

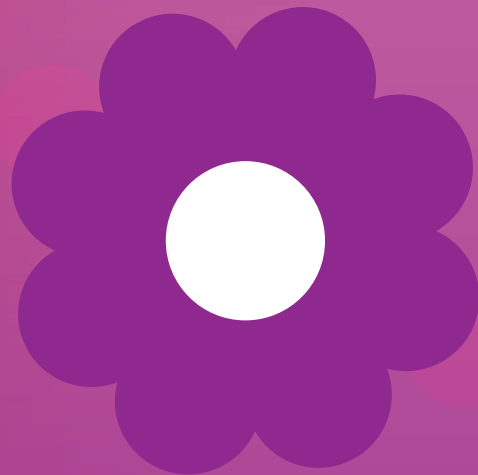
PRIMAVERA 2026 PROGRAMACIÓN

PRIMAVERA I

7 semanas | 2 de marzo – 19 de abril

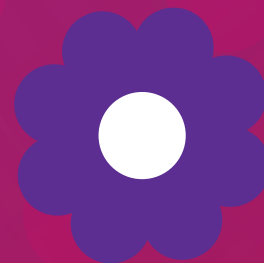
PRIMAVERA II

7 semanas | 20 de abril – 7 de junio



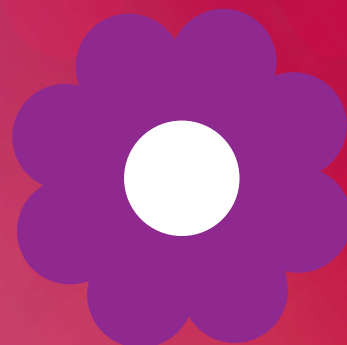
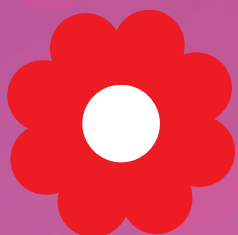
Registro de miembros
9 de febrero

Registro comunitario
16 de febrero



PROGRAMACIÓN PRIMAVERA 2026

APTITUD FÍSICA





BOXEO FIRME COMO UNA ROCA

Lucha contra el Parkinson

Cada día aprendemos que hay maneras en que las personas con enfermedad de Parkinson pueden mejorar su calidad de vida diaria e incluso desarrollar una potencia, fuerza, flexibilidad y velocidad impresionantes. Al ejercitarse con entrenadores expertos, los participantes pueden luchar y empezar a sentirse y funcionar mejor. Este programa:

- es un programa innovador de terapia de fitness.
- mueve el cuerpo en todos los planos de movimiento mientras cambia la rutina a lo largo del entrenamiento.
- Puede disminuir los síntomas en cualquier persona, en cualquier nivel de Parkinson.
- conduce a una vida más saludable y feliz.

Sesiones del programa

Las clases se imparten los lunes, miércoles y jueves.
10:30 am – 12 mediodía Los participantes son bienvenidos a asistir a todas las clases.

Honorarios

Miembros: \$12 por clase | Comunidad: \$22 por clase

Tarifas de entrada sin cita previa

Miembros: \$15 por clase | Comunidad: \$25 por clase

Gracias a las subvenciones recibidas todos los participantes reciben actualmente

50% de descuento sobre tarifas anteriores.

Preguntas y registro

Contacto: Melissa Monge, Directora de Operaciones del Programa
262.248.6211x17 | melissa.monge@glymca.org

Tenga en cuenta que todos los boxeadores nuevos que comiencen el programa deberán programar una evaluación de 45 minutos antes de asistir a la primera clase.



¡GRUPO DE APOYO GRATUITO!

Únase a nosotros el tercer jueves de cada mes.
Cuidadores | 12 del mediodía

Boxeadores y cuidadores | 12:00-12:45 h



United Way of
Walworth County





FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

SUSPENSIÓN TRX

ENTRENAMIENTO EN GRUPOS PEQUEÑOS

Este programa ofrece un entrenamiento corporal completo rápido y efectivo que aumenta la resistencia muscular, desarrolla masa muscular magra y ayuda a perder peso. Este programa de entrenamiento en suspensión con peso corporal desarrolla fuerza, equilibrio, flexibilidad y estabilidad del core simultáneamente. Este entrenamiento beneficia a todos los niveles de condición física. Para mayores de 16 años.

Fechas y horarios de las reuniones

Lunes

6:50–7:50 am | Solo miembros

5:15–6 pm | Clase GRATUITA solo para militares y personal de primera respuesta

Estudio de fitness

Viernes

5:45–6:45 a. m. | 7–8 a. m. | Solo miembros

Estudio de fitness

Honorarios

Se aplican precios para grupos pequeños.

¡Regístrate en dos de estas sesiones y recibe un 10% de descuento!

Registro

Llamar: 262.248.6211 En línea:

GenevaLakesYMCA.org En persona: Recepción |

Aplicación móvil

Mínimo por clase: 3 | Máximo por clase: 7

Preguntas

Contacto: Melissa Monge

Directora de Operaciones del Programa

262.248.6211 x17 | melissa.monge@glymca.org





FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

HACER LA PISCINA TU GIMNASIO SESIONES DEL PROGRAMA

HIIT acuático

Aqua HIIT es un entrenamiento corporal completo por intervalos de alta intensidad. Este formato incluye ejercicios de fuerza y cardio intenso para acelerar tu metabolismo y llevar tu cuerpo al siguiente nivel. Edad recomendada: 16+

Piscina de entrenamiento | 8-8:45 a. m. | Miércoles. Costo por clase: Socios: \$8 | Comunidad: \$16
Mínimo por clase: 3 | Máximo por clase: 12

HIIT en aguas profundas

El entrenamiento a intervalos de alta intensidad en aguas profundas es un entrenamiento que trabaja todo el cuerpo. Disfruta de ejercicios potentes y energéticos sin forzar las articulaciones. Con cinturones y mancuernas, ganarás fuerza y resistencia cardiovascular, ¡a la vez que potenciarás tu metabolismo! A partir de 16 años.

Piscina de entrenamiento | 9:15-10 a. m. | Viernes. Costo por clase: Socio: \$8 | Comunidad: \$16
Mínimo por clase: 3 | Máximo por clase: 12

Registro

En persona: Recepción | En línea: GenevaLakesYMCA.org | Teléfono: 262.248.6211 | Aplicación móvil

Preguntas

Melissa Monge, Directora de Fitness | 262.248.6211 ext. 17 | melissa.monge@glymca.org





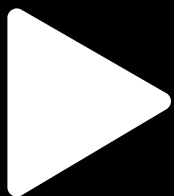
FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

JUVENTUD APTITUD FÍSICA



PROGRAMA DE FUERZA Y ACONDICIONAMIENTO

Estudiantes de secundaria y preparatoria... ¿buscan mejorar su fuerza, velocidad y agilidad? La entrenadora Angie impartirá sesiones los lunes y miércoles. Este programa es perfecto para todos los niveles de condición física. Ya seas principiante o atleta avanzado, este es el lugar ideal para que desarrolles las bases de un estilo de vida saludable y activo en un entorno propicio. Ofrecemos inscripciones en línea flexibles con tarifas fijas semanales o mensuales, así como tarifas diarias para adaptarnos a tus horarios. ¡Disponemos de ayuda financiera para quienes califiquen!



Acondicionamiento físico para jóvenes de secundaria y preparatoria
Lunes y/o miércoles | 4-6 pm Las personas pueden inscribirse para
sesiones de una hora en uno o ambos días Tarifas por sesión de una hora:
\$12 M | \$15 C | Descuentos ofrecidos para paquetes de sesiones ilimitadas

¡Viaje en autobús conveniente para los estudiantes de la Escuela Lake Geneva!
Comuníquese con la empresa de transporte en autobús, Dousman Transport Co.,
al 262-248-3289 para ver qué autobús para en el YMCA después de la escuela.

REGISTRO

LLAMADA: 262.248.6211 | EN LÍNEA:
GENEVALAKESYMCA.ORG EN PERSONA: RECEPCIÓN |
APLICACIÓN MÓVIL | ESCANEAR CÓDIGO QR

PREGUNTAS

CONTACTO: MELISSA MONGE, DIRECTORA DE
OPERACIONES DEL PROGRAMA
262.248.6211X17 | MELISSA.MONGE@GLYMCA.ORG





TUS OBJETIVOS NUESTRA GUÍA

ENTRENAMIENTO PERSONAL DE LA YMCA BENEFICIOS

- Disminución de los factores de riesgo de hipertensión y diabetes.
- Mejor perspectiva mental, más energía y confianza en uno mismo.
- Mayor concienciación sobre la salud
- Niveles de estrés reducidos
- Mayor fuerza para la vida diaria.
- Reducción de la grasa corporal y aumento de la masa corporal magra.



**FITNESS DISEÑADO ESPECIALMENTE
PARA TI
DEBE SER MIEMBRO ACTUAL DE LA
YMCA**

YMCA FAMILIAR DE GENEVA LAKES | 203 S. Well Street | Lake Geneva, WI 53147

262.248.6211 | GenevaLakesYMCA.org/pt



Los entrenadores personales de Geneva Lakes Family YMCA son profesionales con certificación nacional que trabajan para empoderar a sus clientes. El entrenamiento personal ofrece asistencia en todo, desde actividades de la vida diaria hasta mantenerse en forma y activo. Ya sea que esté comenzando y necesite apoyo, tenga un problema de salud diagnosticado, sea un atleta o simplemente busque priorizar su salud, ¡el entrenamiento personal en la YMCA es para usted!

Entrenamiento 1:1	60 Minuto	45 minutos	30 minutos
5 sesiones	\$275	\$250	\$205
10 sesiones	\$505	\$415	\$390
20 sesiones	\$900	\$780	\$735



Formación de socios (2 personas) 60 minutos - Precio por persona	
5 sesiones	\$195
10 sesiones	\$360
20 sesiones	\$680



NEW

Entrena a tu manera

¿Te sientes seguro en el gimnasio, pero quieres que un entrenador con certificación nacional diseñe tu programa? ¡Esta opción es para ti! Reúnete con tu entrenador para hablar sobre tus objetivos y te diseñará un programa que te desafiará y te ayudará a alcanzar tus metas de salud.

Plan Inicial: \$125 Planes Continuados: \$60



Entrenamiento en grupos pequeños (3-8 personas) 60 minutos - Precio por persona

5 sesiones	\$140
10 sesiones	\$250
20 sesiones	\$430



OPCIONES DE PAGO

1. Pago total.
2. Algunas compañías de seguros cubren el entrenamiento personal. ¡Consulta con la tuya!
3. Hay planes de pago disponibles para que la capacitación sea más económica.



¡Sé más fuerte que tus excusas!



HORARIO DE EVENTOS

Sábado 25 de abril | 8:30 am

Registro en persona y recogida de paquetes disponibles el día del evento en la YMCA.

La recogida de paquetes de preinscripción comienza el viernes 24 de abril

De 5 am a 7:30 pm en la YMCA.

8:45 am

Calentamiento para carrera/caminata grupal de 5 km

9 am

Comienza la carrera/caminata de 5 km

9:45 am

Premios anunciados

10:15 am

Carrera infantil GRATUITA de 1/2 milla para niños de 10 años o menos

¡Oportunidades
de patrocinio
disponibles!

INFORMACIÓN DE INSCRIPCIÓN PARA 5K

Inicio/Fin de la carrera

YMCA familiar de Geneva Lakes
203 S. Wells St., Lake Geneva, WI 53147

\$35 | Inscripción anticipada para la carrera/caminata de 5 km hasta el 10 de abril

La tarifa incluye: camiseta del evento, carrera con chip cronometrado profesional, recorrido señalizado y premios para los mejores hombres y mujeres. Adultos y jóvenes mayores de 11 años.

\$40 | Inscripción para la carrera/caminata de 5 km después del 10 de abril

La tarifa incluye: camiseta del evento (hasta agotar existencias), carrera con chip profesional, recorrido señalizado y premios para los mejores clasificados masculino y femenino. Adultos y jóvenes mayores de 11 años.

Carrera de media milla GRATIS | Niños de 10 años o menos

Esta carrera de 1/2 milla sigue inmediatamente a la carrera de las 9 a. m. y está programada para comenzar a las 10:15 a. m.

NINTH ANNUAL

SPRINT FOR SPRING

5K RUN/WALK



SÁBADO 25 DE ABRIL

¡LLUEVA O TRUENE!



