



SUMMER GUIDE 2023

INSCRIÇÕES INICIAM : SÁBADO, 1 DE ABRIL



WHAT'S THE Buzz?

Olá Famílias de Norwood, Gostaria de me apresentar. Meu nome é John Kinney e sou o novo Superintendente de Recreação. Atualmente moro em Medway. Estou Casado e feliz há quase 25 anos e tenho 4 filhos. Antes de vir para Norwood, trabalhei em Framingham por 27 anos administrando programas esportivos, programas de nataçao, escola infantil e todos os tipos de programas recreativos diferentes em minhas antigas instalaçoes. Agora, estando em Norwood, aprendi muito rapidamente como Norwood é uma comunidade próxima. Todos que conheci até agora foram fantásticos e me apoiaram. Nas últimas semanas tenho trabalhado duro para aprender tanto quanto posso sobre o Departamento de Recreação. Nós temos uma equipe maravilhosa e energética aqui no Centro Cívico. Não é difícil ver porque o Departamento tem sido tão bem sucedido. Eu tenho trabalhado muito de perto com cada membro da equipe aqui em novas ideias de programação, projetos e apoio em qualquer lugar

que eu possa ajudar. A medida que avançamos esperançosamente nos últimos dias do inverno, estamos nos preparando para uma fantástica temporada de programas e eventos na primavera. A Caça aos Ovos de Páscoa esta chegando, e estamos ansiosos para isso. Não há dúvida de que teremos uma ótima temporada, que rapidamente fará a transição para um verão emocionante, repleto de ótimos programas. Estou ansioso para ajudar com o Dia de Norwood. Eu ouvi grandes coisas sobre este evento muito popular. Estarei visitando o maior número possível de nossos eventos e programas para ver como eles funcionam, mas também para conhecer membros da nossa comunidade. Espero ver e conhecer os residentes de Norwood em nossos programas e eventos. Nós nos esforçamos para oferecer a melhor experiência que você pode ter. Vejo todos vocês em breve!

Sinceramente,
John Kinney - Superintendente de Recreação

DEPARTAMENTO RECREATIVO - DIRETÓRIO DE FUNCIONÁRIOS

John Kinney
Superintendent of Recreation
Jkinney@norwoodma.gov
Contact for: Civic Center, Norwood Day, Civic Bookings

Samuel White
Assistant Director
Swhite@norwoodma.gov
Contact for: After school programming, Vacation programming, Special Events, Adult Programs

Howard Weinstein
Recreation Administrator
Hweinstein@norwoodma.gov
Contact for: Field Use, Pools, Lifeguards

Allison Penza
Administrative Assistant
Apenza@norwoodma.gov

Mark Brown
Senior Custodian

MISSÃO RECREATIVA DE NORWOOD

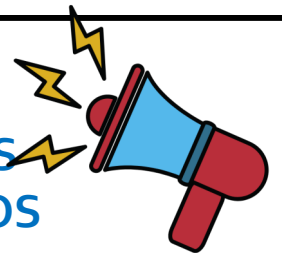
A declaração de missão do Departamento de Recreação de Norwood é fornecer uma variedade de programas, atividades e eventos que melhoram a qualidade de vida e promover o bem-estar físico, mental e social de cada indivíduo.



DEPARTAMENTO DE RECREAÇÃO DE NORWOOD É UM ORGULHO DO:

- National Recreation & Park Association
- Massachusetts Recreation & Park Association
- American Park & Recreation Association

RESERVAS DE CAMPOS ESPORTIVOS



Os grupos que solicitam o uso de um campo atlético devem preencher um Formulário de solicitação de campo.

Dúvidas sobre uso e disponibilidade de campo entre em contato com: Howard Weinstein em 781.762.046 ou e-mail hweinstein@norwoodma.gov

ÍNDICE



- 2-3 Saudações/Contatos
- 4 Informações de Registro
- 5-6 Informações de Instalações
- 7 Código de Conduta
- 8-9 Eventos Especiais
- 10-13 Informações de Inscrição
- 14-15 Colagem divertida de Verão!!
- 16-22 Programas de Verão
- 23 Programas para Adultos
- 24-25 Informações da Piscina
- 26-27 Aulas de Natação
- 26-29 Recursos Comunitários de Norwood
- 30 Parques, Campos e Comodidades
- 31 Dia de Norwood



Saiba mais sobre as próximas aulas, eventos especiais, cancelamentos e muito mais. Siga-nos na página do Facebook Departamento de Recreação de Norwood e receba informações atualizadas. Também estamos no Twitter e no Instagram!



CADASTRO

AS INSCRIÇÕES PARA TODOS OS PROGRAMAS DE VERÃO INICIAM
SÁBADO, 1 DE ABRIL



DATAS DAS SESSÕES

Verão 2023

26 de Junho à 11 de Agosto

*Exceto Segunda-feira 3/7 e Terça-feira 4/7
(Dia da Independência)



ENTRADA

Centro Civico
165 Nahatan Street
Norwood, MA 02062



ON-LINE

<https://norwoodma.myrec.com/info/default.aspx>

HORÁRIO DE ATENDIMENTO

Meados de Maio a meados de Setembro:

De Segunda à- Sexta-feira. 6:00-18:45
Sabádo e Domingo Fechado

FECHAMENTO DO CENTRO CÍVICO



TERÇA-FEIRA, 4/7
Dia da Independência



INFORMAÇÕES DE MATRÍCULA

PARTICIPAÇÃO DE NÃO RESIDENTE

Os não residentes podem participar de aulas designadas no Departamento de Recreação de Norwood pagando uma taxa adicional uma semana antes da aula com tarifas para não residentes.

CONFIRMAÇÃO DE CURSO

Não enviamos ou ligamos para confirmar inscrições. Considere sua inscrição aceita e apresente-se à sua classe, a menos que o departamento o notifique sobre o cancelamento. Você é responsável por participar dos programas nos quais se inscreveu. O departamento não fornece reembolso para quem não frequenta uma aula na qual está matriculado.

