \$2.00.

### Reembolso/Cancelación de Programa

Twin Pike Family YMCA no reembolsa programas o membresías a menos que sean cancelados por la YMCA.

Ningún reembolso o crédito será dado por actividades perdidas fuera del control del YMCA.

### Afiliación nacional

La Afiliación Nacional le permite visitar cualquier YMCA participante en los Estados Unidos a través de la afiliación a su YMCA local. Los socios con afiliación nacional tienen la flexibilidad de utilizar las instalaciones de los centros YMCA participantes sin costo adicional.

### Programa de becas

La YMCA da la bienvenida a personas de todos los niveles socioeconómicos. Se ofrece ayuda financiera para la afiliación y la participación en programas a quienes puedan demostrar necesidad económica.

### Vigilancia infantil

Servicio gratuito para los socios mientras hacen ejercicio en el edificio. Hay que llamar 24 horas antes para reservar la hora.

Edades de 6 semanas a 10 años

Horarios disponibles

Lun - Vie 8:00 am - 10:00 am

Lun - Vie 4:30 pm - 6:30 pm

## Ventajas de ser socio

Gimnasio	Piscina cubierta
Clases de fitness gratuitas	Pista cubierta
Vigilancia infantil gratuita	Pista de Pickleball
Cancha de baloncesto	Campo de Disc Golf

**YMCA Familiar de Twin Pike - (573) 754-4497**



## Afiliación y tarifas

Todas las afiliaciones nuevas o renovadas que estén inactivas más de 60 días deberán abonar una cuota única de \$60.00.

**Familia:** \$49.00 al mes

- 2 adultos y personas dependientes permitidas por IRS (hasta 23 años) viviendo en el mismo hogar

**Familia monoparental:** \$40.00 al mes

- 1 Adulto y dependiente permitido por IRS (hasta 23) viviendo en el mismo hogar

**Individual:** \$34.00 al mes

- Persona de 19 a 61 años

**Adulto senior:** \$29.00 al mes

- Mayores de 62 años

**Pareja mayor:** \$34.00 al mes

**Joven:** \$22.00 al mes

- De 10 a 18 años

**Estudiante a tiempo completo:** \$26.00 al mes

- Debe estar inscrito en una universidad y tener 12 horas de crédito por semestre

Twin Pike Family YMCA - (573) 754-4497



# NORMAS DE LA INSTALACIÓN

## Código de vestimenta

Se requiere un atuendo apropiado. Todo el mundo debe llevar una camiseta que cubra todo el torso.

La ropa interior no debe ser visible. Fuera de la zona de la piscina es obligatorio llevar ropa que cubra el torso. No se permitirá el uso de ropa con lenguaje o frases inapropiadas en las instalaciones.

## Respetar la propiedad

El robo o deterioro de las instalaciones conllevará la pérdida de privilegios, incluida la cancelación de la afiliación. Se contactará inmediatamente con la policía. Por favor, guarde sus posesiones en un casillero cerrado.

## Niños en las instalaciones

Cancha de baloncesto: Pueden ir solos los mayores de 11 años.

Gimnasio: Edad 10-15 años. **DEBEN PASAR FAMILIAS FUERTES.**

Debe estar presente uno de los padres. Pueden ir solos los mayores de 16 años.

Segundo piso: No se permiten menores de 16 años a menos que estén acompañados por uno de sus padres.

## Comida y bebidas

Las botellas de agua están permitidas en toda la instalación. La comida y otras bebidas están restringidas al vestíbulo y al área común.

## Acceso 24/7

El acceso fuera de horario está disponible para socios adultos. Los socios no podrán permitir la entrada a cualquier persona que utilice su llavero bajo ninguna circunstancia. La infracción dará lugar a la inmediata terminación del acceso.

**Twin Pike Family YMCA - (573) 754-4497**



## PROGRAMAS

Programas para jóvenes	Programas para familias	Programas para adultos
<u>Baloncesto</u> Niños y niñas de 4 a 13 años Enero-Marzo	<u>Disc Golf</u>	<u>Baloncesto 3v3</u>
<u>Fútbol al aire libre</u> Niños y niñas de 4 a 13 años Septiembre-octubre	<u>Pickleball</u>	<u>Voleibol mixto</u> Primavera y Otoño
<u>Voleibol juvenil</u> Chicas 7-15 Abril-Junio	<u>Carreras 5k</u>	Softbol mixto
<u>Karate</u> Niños y Niñas En curso Martes/Jueves	<u>Eventos festivos</u>	<u>Karate</u> En curso Martes/Jueves

### Cuidado de niños

#### Siglo XXI antes/después de la escuela

Colaboración entre la YMCA y los distritos escolares locales, y el Departamento de Educación Primaria y Secundaria de Missouri, con el apoyo en parte de varias organizaciones comunitarias.

Centros: Louisiana, Bowling Green, Clopton,  
Frankford, y BONCL

Para obtener más información, póngase en contacto con los coordinadores del centro o los directores del programa

**Twin Pike Family YMCA - (573) 754-4497**



# DEPORTES ACUÁTICOS

## Reglas de natación

- Los niños menores de 12 años deben ir acompañados de un adulto (o persona de 16 años o más).
- Menores de 8 años deben tener un adulto en el agua acompañándolos en todo momento (banda roja debe ser usada).
- Menores de 18 años deben pasar la prueba de natación para nadar en aguas profundas.

## Natación (vueltas en carriles)

- 1 hora de natación con reservación previa.
- Se puede entrar sin reservación previa según disponibilidad.

## Clases y programas acuáticos

**Tone & Tide:** Lunes, miércoles y viernes (8:30-9:30 am)

**Aqua Blast:** Martes y jueves (5:30-6:30 pm)

**Correr en aguas profundas:** Martes y jueves (8:30-9:30 am)

**Clases de natación: Consulta en el Centro de Bienvenida o en Aquatics [Deportes Acuáticos] para saber los precios y el horario de las sesiones, para programar el horario de las sesiones:**

- Baby Shark (Clases en grupo para padres e hijos) 0-3 años, 4 clases
- Clases de natación en grupo, de 4 a 18 años, 8 clases
- Clases privadas de natación para jóvenes, de 0 a 18 años, 6 clases
- Clases privadas de natación para adultos, a partir de 18 años, 4 clases

**Equipo de natación Twin Pike [Torpedoes]**

- Natación USA: Todo el año
- Heartland Area YMCA: Septiembre-Marzo
- Liga de verano River Country: Junio y Julio

**Twin Pike Family YMCA - (573) 754-4497**



**Por favor, siga las reglas para que todos puedan divertirse y sacar el máximo provecho de su YMCA**

**En el caso de que el comportamiento de cualquier persona en el YMCA esté en violación de las pautas, el Director de Membresía y CEO se reserva el derecho de determinar e imponer acciones disciplinarias, incluyendo la terminación de la membresía, una expulsión de las instalaciones y de los programas. Se emitirá una advertencia verbal cuando se infrinjan las normas de las instalaciones; si se repite la infracción de las normas, se aplicará la expulsión de las instalaciones y de cualquier actividad de la YMCA durante los siete días siguientes al incidente. Si se produce un tercer incidente, se aplicará una suspensión de 30 días. Si decide no seguir estas reglas, la YMCA tiene el derecho de cancelar la membresía y/o la participación en el programa. La YMCA se reserva el derecho de imponer estas sanciones, u otras, según determine que es apropiado para las circunstancias individuales**

**Firma del miembro: \_\_\_\_\_**

**Fecha: \_\_\_\_\_**

**Twin Pike Family YMCA - (573) 754-4497**