¡APRENDE MÁS! ¡AHORRA MÁS! REGÍSTRATE ANTES
DEL 10 DE ABRIL DE 2026 PARA AHORRAR \$5 EN:
GenevaLakesYMCA.org/5k

Todos los adultos y jóvenes (así como la carrera infantil GRATUITA) deben registrarse para este evento.

Inscríbete con anticipación para obtener una camiseta y artículos promocionales garantizados. La inscripción anticipada finaliza el 10 de abril.

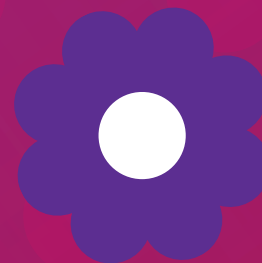
Las ganancias benefician a Rock Steady Boxing, un programa de terapia de fitness para adultos que padecen la enfermedad de Parkinson.

Únase a nosotros inmediatamente después del Sprint de 5K para la primavera.

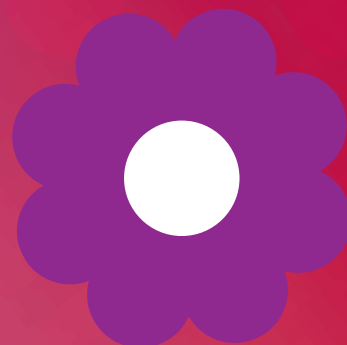
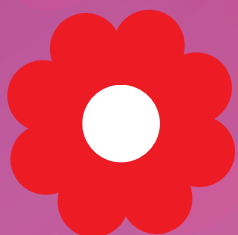
DÍA DE LOS NIÑOS SALUDABLES

Evento comunitario gratuito | 10:30 a. m. a 12:00 p. m.
GenevaLakesYMCA.org/hkd





PROGRAMACIÓN PRIMAVERA 2026
JÓVENES, FAMILIAS
Y PERSONAS
MAYORES





FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY



MINI MUDANZAS

¡Prepárense para escalar, saltar y moverse! Mini Movers Open Gym es un espacio lúdico para que los niños en edad preescolar exploren el movimiento, desarrollen la coordinación y hagan nuevos amigos. Padres y cuidadores también se divierten, ¡porque el juego activo es aún mejor juntos!

Días y horarios

Martes | 10:00-10:45 h | Gimnasio
Jaycees Primavera I: 3 de marzo-14 de abril

***No hay clases el 24 de marzo**

Primavera II: 21 de abril-2 de junio

Tarifas por sesión

Primavera I: \$48 M | \$96 C

Primavera II: \$56 M | \$112 C

Siglos

1-5 (con los padres)

Registro

En persona: Recepción En línea:
GenevaLakesYMCA.org Llamar al
262.248.6211 | Aplicación móvil

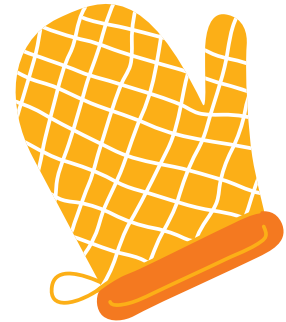
¿Preguntas?

Por favor visite la recepción o llame al:
262.248.6211



FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

PEQUEÑO COCINEROS



¡Diviértete en la cocina! En esta clase práctica de cocina, los niños aprenderán habilidades básicas, explorarán ingredientes saludables y crearán deliciosas recetas que podrán compartir con orgullo en casa. Desde mezclar y medir hasta cortar alimentos blandos y decorar dulces, cada sesión ofrece un plato nuevo y la oportunidad de desarrollar confianza en la cocina.

Nos centramos en técnicas seguras y apropiadas para cada edad, a la vez que fomentamos la creatividad, el trabajo en equipo y el amor por la cocina. ¡A ponerse el delantal, es hora de cocinar algo divertido!

De 4 a 10 años | Sábados | 10:00–10:45 h

Fechas

14 de marzo, 18 de abril, 16 de mayo

Costo

Miembros: \$16 por clase

Comunidad: \$32 por clase

*Máx. 8 por clase

Registro

En persona: Recepción | En línea: GenevaLakesYMCA.org | Llamar al 262.248.6211

Preguntas

Visita la recepción o llama:
262.248.6211





FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

WIGGLES & ONDAS

¡Ven a moverte, jugar y chapotear con nosotros! Wiggles and Waves es el programa perfecto para mamás, papás, abuelos y cuidadores que buscan conectar con otras familias mientras sus pequeños queman energía y hacen nuevos amigos.

Cada sesión comienza con una hora de juego libre en el gimnasio, donde los niños pueden correr, saltar y, por supuesto, ¡contonearse! Después, nos dirigiremos a la piscina de actividades para nadar libremente, donde la diversión continúa con juegos acuáticos, risas y olas de alegría.

Ya sea que estés buscando construir una comunidad o simplemente necesites una mañana de diversión activa, Wiggles and Waves es una excelente manera de unirse, jugar y chapotear durante el día.

Siglos

Niños de todas las edades, siempre que estén acompañados por un adulto.

Fechas y horarios

**Viernes | 9-11 am | Gimnasio/Piscina de actividades
Jaycees**

20 de febrero, 6 y 20 de marzo, 17 de abril, 1 y 15 de mayo

Tarifa

Miembro: Gratis | Comunidad: \$10 por niño (paga al venir) Adultos: Gratis

Registro

En recepción | En línea: GenevaLakesYMCA.org |
Llamada: 262.248.6211 | Aplicación móvil

Preguntas

Gertrude Suhajda, Directora de Deportes Acuáticos
gertrude.suhajda@glymca.org | 262.248.6211 x22





FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

PERSONAS MAYORES SOCIALES

HORARIO DE EVENTOS



● Presentaciones ● Escapadas de comprom ● Crea y crea

Marzo de 2026

● Jueves 19 de marzo | 11 am-12 mediodía

Serie Viajemos alrededor del mundo

Tema: Japón Conozca la cultura, la gastronomía, los lugares imperdibles y los consejos prácticos de viaje de Japón, diseñados para viajeros maduros, para que vea lo gratificante y accesible que puede ser Japón a cualquier edad.

● Martes 31 de marzo | 11 am-12 mediodía

Bingo de Pascua

¡Celebre la Pascua en la Y con divertidos juegos de bingo, refrigerios y amistad!



Regístrese en la recepción o en línea para que podamos planificar su llegada.

GenevaLakesYMCA.org/personas mayores



PERSONAS MAYORES
SOCIALES



VAMOS A VIAJAR ¡ALREDEDOR DEL MUNDO!

¡Embárcate en una aventura global sin moverte de tu asiento! Este taller está diseñado para amantes de los viajes, amantes de la cultura y aspirantes a exploradores. Cada taller te llevará a un nuevo destino, ofreciéndote información sobre su historia, tradiciones, gastronomía y tesoros escondidos. A través de charlas de expertos, obtendrás consejos prácticos de viaje, apreciación cultural e inspiración para tu próximo viaje. Tanto si eres un viajero experimentado como si sueñas con tu primer viaje, este taller te brindará el conocimiento y la confianza para explorar el mundo con curiosidad y respeto. ¿Listo para viajar más allá de las fronteras?

Jueves 19 de marzo | 11 am-12 mediodía

Acompáñenos en una interesante presentación sobre cómo viajar a Japón, donde las tradiciones ancestrales se fusionan con las comodidades modernas. Esta sesión explorará la rica cultura japonesa, sus hermosos paisajes, su deliciosa gastronomía y consejos prácticos de viaje diseñados especialmente para viajeros mayores. Desde templos emblemáticos y tranquilos jardines hasta transporte eficiente y accesibilidad, los asistentes aprenderán cómo Japón puede ser un destino emocionante y cómodo. Tanto si Japón siempre ha estado en su lista de deseos como si simplemente siente curiosidad, esta presentación le mostrará lo accesible y gratificante que puede ser viajar a Japón a cualquier edad.

Presentado por Christene Kamberis | Asesora de viajes de Fora

Miembros: Gratis | Comunidad: Pase diario

Registro

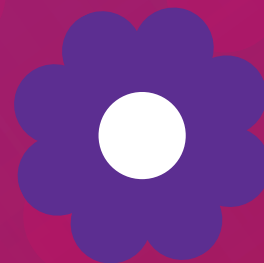
En persona: Recepción En línea:

GenevaLakesYMCA.org/seniors Llamar al 262.248.6211

Preguntas

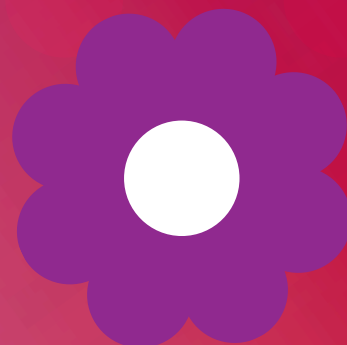
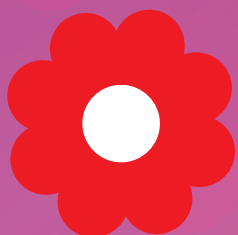
Por favor visite la recepción o llame al 262.248.6211





PROGRAMACIÓN PRIMAVERA 2026

EVENTOS COMUNITARIOS





¡Visite nuestra página "Datos y ofertas"!

Esta página ofrece enlaces útiles y descuentos para obtener información sobre restaurantes, alojamiento, compras y más en la zona del Lago Ginebra y sus alrededores. ¡Ofertas diarias!

GenevaLakesYMCA.org/deals



FOR YOUTH DEVELOPMENT[®]
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

ESCALADA ABIERTA EN ROCKWALL

Ponte a prueba y ponte en forma en nuestro muro de escalada que cuenta con sistemas de autoaseguramiento y cuatro pistas que varían en dificultad.

¡Jóvenes y adultos son bienvenidos a explorar esta aventura de escalada!

HORARIO DE ESCALADA ABIERTO

Primavera I: 7/3-18/4*

***No hay subida abierta el 28/3**

Sábados | 10-11:30 am

Gimnasio Jaycee | Edades 8+ | Mínimo 40 libras

Pase diario gratuito para
miembros de la comunidad

**¡Reserva el Rock Wall
para tu próxima
fiesta de cumpleaños!**





FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

PARQUE ACUÁTICO TIMBER RIDGE

22

MAR.

19

ABR.

10

PUEDA

12 p. m. – 8 p. m.

\$15/Nadador* • **Solamente** • **\$5/espectador**
efectivo

*(12 meses de edad y mayores)

Las reservas para esta actividad deben hacerse y pagarse en la YMCA. Hay plazas limitadas. Las reservas vencen el jueves anterior al evento programado, a menos que se agoten antes. La oferta es válida tanto para miembros como para la comunidad. Tenga en cuenta que las entradas solo están disponibles para la fecha más reciente publicada. No se realizan reembolsos.





HORARIO DE EVENTOS

Sábado 25 de abril | 8:30 am

Registro en persona y recogida de paquetes disponibles el día del evento en la YMCA.

La recogida de paquetes de preinscripción comienza el viernes 24 de abril

De 5 am a 7:30 pm en la YMCA.

8:45 am

Calentamiento para carrera/caminata grupal de 5 km

9 am

Comienza la carrera/caminata de 5 km

9:45 am

Premios anunciados

10:15 am

Carrera infantil GRATUITA de 1/2 milla para niños de 10 años o menos

¡Oportunidades
de patrocinio
disponibles!

INFORMACIÓN DE INSCRIPCIÓN PARA 5K

Inicio/Fin de la carrera

YMCA familiar de Geneva Lakes
203 S. Wells St., Lake Geneva, WI 53147

\$35 | Inscripción anticipada para la carrera/caminata de 5 km hasta el 10 de abril

La tarifa incluye: camiseta del evento, carrera con chip cronometrado profesional, recorrido señalizado y premios para los mejores hombres y mujeres. Adultos y jóvenes mayores de 11 años.

\$40 | Inscripción para la carrera/caminata de 5 km después del 10 de abril

La tarifa incluye: camiseta del evento (hasta agotar existencias), carrera con chip profesional, recorrido señalizado y premios para los mejores clasificados masculino y femenino. Adultos y jóvenes mayores de 11 años.

Carrera de media milla GRATIS | Niños de 10 años o menos

Esta carrera de 1/2 milla sigue inmediatamente a la carrera de las 9 a. m. y está programada para comenzar a las 10:15 a. m.

NINTH ANNUAL

SPRINT FOR SPRING



5K RUN/WALK

SÁBADO 25 DE ABRIL

¡LLUEVA O TRUENE!