REGRAS DE FOTOGRAFIA

O Departamento reserva o direito de fotografar/filmar os participantes para fins publicitários. Sorria! Você só pode estar na Capa do Guia do Programa.

CONDIÇÕES DO TEMPO

Todas as aulas (diurnas e noturnas) serão canceladas quando as Escolas Públicas de Norwood estiverem fechadas ou com abertura atrasada, todos os programas começarão no horário programado regularmente a menos que você seja informado do contrário. No caso de precisarmos cancelar eventos noturnos ou de fim de semana, isso será listado em nosso site e uma mensagem deixada em Caixa postal.

TREINAMENTO DE BANHEIRO

As crianças devem ser treinadas para ir ao banheiro para assistir as aulas desacompanhadas de um adulto.

CLASSES COMPLETAS

Caso as classes fiquem lotadas, você pode ser colocado em uma lista de espera. Tentaremos oferecer vagas adicionais sempre que possível. As pessoas serão contactadas assim que abrir uma vaga e terão um prazo para comparecer e se inscrever pessoalmente.

CANCELAMENTOS

Serão feitas todas as tentativas para reagendar uma aula que foi cancelada devido o mau tempo, ausência do instrutor ou feriado. Não nos responsabilizamos por reposição de aulas perdidas por impossibilidade de comparecimento do participante, não havendo reembolso por falta de comparecimento.

DOENÇA

Seguimos os mesmos procedimentos do Sistema escolar. Favor manter seu filho em casa e sem febre por 24 horas para não adoecer outras pessoas!

CHEQUES DEVOLVIDOS

Há uma taxa de \$25 a pagar à cidade de Norwood para cheques devolvidos.

NOMES DUPLICADOS NAS CONTAS

Qualquer pessoa que crie um membro na conta para recolocá-lo em um programa que não seja apropriado para a idade resultará na remoção e nenhum reembolso.

REGRAS DE REEMBOLSO

Um formulário de solicitação de reembolso deve ser preenchido no Departamento de Recreação para concluir a solicitação, Consulte a regra abaixo:

REGRAS DE REEMBOLSO /CRÉDITO

	REEMBOLSO	CRÉDITO
Programas cancelados pelo Departamento de Recreação	Valor Total	Valor Total
Mudanças de recreação, horário, data e você não pode mais comparecer	Valor Total	Valor Total
Retirada antes de 3 semanas da data de início do programa	Reembolso e taxa 20%	Valor Total
Retirada menos de 3 semanas antes do início do programa	SEM REEMBOLSO	SEM CRÉDITO
Ausência médica - Necessário atestado Médico	Valor Total	Valor Total

INFORMAÇÃO DE USO DA INSTALAÇÃO

TAXAS DE ASSOCIAÇÃO

Somente residentes de Norwood

Documento de identidade com foto e comprovante de residência necessário no momento da compra.

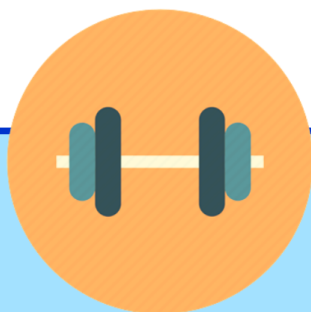
	ADULTO	FAMÍLIA
1 Mês	\$15.00	
3 Meses	\$40.00	
6 Meses	\$75.00	
1 Ano	\$145.00	\$200.00



A Recreação de Norwood oferece aulas de ginástica em parceria com o Vanderbilt Clube em Norwood. Para mais informações, entre em contato conosco em (781) 762-0466

A filiação familiar é definida como dois adultos com mais de 21 anos de idade e mais crianças que moram na casa com menos de 21 anos de idade.

Cada indivíduo receberá uma chave FOB. Cada vez que você entra na instalação, você deve passar o cartão no leitor de código de barras. Cartões perdidos resultam em uma taxa de substituição de US\$ 5.00 .



INTERESSADOS EM ENSINAR

AULAS DE GINÁSTICA?

Ligue para 781-762-0466 ou
E-mail Swhite@norwoodma.gov

TAXAS DIÁRIAS

Se você deseja usar as instalações, a área de ginástica ou as quadras de basquete, deve pagar uma taxa diária se não for associado .

Os FOBs do passe diário serão emitidos com identificação , foto e comprovante de residência. Se você recebeu um FOB e perdeu será cobrado o valor de \$5.00 para a emissão de um novo FOB.

Residentes de Norwood

Idosos (idade 62+)	Grátis
Militares Ativos	Grátis
Adultos	\$5.00
Universidade (com identidade)	\$2.00
Juvenil (Séries K-12)	

REGULAMENTO DE VESTUÁRIO/IDADE

Deve ter 16 anos de idade , a menos que seja supervisionado pelos pais/responsáveis, e estar vestido com traje de ginástica. Roupa de rua não é permitido.

HORÁRIO DE VERÃO

Meados de Maio a meados de Setembro:

Segunda a sexta-feira	6:00 as 18:45 hs
Sabádo	Fechado

Sem programação Terça –feira 4 de Julho



Saiba mais sobre as próximas aulas, eventos especiais, cancelamentos e mais. Siga-nos na página do Facebook do Departamento de Recreação de Norwood e receba informações atualizadas. Nos estamos também no Twitter e no Instagram!

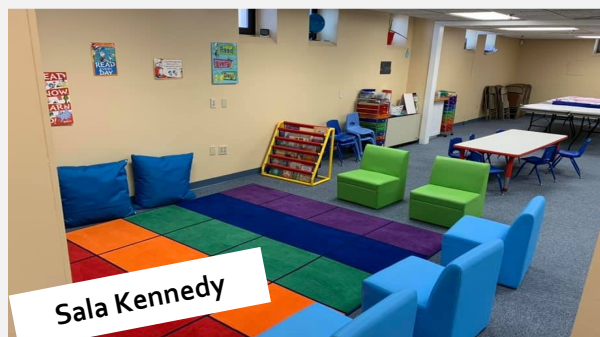


SALAS DO CENTRO CÍVICO

*Caso pretenda alugar uma sala para uma reunião, por favor preencha o formulário de Reserva *



Sala Lydon



Sala Kennedy



Sala de Pesos



Sala de Dança



Sala- de utilidades variadas



Ginásio



Sala de Artes



Sala Willet

CÓDIGO DE CONDUTA



Igualdade de Acesso: Nenhum participante deverá com base em raça, credo, nacionalidade ou deficiência, ter acesso negado a programas, atividades, serviços, benefícios, ou ser limitado no exercício de qualquer direito, privilégio, vantagem ou oportunidade.



Comportamento: Esperá-se que os participantes exibam comportamento apropriado em todos os momentos, as diretrizes a seguir foram desenvolvidas para tornar os programas do Departamento de Recreação seguros e agradáveis para todos os participantes. Regras adicionais podem ser desenvolvidas para programas específicos.



Os Participantes devem: Mostrar respeito a todos os participantes, voluntários e funcionários. Abster-se de linguagem abusiva. Abster-se de causar danos corporais a outros participantes, voluntários e/ou funcionários. Mostre respeito por todos os equipamentos, suprimentos e instalações.



Disciplina: Uma abordagem positiva será usada ao determinar a ação disciplinar. O Departamento de recreação de Norwood reserva-se o direito de dispensar um participante. Cada situação será avaliada por seu próprio mérito.



Expectativas: A cidade de Norwood proíbe o uso de álcool ou drogas enquanto estiver envolvido em programas da cidade ou nas dependências da cidade. Quem descumprir estará sujeito a medidas disciplinares, desde advertência até carta de desligamento.

PARQUE MURPHY

70 Lenox Ave.

Confira o nosso novo e aprimorado Parque Murphy!

Este parque é totalmente acessível ADA com uma base de almofada macia.



EVENTOS ESPECIAIS



CORRIDA DIVERTIDA 5K DE NORWOOD

Idades: TODAS

Escola Willett

Hora: 10:00

Corrida Divertida em Família

Sábado, 17 de Junho

Comece o seu verão com uma explosão de COR. Corra com seus amigos e familiares cobertos com variedades de cores diferentes! Este é um evento que você não vai querer perder!!

TAXA: \$30 por corredor antes de sábado, 3 de Junho, \$40 no dia da corrida



FILME EM FAMÍLIA

EVENTO GRATUÍTO!

Idades: TODAS

Gramado da frente da escola ao entardecer

Venha preparado com cadeiras, cobertores e um piquenique, jantar ou lanches e desfrutar de uma divertida noite de cinema em família sob estrelas. O filme será familiar e começará ao anoitecer. Estacionamento disponível na escola.

Quarta-feira, 12 de Junho

Quarta-feira, 16 de Agosto



EVENTOS SPECIAIS



NORWOOD JUNIORS CLUBE FEMININO INFANTIL SÉRIE DE CONCERTOS DE VERÃO

EVENTO GRATUÍTO!

Todos os concertos serão realizados no Town Common com um novo artista a cada semana!

Terças, 18:30 às 19:30

11 de Julho – Chris Abbate

18 de Julho– Stacy Lake

25/7 Matt Heaton

Datas de chuva -

8– 15 de Agosto



NOITE COMUNITÁRIA

Idades: Toda família

Taxa: \$20 por campista

Campo do Padre Mac: Sábado, 19 de Agosto 15:30-21:00 hs

Arrume suas barracas, travesseiros, sacos de dormir e curta uma noite sob as estrelas! Jogos em grupo, entretenimento, s'mores, caminhões de comida e muito mais!

Barracas não serão fornecidas



INFORMAÇÕES DE INSCRIÇÃO DO PROGRAMA DE VERÃO.



Todos os campistas devem ser registrados na quarta-feira antes do início de uma sessão, não aceitamos inscrições tardias!



Jr. Play
Gr. K-1



Play Camp
Gr. 2-5



Sr. Play
Gr. 6-8



UNIFIED
SUMMER
CAMP

INSCRIÇÃO: A inscrição on-line NÃO É uma inscrição completa . Se o formulário não for entregue ao Departamento de Rec até 26 de Maio, o campista não poderá participar e não receberá reembolso.

Documentação adicional : pacote de inscrição, exames físicos e vacinas devem ser enviados para o Norwood Recreation Online. O registro NÃO estará disponível após 2 de Junho. Você poderá se inscrever em nossos programas após 2 de Junho indo pessoalmente ao Dep. De Rec. de Norwood com o pacote de inscrição completo(contendo nº de Seguro de saúde), exame físico atual(2 anos de validade) e vacinas atualizadas. Prova de idade e série (matrícula do Kindergarten ou boletim escolar) e prova de residência PODERÁ ser exigida se seu filho não estiver registrado em nossos programas anteriormente.

CUIDADOS ESTENDIDOS: Registre-se com 24 hs de antecedência para Cuidados Estendidos qualificados. Se você não se registrar e se atrasar para a retirada, será cobrado de sua conta \$10 por criança pelo tempo adicional. Após o término dos cuidados prolongados, você será cobrado \$2 por minuto, e isso deve ser pago no Dep de Rec. antes que seu filho possa retornar.

REEMBOLSO/CRÉDITOS: Só serão concedidos se você cancelar com mais de três semanas de antecedência. Se você optar por cancelar, haverá uma taxa de processamento de 20% que será aplicada por sessão. Podemos transferir sua sessão com uma semana de antecedência, caso haja espaço disponível gratuitamente.

CANCELAMENTOS: Cada programa tem um número mínimo e máximo de vagas disponíveis. O mínimo deve ser cumprido 72 horas antes do início da sessão ou o programa será cancelado. Assim que atingir o máximo seu filho será aceito em uma lista de espera. Quer garantir os cuidados para o verão? Sugerimos que você se inscreva com antecedência!