¡APRENDE MÁS! ¡AHORRA MÁS! REGÍSTRATE ANTES DEL 10 DE ABRIL DE 2026 PARA AHORRAR \$5 EN:
GenevaLakesYMCA.org/5k

Todos los adultos y jóvenes (así como la carrera infantil GRATUITA) deben registrarse para este evento.

Inscríbete con anticipación para obtener una camiseta y artículos promocionales garantizados. La inscripción anticipada finaliza el 10 de abril.

Las ganancias benefician a Rock Steady Boxing, un programa de terapia de fitness para adultos que padecen la enfermedad de Parkinson.

Únase a nosotros inmediatamente después del Sprint de 5K para la primavera.

DÍA DE LOS NIÑOS SALUDABLES

Evento comunitario gratuito | 10:30 a. m. a 12:00 p. m.
GenevaLakesYMCA.org/hkd





DÍA DE LOS NIÑOS SALUDABLES

Sábado 25 de abril de 2026 | 10:30 a. m. – 12:00 p. m.

El Día del Niño Saludable es una iniciativa nacional de la YMCA para mejorar la salud y el bienestar de los niños y las familias. Se ha planificado una variedad de puestos, refrigerios y actividades gratuitas.

Planifique unirse a nosotros para nuestra 9.^a carrera/caminata anual de 5 km justo antes del Día de los Niños Saludables.

Visita: GenevaLakesYMCA.org/5K



**¡UN EVENTO
COMUNITARIO
GRATUITO!
GUARDE LA FECHA.**



FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

¡CELEBRA TU DÍA A LA MANERA Y!

FIESTAS DE CUMPLEAÑOS EN LA YMCA FAMILIAR DE GENEVA LAKES

Gimnasio abierto Edades 6-12

Los niños podrán elegir en nuestro gimnasio abierto jugar al baloncesto, al balón prisionero tradicional o al balón prisionero EXTREMO, que consiste en colchonetas grandes que sirven de pared para un mayor desafío. ¡Lo pasarán bomba!

Gimnasio (1-1 ½ horas) y Salón de Fiestas (1 hora) Socios: \$125 | Comunidad: \$170

Fiesta interactiva de LU Edades 6-12

Sumérgete en este parque interactivo que transforma nuestro gimnasio en un ambiente con divertidos juegos de aprendizaje en la pared, música por todo el gimnasio y/o bailes con diversos géneros musicales. ¡El cumpleañosero puede personalizar su propia experiencia!

Gimnasio (1-1 ½ horas) y Salón de Fiestas (1 hora) Socios: \$125 | Comunidad: \$170

Fiesta de escalada en roca A partir de 8 años

¡Añade un toque de aventura a tu fiesta y prueba nuestro muro de escalada! Nuestro personal capacitado ayudará y guiará a los niños mientras se ponen los arneses para escalar más de 6 metros de pared de escalada. No se permiten invitados adicionales.

Gimnasio (1 hora) y Salón de Fiestas (1-1 ½ horas) Socios: \$246 | Comunidad: \$310

Fiesta en la piscina De 2 a 12 años

La fiesta comenzará en el Salón de Fiestas para dejar todas las pertenencias y esperar a todos los participantes. El personal acompañará a los niños a los vestuarios y al área de la piscina. Los niños y sus supervisores adultos disfrutarán de una hora a una hora y media nadando en nuestra piscina de actividades. Nuestro personal proporcionará juguetes y flotadores según sea necesario. La fiesta en la piscina se puede programar fuera del horario de las instalaciones.

Piscina (1 hora y media) y Salón de Fiestas (1 hora) Socios: \$125 | Comunidad: \$170



Pautas para fiestas en la piscina:

Si un niño sabe nadar, puede usar ambas piscinas. Se considera que un niño sabe nadar si aprueba nuestra prueba de natación en la piscina de entrenamiento de la YMCA. Esta prueba consiste en nadar 25 yardas (23 metros), mantenerse a flote durante 30 a 60 segundos en la parte profunda de la piscina y nadar de regreso 25 yardas (23 metros) sin detenerse ni apoyarse en la pared.

- Si un niño NO sabe nadar, un padre o tutor (mayor de 18 años) debe estar a su alcance en todo momento, solo en la piscina de actividades. La proporción entre adultos y niños es de 1:3. La supervisión de los padres es obligatoria en la piscina y los vestuarios.
- Siga todas las políticas de la piscina, incluida la prohibición de usar zapatos en la cubierta y está prohibido traer dispositivos de flotación de casa.
- Dependiendo de la hora de la fiesta, puede haber otros nadadores presentes.
- Los horarios de las fiestas en la piscina comienzan después de las 11:30 a. m. los fines de semana.

Todas las fiestas son personalizadas e incluyen:

Un salón de fiestas privado

- Asistente de fiesta de cumpleaños para ayudarte con tu fiesta, organizar juegos en el gimnasio o la piscina, grabar regalos, etc.
- Bolsas de regalos para cada niño

Exenciones:

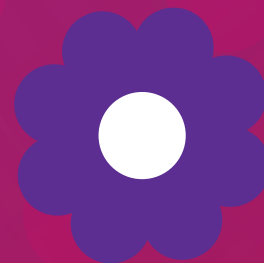
Todos los asistentes a la fiesta deben completar una exención de responsabilidad de la YMCA para participar. Si trae a un niño de otra familia, asegúrese de que uno de sus padres firme la exención antes de asistir.

Las solicitudes de reserva de fiestas se pueden realizar en persona o en nuestro sitio web en www.GenevaLakesymca.org/birthdays

Los horarios de las fiestas varían según el tipo. Las fiestas incluyen 13 niños + el cumpleañosero. Algunas fiestas (no todas) admiten 2 invitados más por un cargo adicional de \$10 por niño. Recomendamos reservar con 2 a 4 semanas de anticipación para que podamos coordinar al personal de su fiesta.

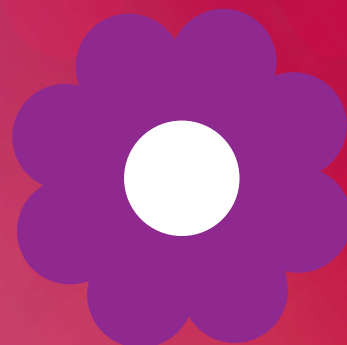
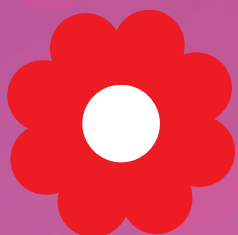
¡Nuestro coordinador de fiestas se comunicará con usted para confirmar la fecha y discutir todos los detalles para garantizar que su fiesta sea un éxito!

YMCA FAMILIAR DE GENEVA LAKES • 203 S. Wells Street • Lake Geneva, WI 53147 • GenevaLakesYMCA.org • 262.248.6211



PROGRAMACIÓN PRIMAVERA 2026

CUIDADO DE LOS NIÑOS



JUEGA TODOS LOS DÍAS



Queremos que el tiempo que su hijo/a pase en Child Watch sea una experiencia divertida y enriquecedora que refleje los valores fundamentales de la YMCA. Le brindaremos un cuidado de calidad mientras participa en las actividades de la YMCA. Le brindaremos una experiencia segura con juegos, cuentos y juego libre; y le daremos un ejemplo positivo, personificando los valores fundamentales de la YMCA: cariño, honestidad, respeto y responsabilidad.

CENTRO DE VIGILANCIA INFANTIL

LÍMITE DE TIEMPO

Máximo de 1,5 horas al día | Máximo una visita al día

SIGLOS

4 semanas a 9 años

TARIFAS:

SOLO para miembros: \$5 por hora por niño Opción de visitas mensuales ilimitadas para miembros:

1 niño: \$26/mes | 2 niños: \$41/mes

3+ niños: \$47/mes

HORAS

Lunes a viernes | 8:30 a. m. a 12:00 p. m.

Lunes a jueves | 4:30 a. m. a 7:30 p. m.

Sábado | 9:00 a. m. – 12:00 p. m.

PERSONAL CALIFICADO

Nuestro atento y profesional personal de Child Watch cuenta con certificación en RCP y Primeros Auxilios para garantizar la seguridad de su hijo durante su visita. Además, trabajamos arduamente para desarrollar diversas actividades adaptadas a su edad para mantener a su hijo activo y entretenido durante su visita.

"El área de Vigilancia Infantil es una
"Un lugar maravilloso en el que puedo
confiar plenamente." –Miembro Y

"Este es un servicio
maravilloso que me permite
hacer ejercicio, mientras mi
hijo disfruta jugando con
otros niños". –Miembro Y



Comuníquese con Jami Golz, directora sénior de jóvenes y familias, para obtener información adicional en:
262.248.6211 x26 o jami.golz@glymca.org

BIENVENIDO NUESTRAS POLÍTICAS

EL TIEMPO DE SU HIJO EN NUESTRA GUARDERÍA INFANTIL DEL CENTRO DE VIGILANCIA SERÁ UNA EXPERIENCIA DIVERTIDA Y ENRIQUECEDORA CON ACTIVIDADES, JUEGOS Y ARTESANÍAS QUE REFLEJAN LA

VALORES FUNDAMENTALES DE LA YMCA.

Registrarse

- Todos los niños deben tener una inscripción firmada por un padre/tutor (mayor de 18 años)
- formulario archivado en el YMCA Child Watch Center. Para la seguridad de su hijo,
- un padre/tutor está obligado a controlar la entrada y salida de su hijo
- el Centro de Vigilancia Infantil. El padre/tutor que registra al niño
- también debe sacar al niño, a menos que se hayan hecho arreglos previos con el personal del Child Watch Center. A nadie menor de 18 años se le permite
- controlar la entrada y salida de los niños del Child Watch Center.

Lista de verificación: antes de dejar

- Mi hijo lleva calcetines y está vestidos para jugar, manualidades, etc.
- Mi hijo tiene un pañal limpio o ha usado el baño
- Mi hijo está bien alimentado/amamantado
- Todos los artículos personales están etiquetados con el nombre de mi hijo
- He traído todos los artículos necesarios para cuidar a mi hijo

(botellas preparadas/snacks).

Límites de tiempo

Le recomendamos que limite la visita al Child Watch Center de su hijo a la duración sugerida apropiada para su edad.

4 semanas-9 meses | 30 minutos
9 meses-2 años | 1 hora
2-9 años | 1,5 horas

Ropa

Los zapatos y calcetines de seguridad de su hijo deben usarse en todo momento. Los artículos de invierno y los zapatos se pueden guardar fuera del Child Watch Center en un área designada.

Llanto

Para la comodidad de todos los participantes del Child Watch Center, encontraremos a un padre/tutor si los intentos de calmar a un niño que llora no tienen éxito durante 10 a 15 minutos. Una vez notificado, el padre/tutor debe sacar al niño de Child Watch en ese momento.

Comida y bebida

Si proporciona comida y bebida para su niño, traiga solo agua o jugo (leche permitida SOLAMENTE para bebés) y refrigerios saludables y secos. Las bebidas deben estar en vasos a prueba de derrames. No se permiten dulces, chicles, pasas, productos de maní o comidas.

Saliendo de la YMCA

Child Watch Center no es un centro de cuidado infantil con licencia; por lo tanto, un padre/tutor DEBE permanecer dentro de las instalaciones de la YMCA durante la estadía del niño. El incumplimiento resultará en la revocación de los servicios de Child Watch.

Enfermedad

Los niños que muestren signos de enfermedad no podrán ingresar al Child Watch Center. Un niño debe estar libre de síntomas durante 24 horas para poder regresar. Si su hijo tiene una enfermedad contagiosa o piojos, notifique de inmediato al personal del Child Watch Center para que se puedan tomar las medidas adecuadas.

pañales

Asegúrese de que todos los niños lleguen con pañales secos y limpios. El personal no cambia pañales. Nos pondremos en contacto con usted si necesitamos su ayuda para cambiar a su hijo.

Perdido y Encontrado

La YMCA NO se hace responsable de los artículos olvidados. Los artículos se colocarán en nuestra sección de objetos perdidos y encontrados durante una semana.

Política de juguetes

Tenemos muchos juguetes, libros y manualidades para descubrir y explorar en Child Watch. Deje los juguetes personales en casa; podrían perderse o romperse y, a menudo, causar conflictos. Si el juguete es un artículo de comodidad necesario, etiquételo y tenga especial cuidado de recordarlo cuando se vaya.