**NOSSO MANUAL
ESTARÁ DISPONÍVEL
até 1 de April!**

PARTICIPAÇÃO DE NÃO- RESIDENTES:

Podem participar nas nossas aulas e colônias de férias não residentes. As inscrições estão abertas duas semanas antes do início da sessão para aqueles que não são residentes de Norwood para o Playcamp/ natação e aulas. Os não- residentes que desejarem participar do Playcamp serão cobrados mais por sessão do que a taxa de residentes. F.A.S.T Sports Clinic está aberta a não residentes no início da inscrição. Se alguém for encontrado usando um endereço que não seja o seu, infelizmente, quem sai perdendo é a criança. As crianças serão solicitadas a deixar o programa imediatamente e não serão reembolsados aqueles que usam endereços nos quais não reside permanentemente.

INFORMAÇÕES DE PROGRAMAS DE VERÃO



TODA DOCUMENTAÇÃO DEVE SER PREENCHIDA E ENTREGUE ATÉ SEXTA-FEIRA 26 DE MAIO!!

Jr. Play Gr. K-1

Iniciantes séries K-1

9:00hs-15:00hs.

As Crianças devem ser treinadas para ir ao banheiro e ser capazes de resistir o dia ao ar livre..

Taxa: Res: \$155.00 NR: \$165.00/ a sessão (2 semanas antes)

***Na Semana de 4 de Julho, a taxa será cobrada!**

Nenhum programa nos dias 3 e 4 de Julho!

Localização: Hawes Parque

Cuidado prolongado: 8:00hs-9:00hs, \$25 por semana

Entretenimento: Cada semana haverá um convidado especial, Jr. não participa de viagens de campo.



Play Camp Gr. 2-5

Iniciantes nas Séries 2-5

9:00hs-15:00hs

Taxa: Res: \$150.00 NR: \$160.00/a sessão (2 semanas antes)

***Na semana de 4 de julho, a taxa será de \$90.**

Nenhum programa nos dias 3 e 4 de Julho!

Local: Father Mac's

Cuidado prolongado: 8-9:00hs or 15-16:00hs, \$35 por semana

Passeios: Custo adicional , deve ser inscrito na semana de verão para participar de passeios. Inscreva-se online ou no Centro Cívico.



Sr. Play Gr. 6-8

Iniciantes Séries 6-8

9:00hs-15:00hs

Taxa: Res: \$175.00 NR: \$185.00/a sessão (2 semanas antes)

***Na semana de 4 de Julho, a taxa será de \$ 100.**

Nenhum programa nos dias 3 e 4 de Julho!

Local: Escola Balch , 2 passeios estão incluídos (Dependendo do Clima)

Atendimento prolongado: 8:00hs-9:00hs ou 15:00-16:00hs
\$35 por semana

Passeios: Todos os passeios serão obrigatórios. Se o Campista não quiser participar eles deverão ficar em casa neste dia.

INFORMAÇÕES DO PROGRAMA DE VERÃO NO PARQUE

PROGRAMA DE VERÃO UNIFICADO

Sessão 1: Julho 5 - Julho 13
Sessão 2: Julho 17 - Julho 27
Session 3: Julho 31 - Agosto 10
SEXTAS-FEIRAS NÃO HÁ PROGRAMA
2 SEMANAS DE SESSÃO
Horário: 8:30hs-13:30hs
Local: Coakley MS



O Programa de Desafiantes estará operando sob um novo título de Verão Unificado. O Unificado ESY atenderá alunos com deficiência de 5 a 22 anos que estão determinados a serem elegíveis para frequência através de seu Programa de Educação Individualizada (IEP). Uma característica marcante do programa será a oportunidade para os alunos acessarem suas necessidades de programação educacional especial enquanto participam de atividades recreativas conhecidas por ocorrerem nos programas de verão. Esta combinação de manutenção de habilidades e diversão de verão incluirá desenvolvimento de habilidades acadêmicas, serviços relacionados, natação diária, entretenimento, jogos, artes e artesanato e muito mais! Para obter informações, entre em contato com o Departamento de Serviços Estudantis das Escolas Públicas de Norwood pelo telefone: 781-440-5838.

INFORMAÇÕES DIÁRIAS PARA TODA A PROGRAMAÇÃO DO PARQUE

EQUIPE: Todos os monitores passam por um processo de orientação desafiador (inclui Primeiros Socorros e CPR) Cada monitor também é verificado anualmente pelo CORI.

ALMOÇO: Cada Campista é obrigado a trazer almoço e garrafa de água recarregável diariamente. Refrigeração não é fornecida. Se o almoço não estiver embalado os pais serão notificados.

PISCINAS: Os participantes terão acesso a uma piscina diariamente e devem planejar de acordo (se o tempo permitir), e devem levar trajes de banho, toalha e protetor solar todos os dias.

PASSEIOS E ENTRETENIMENTO: Cada programa fará um passeio de campo ou será visitado por um artista toda semana. ****O campista deve ir em todos os passeios ou ficar em casa nesse dia.**



INFORMAÇÕES DO PROGRAMA DO PARQUE NO VERÃO

TEMAS DO PROGRAMA



SESSÃO 1
JUNHO 26-30
NORWOOD
SPIRIT WEEK



SESSÃO 3
JULHO 10-14
SHARK WEEK



SESSION 4
JULY 17-21
CHARACTER
WEEK



SESSÃO 6
JULHO 31-AGOSTO 4
GAMESHOW
WEEK



SESSÃO 2
JULHO 5-7
PARTY IN
THE USA

=====
***NOTA:**
PROGRAMA
FECHADO
3 e 4 DE
JULHO



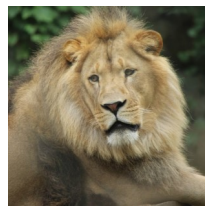
SESSÃO 5
JULHO 24-28
DECADES
WEEK



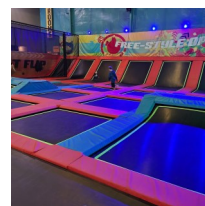
SESSION 7
AUG 7-11
COLOR WAR
WEEK

PASSEIOS

*Passeios sujeitos a alterações



SESSÃO 1
JUNHO 26-30
SOUTHWICK PARK ZOO



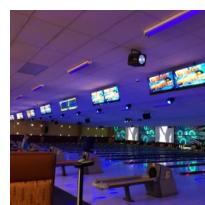
SESSÃO 2
JULHO 5-7
URBAN AIR



SESSÃO 3
JULHO 10-14
WATER WIZZ



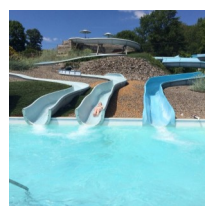
SESSÃO 4
JULHO 17-21
CINEMA, PATRIOTS PLACE



SESSÃO 5
JULHO 24-28
NORTH BOWL



SESSÃO 6
JULHO 31-AGOSTO 4
TREE TOP ADVENTURES



SESSÃO 7
AGOSTO 7-11
BREEZY ACRES



Siga-nos nas Redes Sociais!

DIVERSÃO INFINITA DE VERÃO!!



SUMMER



DIVERSÃO INFINITA DE VERÃO!!



VERÃO TOTS *para* IDADES 3-4

Mantenha seus pequenos ocupados neste verão. Este miniprofissional de verão é uma mistura de tot fitness, estórias e artesanato e também um convidado especial!

Uma ótima introdução para a pré escola. Instruído por Marie Kidd e Amy Creamer.

**Taxa: Res: \$125.00 por sessão/
NR: \$135.00 por sessão**

Sala Kennedy

Sem aula SEG. 3 de Julho e TERÇA 4 de Julho. A Taxa será de \$65 para primeira semana

Dia:	Hora:	Data:	Código:
Seg.-Qui.	9:00-12:00hs	5 a 6 de Julho	ST01
Seg.-Qui.	9:00-12:00hs	10 a 13 de Julho	ST02
Seg.-Qui.	9:00-12:00hs	17 a 20 de Julho	ST03
Seg.-Qui.	9:00-12:00hs	24 a 27 de Julho	ST04
Seg.-Qui.	9:00-12:00hs	31 Julho a 3 Agosto	ST05
Seg.-Qui.	9:00-12:00hs	7 a 10 de Agosto	ST06
Seg.-Qui.	9:00-12:00hs	14 a 17 de Agosto	ST07
Seg.-Qui.	9:00-12:00hs	21 a 24 de Agosto	ST08
Seg.-Qui.	9:00-12:00hs	28 a 31 de Agosto	ST09

MOVE & GROOVE *para* IDADES 3-6



MGo1/07

Sala Lydon

Deixe seu filho para uma tarde de música e movimento, aprendizagem pré-escolar e diversão com artesanato durante nossa sessão Move & groove! Esta aula fará com que seu filho se mova com a música, elaborando e continuando seu currículo com aprendizagem simples baseado em temas. Lanches sem nozes incluídos.

Instrutora Kathleen Hair.

Taxa: Res: \$70.00 /NR \$80.00 por sessão

Day:	Time:	Datas:	Código:
Seg.-Quar.	12:00-14:00hs	Julho 10-12	MGo1
Seg.-Quar.	12:00-14:00hs	Julho 17- 19	MGo2
Seg.-Quar.	12:00-2:00pm	Julho 31-Agosto 2	MGo3
Seg.-Quar.	12:00-14:00hs	Agosto 7-9	MGo4
Seg.-Quar.	12:00-14:00hs	Agosto 14-16	MGo5
Seg.-Quar.	12:00-14:00hs	Agosto 21-23	MGo6
Seg.-Quar.	12:00-14:00hs	Agosto 28- 30	MGo7

PROGRAMAS DE VERÃO

TIRO COM ARCO

Fazenda Pequitside , Canton

Equipe de arco e flexa certificado pelo USA Archer. Instrutores fornecem todo o equipamento necessário para que os participantes aprendam os fundamentos e encontrem sua nova paixão. Cada aluno recebe seu próprio arco, flechas e raia de tiro com espaçamento de 6' ou mais entre os outros. Não é necessário experiência. As aulas incluem segurança, técnica de habilidade, jogos de tiro e prêmio para o melhor jogador.

Idades: 10+

Taxa: \$155.00 Res / NR: \$165.00 por sessão

Sessão I:

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Dom.	3:00-16:00hs	Jul 9-30	ACo1

Sessão II:

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Dom.	3:00-16:00hs	Ago 6-27	ACo2

Mãos nos Eletrônicos

Série: 4-7

Aprenda os fundamentos da programação de computador. Começamos experimentando levar os fundamentos da eletrônica e dos circuitos, e avançamos para projetos onde nossa classe de jovens fabricantes projetará seus próprios dispositivos interativos e programáveis **Taxa: Res: \$180.00/ NR: \$185.00**

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Sex	9:00-12:00hs	Julho 24-28	CMo3



NHS YOUTH SOCCER DE MENINAS YSo1

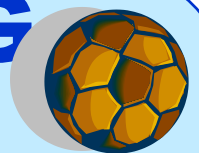
Série: Iniciante 2-8 Campo de grama NHS

Os atletas aprendem as habilidades básicas do jogo de futebol. As meninas aprenderão habilidades adequadas com os pés, técnicas de passe e muitas outras variedades de habilidades. Se concentrarão em habilidades individuais e exercícios em atividades de jogo. A clínica terminará com jogos divertidos e prêmios. Instrutora Kim Brincklow, treinadora do NHS Girls Varsity e de jogadoras atuais do Ensino médio. Cada jogador deve levar seu próprio equipamento, caneleiras, chuteiras, tênis, bola de futebol, água e lanche

Taxa: \$100.00 Res / NR: \$110.00

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Qua..	9:00-12:00hs	Julho 24-26	YSo1

ESPORTES MUSTANG



Esportes Mustang está de volta para o Verão! A cada semana, os participantes jogarão uma variedade de esportes diferentes a cada dia. É uma ótima maneira de os participantes aprenderem as regras de cada esporte, e melhorar suas habilidades e espírito esportivo

Basquete, beisebol, futebol, lacrosse, hóquei de chão, kickball, queimadas são alguns dos esportes que serão praticados durante a semana! Os participantes são incentivados a trazer suas próprias luvas de beisebol, tacos de lacrosse de hockey, mas não é obrigatório.