Procedimientos de incidentes médicos

En caso de accidente, lesiones o incidente médico que requiera más que Primeros Auxilios básicos, el padre/tutor del niño será localizado inmediatamente y un miembro del personal de Child Watch llamará al 911 según se considere necesario.

alergias

Por favor, recuérdenos cualquier alergia que su hijo pueda tener en cada visita.

Problemas de disciplina y comportamiento

Nuestro objetivo es desarrollar la autodisciplina y el respeto por los demás. Cuando sea necesario, se usará la siguiente disciplina apropiada para la edad: Usaremos consecuencias lógicas y redirigiremos a los niños que muestren un comportamiento inapropiado. En algunos casos, se puede utilizar la eliminación supervisada (tiempo fuera). Si un niño tiene problemas excesivos (es decir, muerde, golpea, etc.), se localizará al padre/tutor y se retirará al niño de Child Watch. Si los problemas de comportamiento continúan, se le pedirá al niño que no regrese por un período de tiempo determinado por el Coordinador de Child Watch.

Procedimientos de evacuación

En caso de incendio u otra situación de evacuación, el personal de Child Watch escoltará a todos los niños por la salida de emergencia hasta el área segura designada (consulte el mostrador de Child Watch para obtener más detalles). Los padres y tutores podrán retirar a su hijo una vez que la situación sea segura y todos los niños estén asegurados.

Procedimientos para tornados

En caso de un tornado, el personal de Child Watch acompañará a los niños a la zona segura asignada (consulte el escritorio de Child Watch para obtener más detalles). Los padres y tutores podrán retirar a sus hijos una vez que todos los niños estén seguros.



FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

DÍA ESCOLAR FUERA

Año escolar 2025-2026

La YMCA Familiar de Geneva Lakes ofrece cuidado seguro y de calidad para su hijo durante el receso escolar. La YMCA sigue el calendario escolar del distrito escolar de Lake Geneva. Sin embargo, si su hijo asiste a un distrito escolar diferente y no tiene clases durante el receso escolar, puede asistir. ¡Únase a nosotros para disfrutar de juegos, deportes, natación, manualidades y mucho más! Por favor, traiga una botella de agua, un almuerzo frío y térmico, traje de baño y una toalla.

*Se requiere un mínimo de 10 participantes por fecha programada para que este programa se lleve a cabo. Por favor, deje a su hijo/a antes de las 9:00 a. m.

DÁTILES DEL LAGO DE GINEBRA

De 4 a 12 años | De 7:00 a 18:00 h | Se celebra en la YMCA, 203 S. Wells Street, Lake Geneva

**Invierno: 20 de febrero Primavera:
23-27 de marzo | 3 y 20 de abril**

REGISTRO

Las inscripciones deben recibirse NO MÁS TARDE de 3 días hábiles antes de la(s) fecha(s) del programa elegido.

*Los pagos para todos los participantes registrados del Día Escolar Fuera de Casa se realizarán una semana antes de la fecha de cuidado.

HONORARIOS

Miembro: \$42/día | Comunidad: \$52/día

PREGUNTAS E INFORMACIÓN ADICIONAL

Emma Watters, directora del campamento |
emma.watters@glymca.org YMCA familiar de Geneva
Lakes | 262.248.6211 x13

HORARIO DE EJEMPLO

Actividades de elección de 7 a 9 am
9-9:30 am Pausa para refrigerio
9:30 a. m. a 11:30 a. m. Actividades grupales
11:30 am-12 mediodía Almuerzo
12 del mediodía a 2 p. m. Natación
2-3 pm Artes y manualidades
3-3:30pm Pausa para refrigerio
3:30-4:30pm Actividad grupal
4:30-6pm Salida y Elección





FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

Montessori 2026

Familias que regresan: la inscripción se abre el 1 de febrero.
Familias nuevas: la inscripción se abre el 1 de marzo.

GenevaLakesYMCA.org/montessori





FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

Campamentos de día de verano 2026

Campamento preescolar de la YMCA (niños de 3 a 4 años)

Campamento de verano tradicional (de 4K a 5.º grado) Campamento de
secundaria Trailblazer (para estudiantes que ingresan a 6.º a 8.º grado)

¡Las inscripciones se abren el 1 de marzo!

GenevaLakesYMCA.org/campamentos





FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

2026-2027

EDAD ESCOLAR PROGRAMAS

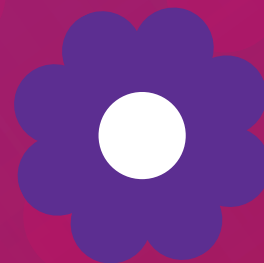
Preescolar y cuidado antes,
durante y después de la escuela

YMCA FAMILIAR DE GINEBRA LAKES

LA INSCRIPCIÓN SE
ABRE EL 1 DE MAYO

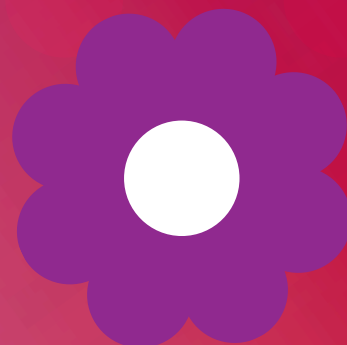
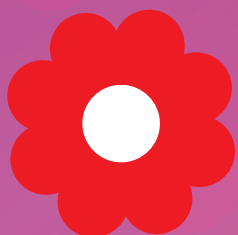
¡Plazas limitadas
disponibles!

[GenevaLakesYMCA.org/cuidado infantil](https://GenevaLakesYMCA.org/cuidado-infantil)



PROGRAMACIÓN PRIMAVERA 2026

DEPORTES ACUÁTICOS





FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

¡ESTAMOS CONTRATANDO SALVAVIDAS!

Aquí en Geneva Lakes Family YMCA, buscamos ampliar nuestro equipo de salvavidas certificados.

Buscamos TODOS los puestos. Se pueden combinar o acortar turnos. Ofrecemos flexibilidad.

Días laborables:

- Horario: 4:30-7 am y 7-9 am Días: 9 am-12 mediodía y 12 mediodía-3:30 o 4 pm Noches: 3:30 o 4 pm-8 pm

Fines de semana:

Sábado 5:30-8 am y 8 am-2 pm Domingo 9:30 am-2 pm

¿Interesado en obtener la certificación?

Los cursos de socorrismo están disponibles todo el año, impartidos por profesionales certificados que enseñarán las habilidades necesarias para salvar vidas. Este curso certificará a los participantes en socorrismo, RCP para rescatistas profesionales, primeros auxilios y DEA.

Para ver cuándo se ofrecen estas clases, visite: GenevaLakesYMCA.org/safety.

¿Quieres que paguemos tu certificación?

Pagaremos sus certificaciones de salvavidas (valor de \$310) si se compromete a trabajar de 2 a 3 turnos por semana en la YMCA durante seis meses.

¿Ya estás certificado?

Visite GenevaLakesYMCA.org/jobs para ver la descripción del puesto y completar la solicitud en línea. Una vez completada y enviada, la YMCA se pondrá en contacto con usted.

¿Por qué ser salvavidas en el Geneva Lakes Family YMCA?

- **Gran flexibilidad con los turnos. Nuestros turnos suelen durar de 2 a 4 horas.**
- Membresía GRATUITA para usted y su familia inmediata para mantenerse en forma.
- 50% de descuento en varios programas, incluidas clases de natación y equipo de natación.
- Abierto todo el año, no sólo en verano.
- CERRADO todos los días festivos importantes.
- La recertificación es GRATUITA mientras seas personal.

¿Interesado? ¡Aprende más!

Gertrude Suhajda, Directora de Deportes Acuáticos
262.248.6211 x22 | gertrude.suhajda@glymca.org Visite:
GenevaLakesYMCA.org





FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY



CERTIFICACIÓN DE SALVAVIDAS

CERTIFICACIÓN DE SALVAVIDAS

Para mayores de 15 años, este curso está diseñado para certificarte como socorrista de la Cruz Roja en RCP, primeros auxilios y administración de DEA. El curso incluye una prueba previa en clase (ver más abajo), una clase con video y prácticas tanto en agua como en tierra.

El aprendizaje combinado requiere que completes la parte en línea, que dura aproximadamente ocho horas ANTES de asistir a la primera clase. La parte presencial dura 21 horas y media. Deberás imprimir el certificado al final de la parte en línea para demostrar que aprobaste y traerlo a clase.

Contenido de la prueba previa en clase

Nadar 150 yardas, mantenerse a flote durante dos minutos con las manos en las axilas y luego nadar 50 yardas. También habrá una prueba de ladrillos cronometrada.

Costo del aprendizaje combinado: \$260 para miembros | \$310 para la

comunidad

Fechas y horarios de las reuniones de aprendizaje combinado:

Próximas sesiones:

Lunes 23 de marzo | 16:00-20:00 horas

- Martes 24 de marzo | 9 am-6 pm
- Miércoles 25 de marzo | 9 am-6 pm

- Domingo 3 de mayo | 9 am-6 pm
- Viernes 8 de mayo | 17:00-21:00 horas
- Sábado 9 de mayo | 9 am-6 pm

Debe asistir a todas las clases en la sesión elegida

SALVAVIDAS CURSO DE REPASO

Mayores de 16 años | Certificación de clase de un día. Miembro: \$125 | Comunidad: \$150

Tenga en cuenta que la parte en línea dura aproximadamente seis horas. Debe completarla antes de realizar la parte presencial, que dura aproximadamente nueve horas y media.

Fecha de selección del curso

- **Sábado 21 de marzo | 8 am-6 pm**
- **Sábado 23 de mayo | 8 am-6 pm**

Registro

Regístrese en la recepción | En línea en GenevaLakesYMCA.org | Llame al 262.248.6211 *Se debe registrar un mínimo de tres participantes para que se realice el curso.

Información del contacto

Gertrude Suhajda, Directora de Deportes Acuáticos gertrude.suhajda@glymca.org
262.248.6211 x22



FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

CLASES DE NATACIÓN DE PRIMAVERA

Primavera I | 7 semanas | 2 de marzo – 19 de abril

SIN CLASES: del 23 al 28 de marzo

Classes	Mon	Tue	Wed	Thur	Sat
Parent & Child					
Combo Class (6-36 months)	9-9:30 am				
6-18 months				5:00-5:30 pm	9:40-10:10 am
19-36 months				5:35-6:05 pm	10:15-10:45 am
Home School					
Levels 1-2			9:15-10:00 am		
Levels 3-5			10:05-10:50 am		
Preschool: 2 ½ years +					
Combo Class (Level 1-3)			8:40-9:10 am		
Level 1	5:00-5:30 pm	5:00-5:30 pm	5:00-5:30 pm	5:00-5:30 pm	8:30-9:00 am
Level 2	5:35-6:05 pm	5:35-6:05 pm	5:35-6:05 pm	5:35-6:05 pm	9:05-9:35 am
Level 2: Later Time	6:45-7:15 pm	6:45-7:15 pm			10:15-10:45 am
Level 3	6:10-6:40 pm	6:10-6:40 pm	6:10-6:40 pm	6:10-6:40 pm	9:40-10:10 am
Youth: 5 years+					
Level 1		5:35-6:05 pm			
Level 2: Beginner	6:45-7:15 pm	6:10-6:40 pm	6:10-6:40 pm	6:10-6:40 pm	8:30-9:00 am
Level 2: Advanced		6:45-7:15 pm	6:45-7:15 pm	6:45-7:15 pm	9:05-9:35 am
Level 3: Beginner	5:00-5:30 pm	5:00-5:30 pm	5:35-6:05 pm		9:40-10:10 am
Level 3: Beginner	5:35-6:05 pm			5:00-5:30 pm	
Level 3: Advanced	6:10-6:40 pm		5:00-5:30 pm	5:35-6:05 pm	
Levels 4-5	6:45-7:15 pm				10:15-10:45 am
Adult Classes					
Adult Beginner					
Swim to Work			6:45-7:15 pm		

M: \$48/sesión | C: \$96/sesión | *No hay clases del 23 al 28 de marzo

¿Preguntas? Correo electrónico:
aquatic.coordinator@glymca.org Visite:
GenevaLakesYMCA.org/swimlessons



FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

CLASES DE NATACIÓN DE PRIMAVERA

Primavera II | 7 semanas | 20 de abril – 7 de junio

SIN CLASES: 23 y 25 de mayo

Classes	Mon	Tue	Wed	Thur	Sat
Parent & Child					
Combo Class (6-36 months)	9-9:30 am				
6-18 months				5:00-5:30 pm	9:40-10:10 am
19-36 months				5:35-6:05 pm	10:15-10:45 am
Home School					
Levels 1-2			9:15-10:00 am		
Levels 3-5			10:05-10:50 am		
Preschool: 2 ½ years +					
Combo Class (Level 1-3)			8:40-9:10 am		
Level 1	5:00-5:30 pm	5:00-5:30 pm	5:00-5:30 pm		8:30-9:00 am
Level 2	5:35-6:05 pm	5:35-6:05 pm	5:35-6:05 pm		9:05-9:35 am
Level 2: Later Time	6:45-7:15 pm	6:45-7:15 pm			10:15-10:45 am
Level 3	6:10-6:40 pm	6:10-6:40 pm	6:10-6:40 pm		9:40-10:10 am
Youth: 5 years+					
Level 1		5:35-6:05 pm			
Level 2: Beginner	6:45-7:15 pm	6:10-6:40 pm	6:10-6:40 pm		8:30-9:00 am
Level 2: Advanced		6:45-7:15 pm	6:45-7:15 pm		9:05-9:35 am
Level 3: Beginner	5:00-5:30 pm	5:00-5:30 pm	5:35-6:05 pm		9:40-10:10 am
Level 3: Beginner	5:35-6:05 pm				
Level 3: Advanced	6:10-6:40 pm		5:00-5:30 pm		
Levels 4-5	6:45-7:15 pm				10:15-10:45 am
Adult Classes					
Adult Beginner					
Swim to Work			6:45-7:15 pm		

Clases de martes, miércoles y jueves | L: \$56/sesión | C: \$112/sesión

Clases de lunes y sábado | L: \$48/sesión | C: \$96/sesión

¿Preguntas? Correo electrónico:
aquatic.coordinator@glymca.org Visite:
GenevaLakesYMCA.org/swimlessons



FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

WIGGLES & ONDAS

¡Ven a moverte, jugar y chapotear con nosotros! Wiggles and Waves es el programa perfecto para mamás, papás, abuelos y cuidadores que buscan conectar con otras familias mientras sus pequeños queman energía y hacen nuevos amigos.

Cada sesión comienza con una hora de juego libre en el gimnasio, donde los niños pueden correr, saltar y, por supuesto, ¡contonearse! Después, nos dirigiremos a la piscina de actividades para nadar libremente, donde la diversión continúa con juegos acuáticos, risas y olas de alegría.

Ya sea que estés buscando construir una comunidad o simplemente necesites una mañana de diversión activa, Wiggles and Waves es una excelente manera de unirse, jugar y chapotear durante el día.

Siglos

Niños de todas las edades, siempre que estén acompañados por un adulto.

Fechas y horarios

**Viernes | 9-11 am | Gimnasio/Piscina de actividades
Jaycees**

20 de febrero, 6 y 20 de marzo, 17 de abril, 1 y 15 de mayo

Tarifa

Miembro: Gratis | Comunidad: \$10 por niño (paga al venir) Adultos: Gratis

Registro

En recepción | En línea: GenevaLakesYMCA.org |
Llamada: 262.248.6211 | Aplicación móvil

Preguntas

Gertrude Suhajda, Directora de Deportes Acuáticos
gertrude.suhajda@glymca.org | 262.248.6211 x22





FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

CLASES DE RCP EN LA Y

¡Obtén tu certificación en RCP
y aprende a salvar vidas!

Para obtener más información sobre las
opciones de clases, comuníquese con
gertrude.suhajda@glymca.org





FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

SEGURIDAD PROGRAMA ALREDEDOR DEL AGUA

Invitamos a las clases de segundo grado de las escuelas del condado de Walworth a aprender estas habilidades que salvan vidas con el YMCA familiar de Geneva Lakes.



Trabajamos con cada escuela para crear un programa personalizado de cuatro a siete días, una vez a la semana, durante el horario escolar, con una duración de 40 minutos en el agua al día. Este programa GRATUITO se puede ofrecer en nuestras instalaciones (ofrecemos transporte en autobús gratuito) o podemos llevarlo a su escuela. Se trata de una presentación de uno o dos días en su escuela, con una duración de 30 a 45 minutos cada día.

Los niños aprenderán los pasos para:

- Estar cómodo cerca del agua
- controlar su respiración en el agua
- Regresar a un lugar seguro si caen en aguas más profundas
- Gestionar la flotabilidad mediante nadar, flotar, nadar
- Siga temas importantes como la seguridad en la navegación, la comprensión de las limitaciones, el sistema de compañeros "alcanzar o lanzar, no ir" y otros.

Gracias por este maravilloso programa de seguridad acuática. A los niños les encantó y aprendieron muchísimo. Gracias por ayudarnos a mantener seguros a nuestros estudiantes.
~Maestra en la escuela primaria Walworth

PATROCINADOR ORGULLOSO DURANTE MÁS DE UNA DÉCADA

El ahogamiento es la segunda causa principal de muerte en niños de 5 a 14 años. Es la primera entre 1 y 4 años.



Contacto: Gertrude Suhajda | Directora de Acuáticos | 262.248.6211 ext. 22 | gertrude.suhajda@glymca.org

YMCA FAMILIAR DE GENEVA LAKES • 203 S. WELLS STREET • LAKE GENEVA, WI 53147 • GENEVALAKESYMCA.ORG • 262.248.6211



FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

WORKPLACE CPR TRAINING

Do you have a group that needs Adult & Pediatric CPR/First Aid and AED training? We will come to you! We are excited to offer you an American Red Cross CPR Blended Learning training session, which combines online learning with an in-person skills session (3 hours in person and 3 hours online). Whether you are a business, church, school district, healthcare professional, or First Responder we want to help get your staff trained to respond to medical emergencies! Don't have a large enough space to spread out for training? Come to us!

TRAINING OPTIONS

Blended Learning (BL) = 3 hours online | 3 hours in-person

Online training portion will be sent to each participant prior to the in-person class. Participants must fully complete online portion and attend the entire in person training, led by a certified instructor. Includes skills session, activities and practice scenarios. Participants must demonstrate competency and pass a final written exam that is taken online with a minimum grade of 80%.

Full Course, In-Person (FULL) = 5 hours in-person (add'l, cost of \$130)

All information will be presented in-person by a certified instructor and will have multiple written quizzes to ensure that all participants have retained the information presented. Participants must attend the entire in person training, led by a certified instructor. Includes skills session, activities and practice scenarios. Participants must demonstrate competency and pass a final written exam with a minimum grade of 80%.

CHOOSE ONE:

- ☐ BL-Adult & Pediatric First Aid/CPR/AED Training | individuals
- ☐ FULL Adult & Pediatric First Aid/CPR/AED Training | individuals
- ☐ BL-CPR/AED for Professional Rescuers | No First Aid | Teams of 2-4 EMT, Nurses, Fire, Police
- ☐ FULL CPR/AED for Professional Rescuers | No First Aid | Teams of 2-4 EMT, Nurses, Fire, Police

Upon successful completion of the course, each participant will receive an American Red Cross certification via email, which is valid for 2 years.



Fees

\$75 per person for the first 5 participants | \$65 per person for each additional participants

Minimum of 5 participants | Maximum of 12

Questions

Gertrude Suhajda, Aquatics Director
gertrude.suhajda@glymca.org | 262.248.6211 x22



FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

LUGAR DE TRABAJO ENTRENAMIENTO EN RCP

¿Tiene un grupo que necesita capacitación en RCP/Primeros Auxilios y DEA para adultos y niños? ¡Nosotros vamos a su domicilio! Nos complace ofrecerle una sesión de capacitación combinada de RCP de la Cruz Roja Americana, que combina aprendizaje en línea con una sesión presencial de habilidades (3 horas presenciales y 3 horas en línea). Ya sea una empresa, una iglesia o un distrito escolar, ¡queremos ayudar a capacitar a su personal para responder ante emergencias médicas! ¿No tiene suficiente espacio para la capacitación? ¡Contáctenos!

OPCIONES DE ENTRENAMIENTO

Aprendizaje combinado (BL) = 3 horas en línea | 3 horas presenciales

La capacitación en línea se enviará a cada participante antes de la clase presencial. Los participantes deben completar la capacitación en línea y asistir a la capacitación presencial completa, impartida por un instructor certificado. Esta capacitación incluye sesiones de habilidades, actividades y escenarios prácticos. Los participantes deben demostrar competencia y aprobar un examen final escrito en línea con una calificación mínima del 80%.

Curso completo presencial (FULL) = 5 horas presenciales (costo adicional de \$130)

Toda la información será presentada en persona por un instructor certificado y constará de múltiples exámenes escritos para garantizar que todos los participantes la hayan asimilado. Los participantes deben asistir a la capacitación presencial completa, impartida por un instructor certificado. Esta capacitación incluye sesiones de habilidades, actividades y escenarios prácticos. Los participantes deben demostrar competencia y aprobar un examen final escrito con una calificación mínima del 80%.

ELIGE UNO:

_____ BL-Capacitación en primeros auxilios/RCP/DEA para adultos y niños | individuos _____ Capacitación completa en primeros auxilios/RCP/DEA para adultos y niños | individuos _____ BL-RCP/DEA para rescatistas profesionales | Sin primeros auxilios | Equipos de 2 a 4 técnicos en emergencias médicas, enfermeras, bomberos, policías _____ RCP/DEA completa para rescatistas profesionales | Sin primeros auxilios | Equipos de 2 a 4 técnicos en emergencias médicas, enfermeras, bomberos, policías

Al completar con éxito el curso, cada participante recibirá una certificación de la Cruz Roja Americana por correo electrónico, que es válida por 2 años.

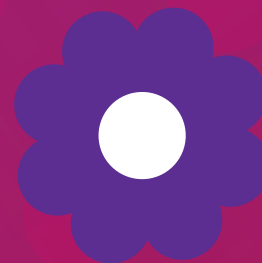
Honorarios

\$75 por persona para los primeros 5 participantes | \$65 por persona por cada participante adicional

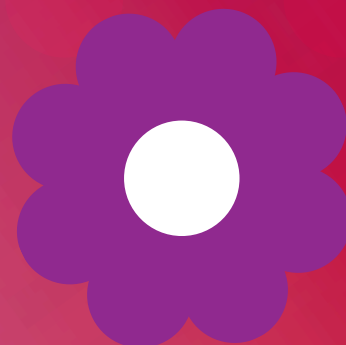
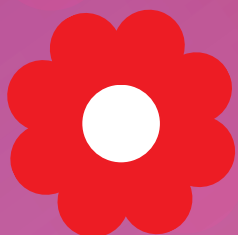
Mínimo de 5 participantes | Máximo de 12

Preguntas

Gertrude Suhajda, Directora de Deportes Acuáticos gertrude.suhajda@glymca.org | 262.248.6211 x22



PROGRAMACIÓN PRIMAVERA 2026
EQUIPO DE NATACIÓN
DE LOS PATOS





FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

PATOS

EQUIPO DE NATACIÓN COMPETITIVO



Nuestro equipo de natación familiar de la YMCA de Geneva Lakes es un club de natación competitivo de primer nivel, con sede en Lake Geneva, Wisconsin, que opera durante todo el año en USA Swimming y la YMCA. Nuestros entrenadores profesionales imparten instrucción técnica experta en un ambiente positivo para competidores desde principiantes hasta nivel nacional, provenientes de todo el sureste de Wisconsin y el norte de Illinois. Atiende a jóvenes y adultos.

¡Únete al equipo de natación YMCA Ducks en cualquier momento!

Evaluaciones del equipo de natación: martes 21 de abril de 2026
La sesión del curso de primavera comienza el lunes 27 de abril de 2026

Comuníquese con Michelle Upchurch, Directora de Natación Competitiva:
michelle.upchurch@glymca.org | 262.248.6211 x23



Patos moteados

Este grupo es para niños de 8 años o menos o para nadadores que se inician en la natación competitiva. El enfoque se centra en los fundamentos y la mecánica de la brazada. Los nadadores deben completar: 25 yardas de estilo libre con respiración rítmica, 25 yardas de espalda sin parar, 25 yardas de patada de aleteo (adelante y atrás con una tabla) y un clavado desde la orilla de la piscina. Deben ser capaces de aguantar una práctica de una hora. Un ambiente divertido con una introducción a la competición cuando estén listos.

Patos del lago

Este grupo es para los graduados de nuestro grupo Spotted, principalmente de 9 a 12 años o niños de élite de 8 años que han logrado al menos un tiempo de clasificación para la competencia estatal, que pueden nadar los cuatro estilos competitivos legalmente, hacer una inmersión desde el bloque de carreras y giros durante las prácticas y carreras.