Prepare o seu lance e almoço e beba muita água.

Idade: 8 -12

Horário: 9:00-14:00hs

Dias: Segunda a Sexta

Localização: Escola Oldham— Em caso de mau tempo, o programa se mudará para a escola com embarque e desembarque na frente da escola.

Datas das Sessões:

Junho 26 - 30 MS01

Julho 24-28 MS02

Julho 31-Agosto 4th MS03

PROGRAMAS DE VERÃO

CLÍNICA DE GOLFE INICIANTE JUNIOR

Séries: 8-14

Norwood Country Clube



Aprenda os fundamentos do golfe: balanço, potuação, tacada, etiqueta e ritmo de jogo. A clínica inclui instrução do curso e um ambiente descontraído. Traga tênis e uma garrafa de água, protetor solar e repelente. Tacos

serão fornecidos se necessário. Instrutor John Resnick, Golf Pro Norwood CC.

Taxa: Res: \$165.00 / NR: \$175.00 por sessão

Dia:	Hora:	Data:	Código:
Seg-Sexta.	10-12:00 hs	Junho 26-29	BG01
Seg-Sexta.	10-12:00 hs	Julho 10-13	BG02
Seg-Sexta.	10-12:00 hs	Julho 17-20	BG03
Seg-Sexta.	10-12:00hs	Julho 24-27	BG04
Seg-Sexta.	10-12:00hs	Julho 31-Ag 3	BG05
Seg-Sexta.	10-12:00hs	Agosto 7-10	BG06
Seg-Sexta.	10-12:00hs	Agosto 14-17	BG07
Seg-Sexta.	10-12:00hs	Agosto 14-17	BG08
Seg-Sexta.	10-12:00hs	Agosto 21-24	BG09
Seg-Sexta.	10-12:00hs	Agosto 28-31	BG10

PROGRAMA DE PESCA

Série: 4+

A localização Varia

Aproveite o ar livre neste verão indo pescar! Esse programa



é para aventureiros que desejam passar um tempo ao ar livre ao longo das margens de nossos grandes lagos locais, pescando e aprendendo sobre o habitat pantanoso ao nosso redor. Os campistas pescarão

robalo, truta, peixe-lua, poleiro e outras espécies locais.

Talvez você pegue o maior peixe deste verão! Os campistas deverão trazer seu próprio almoço, lanches e bebidas, os equipamentos de pesca e iscas são fornecidos. Os campistas também podem trazer seu próprio equipamento. Aperte as Linhas!

Taxa: Res: \$160.00/NR: \$170.00 por sessão

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Sexta.	9:00-15:00hs	Julho 10-13	FC01
Seg.-Sexta.	9:00-15:00hs	Julho 17-20	FC02
Seg.-Sexta.	9:00-15:00hs	Julho 24-27	FC03
Seg.-Sexta.	9:00-15:00hs	Agosto 7-10	FC04

CLÍNICA DE HÓQUEI NORWOOD

FH01

Série: Iniciante 2-8

Campo de grama NHS



Os atletas aprendem habilidades fundamentais do jogo de hóquei em campo. Os primeiros 2 dias serão focados em habilidades e exercícios individuais e então terminamos a clínica com um dia de

competições, jogos divertidos e prêmios. Cada jogador deverá trazer o seu próprio equipamento, caneleiras, protetores bucais, taco, água e lanche. Instrutor Allison Penza e atuais/ex-jogadores do Ensino Médio. Serão entregues camisetas para cada participante ..

Taxa: Res: \$125.00 / NR: \$135.00

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Qua.	9:00-12:00hs	Julho 10-12	FH01

NÍVEL DE JOGO USANDO LEGO

LGo1

Idades: 8-12

Sala Willett



Venha e junte-se à nossa emocionante experiência de videogame "offline", onde damos um Descanso aos controladores e colocamos suas habilidades de construção à prova enquanto trazemos seus personagens favoritos do mundo virtual para o real.

Taxa: Res: \$140.00 / NR: \$150.00

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Sexta.	13:00-16:00hs	Julho 17-21	LGo1

F.A.S.T. ATLÉTICOS SPORTES MANIA

FA01

Idades: 7-12

Escola OI



Junte-se a nós neste verão para muita diversão com amigos e treinadores favoritos da F.A.S.T. Seu programa de Esportes Mania é semelhante ao seu esporte favorito e será aprimorado com jogos e torneios. As crianças vão se alongar, atirar bola na cesta, jogar bola, correr e participar de jogos emocionantes de mão na bola, pillo polo, futebol e queimada.

Taxa: *O programa também é oferecido das 9-12:00hs Jou das 9-15:00 * Seg- Sexta, 9-12:00 custo \$130 e de Seg-Sexta, 9-15:00 hs custo \$165.

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Sexta.	9:00-15:00hs	Julho 10-14	FA01
Seg.-Sexta.	9:00-15:00hs	Agosto 7-11	FA02

PROGRAMAS DE VERÃO



NOITES DE TÊNIS PARA CRIANÇAS KTN01 Idades: 7-12 Quadra de Tênis Ivatts

A Recreação de Norwood tem o prazer de oferecer Noites de tênis para crianças -Edição de Verão. Este programa visa ensinar crianças de nível iniciante/intermediário de 7 a 12 anos de idade. O objetivo deste programa é promover o amor pelo tênis, introduzindo jogos com objetivos divertidos e alcançáveis. À medida que o tenista progride do nível iniciante ao intermediário, mais técnicas serão introduzidas. Recomenda-se que os jogadores tenham suas próprias raquetes. No entanto, raquetes de empréstimo estarão disponíveis.

Taxa: Res: \$70.00 / NR: \$80.00

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Ter.	18:00– 19:30hs	Ag 1-Set 5	KTN01

NHS CAMPO DE VÔLEI JUVENIL VB01 Séries: 5-8 & Atletas Calouros Quadra NHS

Atletas aprenderão os fundamentos do vôlei e a essência do trabalho em equipe. A equipe de vôlei continua a se desenvolver como um programa e quer convidar amigos e familiares para se envolverem. Os objetivos da clínica incluem força de condicionamento e flexibilidade,

aprendendo conhecimentos específicos, obtendo uma compreensão básica de ataque e defesa, aprendendo habilidades fundamentais de antebraço e passes aéreos, ataque, bloqueio, escavação e saque. Traga camisetas, shorts, tênis/meias, joelheiras (se desejar) e garrafa de água. Instruído pelo treinador de vôlei do NHS, Paul Nimblett.

Taxa: Res: \$100.00 / NR: \$110.00

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Qua.	9:00-12:30hs	Agosto 14-16	VB01



F.A.S.T. MINI ATLETISMO Idades: 4-6

FA03/04
Escola Oldham



Este programa é uma combinação de jogos de aquecimento e esportes como futebol, kickball e t-ball. Isso ajudará as crianças a aprender o básico de todos esses ótimos jogos, além de ensiná-los a importância do trabalho em equipe! Cada classe

F.A.S.T. Atletismo terá novos e emocionantes jogos planejados para os alunos. .

Taxas: Res: \$140.00 / NR: \$150.00

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Sexta	9:00-12:00hs	Julho 17-21	FA03
Seg.-Sexta.	9:00-12:00hs	Agosto 14-18	FA04

PROGRAMA CHEERLEADING CH01 Séries: Iniciantes K-3 Escola Callahan



Aprenda torcidas e danças combinadas com artes e ofícios, bem como jogos. O programa termina com uma apresentação para amigos e familiares, inclui prêmios e um poema de alegria! Use tênis, leve lanche e garrafa de água

todos os dias .

Taxa: Res: \$60.00/NR: \$70.00

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Ter.-Qui.	9:30a- 11:30am	Junho 27-Junho 29	CH01

ACROBACIAS E SALTOS DE TORCIDA CH02 Séries: 2-8 NHS Ginásio

Venha para Norwood High School Varsity Youth Cheer para aprender acrobacias e técnicas de salto, danças e torcidas, tudo ensinado pelo esquadrão Norwood High School Varsity. Esta é uma ótima maneira para as líderes de torcida jovens aprenderem a torcer no Ensino médio, exercícios de salto e técnicas. As líderes de torcida do Ensino médio, juntamente com o treinador Buckman, ensinarão técnicas de acrobacias para bases,



saltos e pontos de trás/frente . Eles também ensinarão rotinas e danças coreografadas. Haverá jogos, prêmios e muita diversão. Use roupas esportivas, tênis, traga uma garrafa de água e protetor solar.

Camisetas incluídas !

Taxa: Res: \$125.00 / NR: \$135.00

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Qui.	9:00-13:00hs	Ag 7-11	CH02

PROGRAMAS DE VERÃO

CLÍNICA DE TÊNIS DA USTA QUADRA DE TÊNIS IVATTS

Liderado por um treinador de tênis provado USTA, o programa se concentrará no desenvolvimento das habilidades para sacar, reunir e jogar— por isso é perfeito para iniciantes. Assim que as habilidades estiverem disponíveis, os participantes jogarão partidas divertidas com outros jogadores. Este programa usa bolas de tênis modificadas, raquetes adequadas à idade e tamanhos de quadra e atividades divertidas e envolventes que ajudam os jogadores a aprender com sucesso e jogar rápido! Todos os jogadores em sua primeira sessão recebem uma raquete apropriada para a idade e uma bola de tênis!



Red Ball: Série 1-2
Orange Ball: Série 3-5
Green Ball: Série 6-8
Taxa por sessão:
Res: \$90.00/NR: \$100.00
Bola Vermelha- Sessões:

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Qui.	17:00-18:30hs	Julho 10-Julho 13	USo1
Seg.-Qui.	17:00-18:30hs	Julho 31-Agosto 3	USo2

Bola Laranja- Sessões:

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Qui.	17:00-18:30hs	Julho 17-Julho 21	USo3
Seg.-Qui.	17:00-18:30hs	Agost 7-Agosto 11	USo4

Bola Verde- Sessões:

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Qui.	17:00-18:30hs	Julho 24-Julho 27	USo5
Seg.-Qui.	17:00-18:30hs	Agosto 14-Agosto 17	USo6

EXPLORAÇÕES DE STEAM COM LEGO SEo1 Idades: 8-12 Sala Lydon

Domine suas habilidades de engenharia com Play-Well TEKnology e dezenas de milhares de peças LEGO®! Aplique conceitos do mundo real em física, engenharia e arquitetura por meio de projetos projetados por engenheiros. Os projetos são alternados para garantir que até mesmo os alunos que retornam tenham uma nova experiência, então junte-se a nós para projetar e construir como nunca e explorar suas ideias.

Taxa: Res: \$140.00/NR: \$150.00

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Sexta.	13:00-16:00hs	Junho 26-30	SEo1

USo1/06

OFICINAS DE ATENÇÃO

Séries: 1-4



Aprenda e pratique amor próprio, bondade, trabalho em equipe e mentalidade de crescimento. Por meio de contos, jogos cooperativos, movimento e arte, os participantes se divertirão enquanto exploram uma variedade de habilidades e atividades de atenção plena.