Patos de madera

Este grupo es para nuestros nadadores de élite de 9 a 13 años que han logrado al menos un tiempo clasificatorio para una competencia estatal y están listos para un entrenamiento avanzado. Se centra en el dominio de la brazada, la resistencia, el establecimiento de metas y la preparación para las competencias de final de temporada y el siguiente nivel de entrenamiento.

Patos reales

Este grupo es para nuestros nadadores experimentados mayores de 13 años que se preparan para competiciones de élite. Las áreas de enfoque incluyen la preparación para la carrera, el establecimiento de objetivos, la resistencia, la técnica de brazada, las salidas, los virajes y la estrategia de carrera. Los nadadores **DEBEN** comprometerse a practicar diariamente dos horas y a competir al menos una vez al mes.

Más información:
GenevaLakesYMCA.org/ducks

YMCA FAMILIAR DE GENEVA LAKES | 203 S. Wells Street | Lake Geneva, WI 53147 | 262.248.6211
GenevaLakesYMCA.org



FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

PRIVADO **EQUIPO DE** **NATACIÓN** **ENTRENAMIENTO**



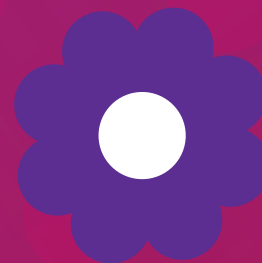
Nuestro equipo de entrenamiento de natación, certificado en EE. UU., dirige estas sesiones individuales, adaptadas a las necesidades y objetivos individuales de cada nadador. Ya sea para mejorar la mecánica de la brazada, mejorar las salidas y los giros, o desarrollar la resistencia para la competición, ¡lo tienen todo cubierto! Ideal para nadadores de competición y triatletas.

Cinco sesiones de 45 minutos.

Miembro: \$155. Comunidad: \$310.

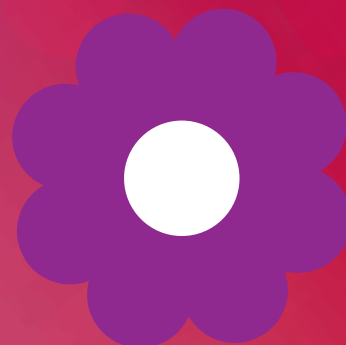
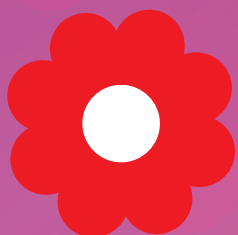
Si está interesado en obtener más información o programar sesiones, comuníquese con:

Directora de Natación Competitiva, Michelle Upchurch
michelle.upchurch@glymca.org | 262.248.6211 x23



PROGRAMACIÓN PRIMAVERA 2026

DEPORTES JUVENILES





FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

MIXTO CAÍDAS

Esta clase de volteretas se centra en el arte de las volteretas, que incluye habilidades básicas y fundamentos con un toque de gimnasia. Es una excelente manera de iniciarse en este deporte. ¡Esta clase es para niños de 3 a 12 años!

Siglos

Little Tykes: 3-5 años | Principiante: 6-12 años
Máximo 12 participantes.

Fechas y horarios

Primavera I: Jueves | 5/3-16/4
(No hay clases el 26/3)

Pequeños: 17:00-18:00 | Gimnasio Jaycees
Principiantes: 18:00-19:00 | Gimnasio Jaycees

Tarifa

Miembro: \$48 | Comunidad: \$96

Registro

En persona: Recepción

En línea: GenevaLakesYMCA.org

Llamada: 262.248.6211 | Aplicación móvil

Preguntas

Mike Coolidge, Director de Operaciones

Deportivas mike.coolidge@glymca.org

262.248.6211 x30



Fecha límite de inscripción:
Sábado 28 de febrero



FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY



CAMPAMENTO DE GOLF INFANTIL DE PRIMAVERA

Grand Geneva Resort Golf Club, Lake Geneva, Wisconsin

Dirigido por el equipo profesional de la PGA de Grand Geneva, el curso combinará diversión, fundamentos y desarrollo de la confianza. Los estudiantes trabajarán en su swing completo, chipping, putting y aprenderán la etiqueta y las reglas del golf en un entorno propicio y adaptado a su edad. Con una combinación de experiencias en el campo, instrucción en el campo de prácticas y juegos interactivos, los niños desarrollan habilidades reales mientras se divierten, y sientan las bases para disfrutar toda la vida.

Edades 8-13 | Campamento de golf limitado a solo 16 estudiantes.

Fechas y horarios | Programa de cinco semanas

De 4:00 p. m. a 5:30 p. m., martes 28 de abril al 26 de mayo. Punto de encuentro: Grand Geneva Pro Shop | 7036 Grand Geneva Way, Lake Geneva

Qué llevar

- Agua
- **Snack o dinero para el snack bar**
- Protector solar
- Palos de golf (si el participante no tiene ninguno, Grand Geneva Resort Golf Club tiene algunos que se pueden usar durante la clase sin costo)



Costo

\$249 por golfista (tenga en cuenta que no se emiten reembolsos ni créditos por clases perdidas)

Registro

Todos los participantes deben registrarse en el Geneva Lakes Family YMCA.

El pago total (\$249) se realizará el primer día del campamento en el Grand Geneva Resort Golf Club. Se aceptan efectivo, tarjetas de crédito y cheques. Los cheques pueden hacerse a nombre de Grand Geneva.

Registrarse por:

Código de escaneo

Llamada a YMCA Visite:

GenevaLakesYMCA.org



Preguntas

Mike Coolidge | Director de Operaciones Deportivas
262.248.6211 x 30 | mike.coolidge@glymca.org

Itinerario del programa

28 de abril – Presentación al personal y a los compañeros. Esta clase se centrará en los fundamentos de...

Etiqueta y habilidades fundamentales del golf. Los niños aprenderán los fundamentos del putting y el chipping, además de divertirse con juegos relacionados con cada habilidad.

5 de mayo: Los niños tendrán su primera oportunidad de visitar el campo de prácticas y aprender sobre el swing completo. Cubriremos todos los aspectos básicos de la preparación, las posiciones del swing y el equilibrio. Los niños aprenderán con las demostraciones, pero también tendrán la oportunidad de ejecutar muchos tiros por sí mismos.

12 de mayo – Experiencia de aprendizaje en el campo... Los niños aprenderán los fundamentos del golf en el campo. El trabajo en equipo y el desarrollo de habilidades serán los temas clave de la semana.

19 de mayo – Campeonato de Drive, Chip y Putt. Los niños podrán poner a prueba sus habilidades y demostrar todo lo aprendido en nuestro divertido desafío.

26 de mayo – ¡Día de Aprendizaje Wee-Nip! Una excelente manera de recompensar el esfuerzo y destacar las habilidades que los niños han adquirido durante las últimas semanas.



Y-TIME

¡Pasa el rato! ¡Juega duro! ¡Sé tú mismo!

Y-Time ofrece la combinación perfecta de diversión, amigos y juegos, todo en un solo lugar, solo para estudiantes de secundaria. Este es un programa extraescolar GRATUITO en la YMCA Familiar de Geneva Lakes, donde puedes escalar la pared de roca, lanzar canastas, probar el pickleball, explorar los juegos interactivos de LU, entrenar en nuestro gimnasio virtual o simplemente relajarte con wifi y refrigerios gratis. Y-Time tiene algo para todos.

Lunes, martes y jueves | 3-5:30 pm 5 de enero - 19 de marzo

Abierto a todas las escuelas, gratuito para todos los estudiantes de 6.º a 8.º grado (no es necesario ser miembro de la YMCA)

Las actividades pueden incluir: Muro de escalada, Estudio de fitness virtual, Nine Square, Zona de juegos interactiva LU, Pickleball, Baloncesto, Snacks, WIFI

Registro

En persona: Complete la información en la página siguiente y tráigala a la recepción de la YMCA En línea: GenevaLakesYMCA.org Llame al: 262.248.6211 | Aplicación móvil

Preguntas

Comuníquese con Mike Coolidge, Director de Operaciones Deportivas
262.248.6211x30 | mike.coolidge@glymca.org

Acondicionamiento juvenil

También está disponible de 16:00 a 18:00 los lunes y miércoles, con coste adicional. Escanee el código QR para obtener más información.



¡DESPUÉS DE LA ESCUELA TODO ESTÁ MEJORANDO!



GENEVA LAKES FAMILY YMCA

If you are not currently a YMCA member, please complete this Y-Time registration form and bring it with you on your first day and give it to our Front Desk staff.

Parent/Guardian					
First Name:		Last Name:		Date of Birth:	
Child					
First Name:		Last Name:		Date of Birth:	
Mailing Address			City	State	Zip
Email			Home Phone	Cell Phone	
Second Emergency Contact			Relationship	Phone	

WAIVER, RELEASE OF LIABILITY, AND CONSENT FORM

Please read carefully and sign at the bottom.

LIABILITY RELEASE

I UNDERSTAND THAT PARTICIPATION IN YMCA ACTIVITIES AND USE OF FACILITIES IS AT MY/OUR OWN RISK. I RELEASE THE YMCA, ITS STAFF, VOLUNTEERS, AND PARTNERS FROM ALL LIABILITY FOR INJURY OR DAMAGES.

ROCK WALL RELEASE

I ACKNOWLEDGE AND ACCEPT THE INHERENT RISKS OF ROCK CLIMBING, INCLUDING FALLS, EQUIPMENT FAILURE, STAFF OR PARTICIPANT ERROR, AND UNFORESEEN ACCIDENTS. I VOLUNTARILY ASSUME ALL RISKS, INCLUDING SERIOUS INJURY, PARALYSIS, OR DEATH, AND RELEASE AND AGREE TO HOLD HARMLESS THE GENEVA LAKES FAMILY YMCA, ITS STAFF, VOLUNTEERS, AND PARTNERS FROM ANY AND ALL LIABILITY.

PHOTO PERMISSION

I GIVE THE YMCA PERMISSION TO TAKE AND USE PHOTOS OF ME/MY CHILD FOR YMCA PURPOSES, INCLUDING PROMOTIONAL AND FUNDRAISING MATERIALS.

CONCUSSION & HEAD INJURY (WIS. STAT. §118.293) Detailed resource available at www.wiaawi.org

I UNDERSTAND CONCUSSIONS ARE SERIOUS BRAIN INJURIES. SYMPTOMS MAY APPEAR IMMEDIATELY OR LATER. A CHILD WITH A SUSPECTED CONCUSSION WILL NOT RETURN TO ACTIVITY UNTIL CLEARED BY A QUALIFIED HEALTHCARE PROVIDER.

SUDDEN CARDIAC ARREST (WIS. STAT. §118.2935) Detailed resource available at www.wiaawi.org

I UNDERSTAND THAT SCA IS RARE BUT LIFE-THREATENING. WARNING SIGNS INCLUDE FAINTING, CHEST PAIN, SHORTNESS OF BREATH, DIZZINESS, OR UNUSUAL FATIGUE. MY CHILD WILL STOP ACTIVITY IMMEDIATELY AND SEEK MEDICAL CARE IF SYMPTOMS APPEAR.

PARENT/GUARDIAN AGREEMENT

I HAVE READ, UNDERSTAND, AND AGREE TO THE ABOVE TERMS.

CHILD'S NAME: _____

PARENT/GUARDIAN NAME (PRINT): _____

PARENT/GUARDIAN SIGNATURE: _____ DATE: _____



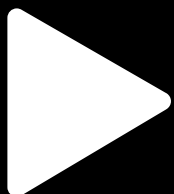
FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

JUVENTUD APTITUD FÍSICA



PROGRAMA DE FUERZA Y ACONDICIONAMIENTO

Estudiantes de secundaria y preparatoria... ¿buscan mejorar su fuerza, velocidad y agilidad? La entrenadora Angie impartirá sesiones los lunes y miércoles. Este programa es perfecto para todos los niveles de condición física. Ya seas principiante o atleta avanzado, este es el lugar ideal para que desarrolles las bases de un estilo de vida saludable y activo en un entorno propicio. Ofrecemos inscripciones en línea flexibles con tarifas fijas semanales o mensuales, así como tarifas diarias para adaptarnos a tus horarios. ¡Disponemos de ayuda financiera para quienes califiquen!



Acondicionamiento físico para jóvenes de secundaria y preparatoria
Lunes y/o miércoles | 4-6 pm Las personas pueden inscribirse para
sesiones de una hora en uno o ambos días Tarifas por sesión de una hora:
\$12 M | \$15 C | Descuentos ofrecidos para paquetes de sesiones ilimitadas

¡Viaje en autobús conveniente para los estudiantes de la Escuela Lake Geneva!
Comuníquese con la empresa de transporte en autobús, Dousman Transport Co.,
al 262-248-3289 para ver qué autobús para en el YMCA después de la escuela.

REGISTRO

LLAMADA: 262.248.6211 | EN LÍNEA:
GENEVALAKESYMCA.ORG EN PERSONA: RECEPCIÓN |
APLICACIÓN MÓVIL | ESCANEAR CÓDIGO QR

PREGUNTAS

CONTACTO: MELISSA MONGE, DIRECTORA DE
OPERACIONES DEL PROGRAMA
262.248.6211X17 | MELISSA.MONGE@GLYMCA.ORG





FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

VOLEIBOL MIXTO

Principiante e intermedio

¡Desarrolla el trabajo en equipo, las habilidades y el espíritu deportivo mientras disfrutas de la actividad física! Estos programas trabajarán en el desarrollo de habilidades fundamentales, como el saque, la colocación, los golpes, los pases, la rotación y las reglas del juego.

Voleibol para principiantes

Edades 8-13

Miércoles | 5-6 pm

Voleibol intermedio

Edades 9-14

Miércoles | 6-7 pm

Fechas y tarifa por sesión

Primavera I: 4/3-15/4 (No hay clases el 25/3) |

Miembro del Gimnasio Jaycees: \$48 | Comunidad:

\$96 *Máximo 15 por grupo de edad.

Fechas límite de inscripción:

Sábado 28 de febrero

Registro

En persona: Recepción En línea:

GenevaLakesYMCA.org Llamada: 262.248.6211 |

Aplicación móvil

Preguntas

Comuníquese con Mike Coolidge, Director de

Operaciones Deportivas 262.248.6211 x30 |

mike.coolidge@glymca.org





FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

CLUB DE ESCALADA

Esta clase activa se centra en los fundamentos de las técnicas de escalada. Los participantes aprenden comandos y reglas de escalada, practican boulder y escalan la pared a su propio ritmo. ¡No se necesita experiencia!

Siglos

8-12 (debe pesar 40 libras o más)

Fecha y hora

9-10 am Primavera I: Sábados | 7/3-18/4

*No hay clase el 28/3

Honorarios

Miembros: \$48 | Comunidad: \$96

Registro

En persona: Recepción | Teléfono: 262.248.6211

En línea: GenevaLakesYMCA.org | Aplicación móvil

Preguntas

Mike Coolidge | Director de

Operaciones Deportivas

262.248.6211 x 30 | mike.coolidge@glymca.org



Fecha límite de inscripción:
Sábado 28 de febrero
o hasta que el programa esté completo



FOR YOUTH DEVELOPMENT[®]
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

ESCALADA ABIERTA EN ROCKWALL

Ponte a prueba y ponte en forma en nuestro muro de escalada que cuenta con sistemas de autoaseguramiento y cuatro pistas que varían en dificultad.

¡Jóvenes y adultos son bienvenidos a explorar esta aventura de escalada!

HORARIO DE ESCALADA ABIERTO

Primavera I: 7/3-18/4*

***No hay subida abierta el 28/3**

Sábados | 10-11:30 am

Gimnasio Jaycee | Edades 8+ | Mínimo 40 libras

Pase diario gratuito para
miembros de la comunidad

**¡Reserva el Rock Wall
para tu próxima
fiesta de cumpleaños!**





FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

Artes marciales combinadas

Autodefensa

Esta clase de artes marciales combina karate, kickboxing, artes marciales filipinas, autoprotección con objetivo endurecido y otros estilos de defensa personal para crear un programa integral. La clase se impartirá como una clase de artes marciales moderna, con requisitos de rango y evaluaciones basadas en conocimientos y habilidades. A diferencia de las escuelas tradicionales, no se obligará a asistir a varias clases por semana ni se exigirán competencias para ascender. Nos reuniremos una vez por semana y se espera que los estudiantes practiquen lo aprendido durante la semana, cuando les sea más conveniente. Más importante que el progreso, nos centraremos en la confianza en uno mismo, el crecimiento personal y, por supuesto, la defensa personal.

Autodefensa (mayores de 7 años) Jueves | 6:45–7:45 pm

Sesiones de primavera

Primavera I | 5/3–14/4 | \$48 Miembro | \$96 Comunidad

**No hay clase el 26/3*

Primavera II | 23/4–4/6 | \$56 Socio | \$112 Comunidad

Personal y certificaciones

Ken Hansen | Cinturón Negro de 3.er Grado, Dragon Kenpo e Instructor Certificado de Hardened Target

Preguntas

Comuníquese con Mike Coolidge, Director de Operaciones Deportivas
262.248.6211x30 | mike.coolidge@glymca.org

Registro

En persona: Recepción En Línea: GenevaLakesYMCA.org Llamada: 262.248.6211 |
Aplicación móvil





DRAGON KENPO KARATE

FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

El Dragon Kenpo Karate es un arte marcial de defensa personal integral que se adapta a cada persona. Este programa se centra en los fundamentos de habilidades mentales y físicas que durarán toda la vida. La clase está diseñada para niños, adultos y familias; es una actividad fantástica para hacer en grupo. La información sobre cómo pedir uniformes y cinturones (con cargo adicional) se distribuirá en la clase el primer día.

Sesiones de primavera

Viernes | 6-7 pm | Edades 7+

Fechas y tarifas

Primavera I | 13/3-17/4 | Socio \$48 |

Comunidad \$96

*No hay clase el 27/3

Primavera II | 24/4-5/6 | Socio \$48 | Comunidad \$96

*No hay clase el 22/5

Personal y certificaciones

Jeff Hansen | Cinturón Negro de 4.º Grado,
Kenpo Dragón y Tai Chi Estilo Yang. Katelyn
James | Cinturón Negro, Kenpo Dragón.

Preguntas

Comuníquese con Mike Coolidge, Director de
Operaciones Deportivas

262.248.6211x30 | mike.coolidge@glymca.org

Registro

En persona: Recepción En línea:
GenevaLakesYMCA.org Llamada:
262.248.6211 | Aplicación móvil





FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY



EQUIPO DE ENSUEÑO



Esta emocionante liga mixta está diseñada para niños y adultos con necesidades especiales. Este programa presentará y enseñará los fundamentos del béisbol. ¡Los entrenamientos y partidos de práctica serán los lunes y miércoles en el Parque de Veteranos de Lake Geneva!

Días y horarios

Lunes y miércoles | 3-4:30 pm 22 de junio - 15 de julio Día de la Familia | 1 de julio | 9:30-11:30 am

Registro

En persona: Recepción | Teléfono: 262.248.6211 En línea: GenevaLakesYMCA.org | Aplicación móvil

Preguntas

John Swanson | 262.325.3600 Mike Coolidge | Director de Operaciones Deportivas | 262.248.6211 ext. 30 | mike.coolidge@glymca.org

Tarifa de inscripción

Residentes de Lake Geneva: \$23 No residentes: \$34

FECHA LÍMITE DE INSCRIPCIÓN:

Sábado 30 de mayo

**VOLUNTARIOS
NECESARIO**





FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

BATEO DE SWING BATEO

T-Ball, béisbol y sóftbol sin viajes

T-Ball mixto

El T-Ball de la YMCA está diseñado para enseñar las habilidades básicas a niños de 4 a 6 años que nunca han jugado y para mejorar las habilidades de quienes ya lo han hecho. Se centrará en las técnicas de lanzamiento, recepción, bateo y fildeo, las reglas y regulaciones del juego, el trabajo en equipo, la deportividad y el juego limpio para todos.

Fechas y horarios

Martes y jueves | 17:30 - 18:30 h | 2 de junio - 9 de julio | Parque de los Veteranos

Costo

Residentes de Lake Geneva: \$35 | No residentes: \$50

Béisbol y sóftbol sin viajes

Fechas

Béisbol de Ligas Menores (7-8 años): lunes y miércoles | 1 de junio - 15 de julio | Veterans Park.

Béisbol de Ligas Mayores (9-11 años): martes y jueves | 2 de junio - 16 de julio | Veterans Park.

Sóftbol de Ligas Junior (7-10 años): lunes y miércoles | 1 de junio - 15 de julio | Veterans Park.

Los horarios se determinarán

Costo

Residentes de Lake Geneva: \$46 | No residentes: \$60

Registro

En persona: Recepción | Llamar: 262.248.6211

Preguntas

Comuníquese con Mike Coolidge, Director de Operaciones
Deportivas 262.248.6211 x30 | mike.coolidge@glymca.org

La inscripción cierra después
de las fechas siguientes o
cuando el programa esté
completo:

Béisbol sábado 25 de abril

Softbol sábado 25 de abril

T-Ball sábado 9 de mayo



2026

INSCRIPCIÓN ABIERTA BÉISBOL Y SOFTBOL DE VIAJE

La YMCA familiar de Geneva Lakes, en asociación con la ciudad de Lake Geneva, se está preparando para los programas de viaje de béisbol masculino y softbol femenino de 2026 para 10U (3.er/4.o grado), 12U (5.o/6.o grado) y 14U (7.o/8.o grado).

La YMCA inscribe a estos equipos en la Liga Quad County, compuesta por equipos de Elkhorn, Whitewater, Palmyra, East Troy, Burlington, Williams Bay, Waterford, Mukwonago, Lakeland y más. Los partidos se juegan de mayo a julio. Este programa ofrece:

- Tarifas asequibles
- Torneo de la Liga del Condado Quad
- No hay partidos de temporada de fin de semana
- Los uniformes están incluidos en la tarifa y los jugadores pueden mantener al final de la temporada
- Calendario de partidos establecido (mayo-julio de 2026)
- Todos los partidos en casa se jugarán en Veterans Park, Lake Geneva
- Entrenamientos de invierno en las instalaciones deportivas de Lake Geneva y Badger High School
- Asistencia financiera disponible
- Se pueden agregar más torneos por una tarifa de equipo adicional.

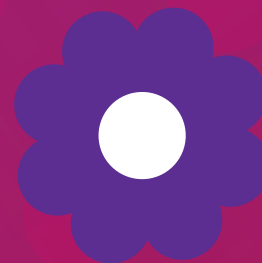
Inscripciones abiertas para:

Sóftbol de viaje para niñas sub-10 y sub-14 y béisbol de viaje para niños sub-14. Residentes de Lake Geneva: \$300 | No residentes: \$345

El equipo de béisbol de viaje para niños sub-10 y sub-12 y el equipo de sóftbol de viaje para niñas sub-12 están COMPLETOS.

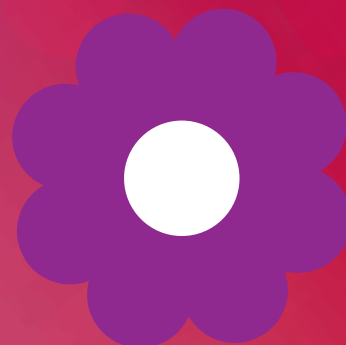
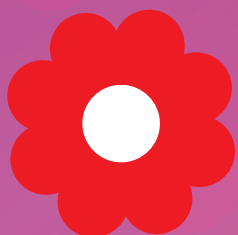
**Escanea el código QR o visita bit.ly/44J7jE1
GenevaLakesYMCA.org/deportesjuveniles**





PROGRAMACIÓN PRIMAVERA 2026

DEPORTES PARA ADULTOS





FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY



CLÍNICA DE GOLF PARA ADULTOS DE PRIMAVERA

Grand Geneva Resort Golf Club, Lake Geneva, Wisconsin

Esta clínica de golf será impartida por profesionales de la PGA en el Grand Geneva Resort Golf Club y está diseñada para enseñarle a disfrutar del golf. Se abordarán aspectos como el swing completo, el juego corto, las reglas y el trabajo en el campo. **Mayores de 18 años | Campamento de golf limitado a solo 16 estudiantes.**

Fechas y horarios | Programa de seis semanas

16:30-18:00 h | Jueves, 16 de abril - 21 de mayo. Punto de encuentro:
Grand Geneva Pro Shop | 7036 Grand Geneva Way, Lake Geneva

Costo

\$299 por golfista (tenga en cuenta que no se emiten reembolsos ni créditos por clases perdidas)



Registro

Todos los participantes deben registrarse en el Geneva Lakes Family YMCA.

El pago total (\$299) se realizará el primer día del campamento en el Grand Geneva Resort Golf Club. Se aceptan efectivo, tarjetas de crédito y cheques. Los cheques pueden hacerse a nombre de Grand Geneva.

Preguntas

Mike Coolidge | Director de Operaciones Deportivas | 262.248.6211 ext. 30 | mike.coolidge@glymca.org

Registrarse por:

Código de escaneo Llamada
a YMCA Visite:

GenevaLakesYMCA.org/adultsports



Itinerario del programa

16 de abril - Bienvenidos a Grand Geneva Golf. El grupo se presentará al personal y a sus compañeros en este día de inicio que destaca los fundamentos del golf. Las habilidades se centrarán en los fundamentos del putting y el chipping.

23 de abril: Los estudiantes recibirán entrenamiento en todos los fundamentos del swing que crean buenos swings de golf y luego tendrán la oportunidad de probar sus habilidades en el campo.

30 de abril: Juego de búnker y elementos esenciales para el swing completo.

7 de mayo - Día de campo en Highlands con entrenador. La clase tendrá la oportunidad de jugar varios hoyos en Highlands con sus compañeros y entrenadores. Los grupos se dividirán por nivel para crear el mejor ambiente de aprendizaje.

14 de mayo - Día del Campeonato de Drive, Chip y Putt. Una excelente manera de divertirse y demostrar las habilidades que los estudiantes han adquirido durante las últimas semanas.

21 de mayo - Final Wee-Nip, donde la clase tendrá la oportunidad de jugar en nuestro nuevo campo de golf. Los grupos se dividirán para que todos los participantes disfruten al máximo.



FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

HOMBRES ADULTOS SOFBOL

¡Agarra tus botas y guantes y a jugar! ¡Únete a la Liga de Sóftbol Masculino para una competencia amistosa! Todos los niveles son bienvenidos, así que reúne a todos tus amigos y formen sus propios equipos. ¡Es una excelente manera de mantenerse activo y divertirse!

Siglos

18+ años

Fechas y horarios

Viernes | 8 de mayo – 21 de agosto | 18:00–22:00 h | Parque de los Veteranos

Honorarios del equipo

Residentes de Lake Geneva: \$515 por equipo No residentes: \$593 por equipo No se permiten inscripciones individuales | Máximo 12 equipos

**LA INSCRIPCIÓN
CIERRA EL 2 DE MAYO**

Registro y preguntas

**Mike Coolidge, Director de Operaciones Deportivas
262.248.6211x30 | mike.coolidge@glymca.org**



FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

Artes marciales combinadas Autodefensa

Esta clase de artes marciales combina karate, kickboxing, artes marciales filipinas, autoprotección con objetivo endurecido y otros estilos de defensa personal para crear un programa integral. La clase se impartirá como una clase de artes marciales moderna, con requisitos de rango y evaluaciones basadas en conocimientos y habilidades. A diferencia de las escuelas tradicionales, no se obligará a asistir a varias clases por semana ni se exigirán competencias para ascender. Nos reuniremos una vez por semana y se espera que los estudiantes practiquen lo aprendido durante la semana, cuando les sea más conveniente. Más importante que el progreso, nos centraremos en la confianza en uno mismo, el crecimiento personal y, por supuesto, la defensa personal.

Autodefensa (mayores de 7 años) Jueves | 6:45–7:45 pm

Sesiones de primavera

Primavera I | 5/3–14/4 | \$48 Miembro | \$96 Comunidad

**No hay clase el 26/3*

Primavera II | 23/4–4/6 | \$56 Socio | \$112 Comunidad

Personal y certificaciones

Ken Hansen | Cinturón Negro de 3.er Grado, Dragon Kenpo e Instructor Certificado de Hardened Target

Preguntas

Comuníquese con Mike Coolidge, Director de Operaciones Deportivas
262.248.6211x30 | mike.coolidge@glymca.org

Registro

En persona: Recepción En Línea: GenevaLakesYMCA.org Llamada: 262.248.6211 |
Aplicación móvil





DRAGON KENPO KARATE

FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

El Dragon Kenpo Karate es un arte marcial de defensa personal integral que se adapta a cada persona. Este programa se centra en los fundamentos de habilidades mentales y físicas que durarán toda la vida. La clase está diseñada para niños, adultos y familias; es una actividad fantástica para hacer en grupo. La información sobre cómo pedir uniformes y cinturones (con cargo adicional) se distribuirá en la clase el primer día.

Sesiones de primavera

Viernes | 6-7 pm | Edades 7+

Fechas y tarifas

Primavera I | 13/3-17/4 | Socio \$48 |

Comunidad \$96

**No hay clase el 27/3*

Primavera II | 24/4-5/6 | Socio \$48 | Comunidad \$96

**No hay clase el 22/5*

Personal y certificaciones

**Jeff Hansen | Cinturón Negro de 4.º Grado,
Kenpo Dragón y Tai Chi Estilo Yang. Katelyn
James | Cinturón Negro, Kenpo Dragón.**

Preguntas

**Comuníquese con Mike Coolidge, Director de
Operaciones Deportivas**

262.248.6211x30 | mike.coolidge@glymca.org

Registro

**En persona: Recepción En línea:
GenevaLakesYMCA.org Llamada:
262.248.6211 | Aplicación móvil**





FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

TAI CHI

PARA ADULTOS PRINCIPIANTES

Una práctica de arte marcial interna que beneficia la salud y la meditación. Fluye con la forma Yang y disfruta del alivio del estrés, mejora el equilibrio, la consciencia mental, la relajación y una respiración más fluida con este programa de bajo impacto.

Siglos

Adultos | mayores de 18 años

Fechas, días y horas de primavera

Lunes | 6:15–7:15 pm

Primavera I: 16/3–13/4 Socios: \$40 | Comunidad: \$80

Primavera II: 20/4–1/6 (No hay clase el 25/5)

Socios: \$48 | Comunidad: \$96

Registro

En persona: Recepción | Teléfono: 262.248.6211

En línea: GenevaLakesYMCA.org | Aplicación móvil

Preguntas

Comuníquese con Mike Coolidge, Director de Operaciones Deportivas

262.248.6211x30 | mike.coolidge@glymca.org

Instructor

Jeff Hansen, Tai Chi estilo Yang



DISFRUTE DE ALGUNOS BENEFICIOS PARA LA SALUD A TRAVÉS DEL ARTE DEL TAI CHI



FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY



EQUIPO DE ENSUEÑO



Esta emocionante liga mixta está diseñada para niños y adultos con necesidades especiales. Este programa presentará y enseñará los fundamentos del béisbol. ¡Los entrenamientos y partidos de práctica serán los lunes y miércoles en el Parque de Veteranos de Lake Geneva!

Días y horarios

Lunes y miércoles | 3-4:30 pm 22 de junio - 15 de julio Día de la Familia | 1 de julio | 9:30-11:30 am

Registro

En persona: Recepción | Teléfono: 262.248.6211 En línea: GenevaLakesYMCA.org | Aplicación móvil

Preguntas

John Swanson | 262.325.3600 Mike Coolidge | Director de Operaciones Deportivas | 262.248.6211 ext. 30 | mike.coolidge@glymca.org

Tarifa de inscripción

Residentes de Lake Geneva: \$23 No residentes: \$34

FECHA LÍMITE DE INSCRIPCIÓN:

Sábado 30 de mayo

**VOLUNTARIOS
NECESARIO**





FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

HORARIO DE PICKLEBALL

**INTERIOR | GIMNASIO
PRIEBE**

Lunes a jueves
11 a. m. – 2 p. m.

Viernes
11 a. m. – 1 p. m.

Sábado
7 – 8:30 am

**Pickleball abierto
solo para
principiantes**

Lunes a viernes
10:30–11 am

No es necesario registrarse
¡Simplemente aparece y juega!

Miembros: Gratis | Comunidad: Pase diario

Abierto a mayores de 18 años



FOR YOUTH DEVELOPMENT®
FOR HEALTHY LIVING
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

PRIMAVERA 2026

PICKLEBALL LIGA

¡La próxima Liga de Pickleball ya está en marcha! Partidos todos contra todos "Inscríbete con tu pareja" los jueves por la noche. Solo dobles, equipos mixtos u opciones de hombres y mujeres. ¡Elige tu pareja! Cada jugador debe inscribirse individualmente. Máximo 12 equipos de dobles. Jugaremos dos partidos todos contra todos por noche y un torneo de liga al final.

Siglos

18+ | Solo para principiantes avanzados y jugadores intermedios

Fechas y hora

Primavera: Jueves | 5/3-16/4 | 5:30-8 pm
Gimnasio Priebe

Honorarios

Miembro: \$35 por persona Comunidad: \$47 por persona

Registro

En persona: Recepción | Teléfono: 262.248.6211
En línea: GenevaLakesYMCA.org | Aplicación móvil

Al registrarse, se le pedirá que incluya el nombre y apellido de su pareja.

Preguntas

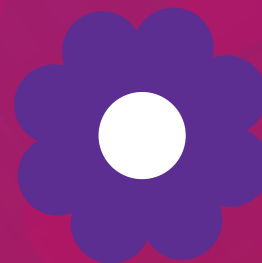
**Mike Coolidge | Director de Operaciones
Deportivas**

262.248.6211 x 30 mike.coolidge@glymca.org



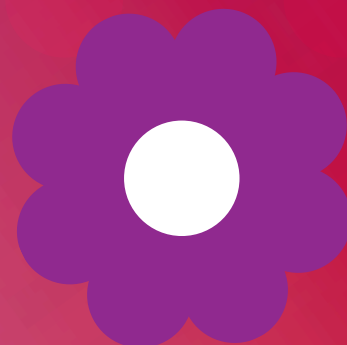
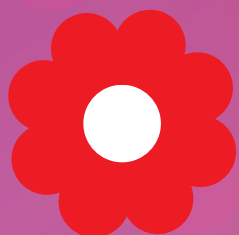
¡Date prisa, las plazas se llenan rápidamente!

FECHAS LÍMITE DE INSCRIPCIÓN
Primavera: sábado 28 de febrero



PROGRAMACIÓN PRIMAVERA 2026

AFILIACIÓN





MEMBRESÍAS CORPORATIVAS Y

YMCA FAMILIAR DE GINEBRA LAKES

¿Por qué la Y para una Membresía Corporativa?

La YMCA es líder en mejorar la calidad de vida y fomentar el desarrollo integral de personas, familias y comunidades más saludables. Al convertirse en Socio Corporativo de la YMCA, no solo se beneficiarán sus empleados, ¡sino también su empresa! Es un hecho que los empleados saludables son más productivos, tienen menos estrés y faltan menos al trabajo. Juntos, ofrecemos a sus empleados un incentivo financiero para que cuiden su salud. Además, ¡su empleado no paga una cuota de inscripción de \$0!

¡NO se requiere un número MÍNIMO de empleados!

TU INVIERTES

Porque te preocupas por tu equipo y su productividad mejora.

INVERTIMOS

Porque nuestra misión es fortalecer nuestra comunidad.

SUS EMPLEADOS

pagar la parte restante reducida de la cuota de membresía mensual, para que ellos también se sientan comprometidos con su salud y su comunidad.

PREGUNTAS

Contacto: Stephanie Leach Directora de Operaciones de Membresía steph.leach@glymca.org

BENEFICIOS DE LA MEMBRESÍA

La Y coincide al 50% hasta \$10/mes

- Clases de ejercicio grupal GRATUITAS en el lugar
- **FIT START gratuito con un entrenador personal**
- Centro Acuático | Piscina de 6 carriles y 25 yardas y piscina de actividades acuáticas templadas
- Cuidado de niños en el lugar mientras haces ejercicio
- Descuentos para miembros y registro prioritario
- Opción de acceso al Centro de Bienestar para Adultos 24/7
- ¡Un entorno positivo y de apoyo para ayudarle a alcanzar sus objetivos de bienestar!



MILITARY MEMBERSHIP PROGRAM



PERFECT FOR YOUR PHYSICAL, MENTAL & EMOTIONAL HEALTH

La YMCA familiar de Geneva Lakes se enorgullece de ofrecer un programa de membresía militar respaldado por una generosa subvención de The Jouris Family DAF.

This program offers a 50% savings off of monthly membership rates for military service members, veterans and family members living in the same household.

- Military personnel needs to be an active member on the membership account.
- El descuento no se aplica a la tarifa "Agregar adulto adicional" ni a servicios agregados.

Please call 262.248.6211 or stop by the YMCA Front Desk for more information.

Thank you for your service!