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Qua.	13:00-14:00hs	Julho 12-Agosto. 2	MK01

MWo1

Sala Willett

HISTÓRIA EM QUADRINHOS

Série: 1-5



As crianças aprenderão sobre características de design, balões de fala, linhas de movimento, efeitos sonoros, disposição do painel, escrever histórias e finalmente desenhar um quadrinho único, 3 painéis e 6 painéis próprios.

Instruído por Christine Chastanet.

Taxa: Res: \$45.00/NR: \$55.00 por sessão

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Ter. & Qui.	9:00-10:30hs	Julho 11 & 13	CB01
Ter. & Qui.	9:00-10:30hs	Julho 25 & 27	CB02
Ter. & Qui.	9:00-10:30hs	Agosto 1 & 3	CB03
Ter. & Qui.	9:00-10:30hs	Agosto 22 & 24	CB04

ALo1

Sala de Arte

AVENTURAS DE STEAM COM LEGOS ALo1

Séries: 5-7



Deixe sua imaginação correr solta com dezenas de milhares de peças LEGO®! Construa projetos projetados por engenheiros e use peças especiais para criar seus próprios designs exclusivos! Os projetos são alternados para garantir que os alunos novos e antigos possam explorar as infinitas possibilidades criativas do Sistema de construção LEGO®.

Taxa: Res: \$140.00/NR: \$150.00 por sessão

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Sexta.	9:00-12:00Hs	Junho 26-30	ALo1

PROGRAMAS DE VERÃO

FABRICANTES DE CIRCUÍTO 101

CMo1

Séries: 1-3

Sala Lydon



Vamos usar a criatividade com eletricidade! Nesta aula prática de eletrônica, os alunos ganharão experiência na criação de seus próprios eletrônicos; projetando cartões luminosos personalizados, jogos elétricos, labirintos e até instrumentos musicais. Cada dia de aula consiste em uma aula de circuitos e um projeto prático de eletrônica, usando componentes como luzes, campainhas, interruptores, motores e sensores. A equipe do Circuito garantirá que os participantes criem um projeto do qual possam se orgulhar. A maioria dos dias de aula inclui projeto para levar para casa.

Taxa: Res: \$180.00/ NR: \$185.00

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Sexta.	9:00-12:00hs	Julho 17-21	CMo1

NOITES DE PINTURA!

PNo1/03

Idades: 6+

Sala Willett



Materiais de arte serão fornecidos para criar sua própria obra-prima pessoal. Os participantes vão ouvir música, ser criativos e se divertir. Ao final da sessão, cada pintor terá sua própria pintura de 11" x 14" para guardar. Então pegue as telas e os pincéis e #Vamos pintar!

guardar. Então pegue as telas e os pincéis e #Vamos pintar!

Taxa: Res\$25.00/ NR: \$30.00

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.	18:00-19:00hs	Abril 10	PNo1
Seg.	18:00pm-19:00hs	Mai 8th	PNo2
Seg.	18:00pm-19:00hs	Junho 12th	PNo3

ARTE DA NATRUREZA

NAo1-03

Séries: 1-5

Sala de Arte



As crianças irão explorar a criação de arte usando flores, galhos, folhas, conchas e pedras. Exploraremos design-3D, esculturas, tapeçarias e muito mais.

Instruído por Christine Chastanet

Taxa: Res: \$45.00/NR: \$55.00 por sessão

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Ter. & Qui.	9:00-10:30hs	Julho 18 & 20	NAo1
Ter. & Qui.	9:00-10:30hs	Agosto 8 & 10	NAo2
Tues. & Thurs.	9:00-10:30hs	Agosto 15 & 17	NAo3

Dança de Verão

SDo1/02

Idades: 4-12 Estúdio de Dança Centro Cívico



Junte-se a nós para um programa de dança de uma semana com a Sra. Kathy e a Sra. Katie! Durante a semana, seu dançarino explorará 5 estilos diferentes de dança. Todas as manhãs, começaremos com um alongamento em grupo para nos aquecermos para a habilidade do dia e terminaremos com uma revisão. No final da semana, os dançarinos serão capazes de

identificar os principais conceitos de dança e demonstrar uma rotina. Este programa será apenas para desembarque. Por favor, trazer água e lanche. *Não é necessário experiência prévia de dança*

Taxa: Res: \$95.00/ NR: \$105.00

Sessão I : Idades 4-6

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Sexta.	9:00-12:00 hs	Julho 17-21	SDo1

Sessão II : Idades 7-12

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Sexta.	9:00-12:00hs	Agosto. 7-11	SDo2

COMANDANTES DE ROBÔS 101

CMo2

Séries: 2-3

Sala Lydon



Compreender como o software pode interagir com os robôs é uma habilidade fundamental para os trabalhos. Nesta aula oferecere-

mos diversas atividades ativas e lúdicas, onde os alunos aprendem sobre o que significa escrever, depurar e executar programas de computador que se comunicam com diferentes dispositivos robóticos. Usando o poder do código, os alunos transformarão robôs Sphero SPRK em Magic 8 Bolas, jogos Luz vermelha / Luz verde automatizados e o clássico arcade Pong – e Unruly Splats se tornarão nossas máquinas de votação, corridas de revezamento, jogos de adivinhação.

Taxa: Res: \$180.00/NR: \$185.00

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Sexta.	12:45-15:45hs	Julho 17-21	CMo2

PROGRAMAS DE VERÃO

MINITEATRO MUSICAL

Idades: 5-10

MMo1/02

Sala de Dança



Uma introdução ao mundo do teatro Musical. As crianças irão cantar, dançar e atuar para dar vida a uma história. As aulas serão dedicadas ao aprendizado de canções, danças e diálogos. As crianças

usarão fantasias e adereços (fornecidos pelo instructor) e farão uma apresentação informal no final da última aula. Funções apropriadas à idade serão atribuídas. Faça com que seu filho se vista confortavelmente todos os dias com sapatos leves e traga um lanche e uma garrafa de água para cada aula.

Taxa: Res: \$210.00/NR: \$215.00

Sessão 1:

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Sexta.	9:30-12:30hs	Julho 10-14	MMo1

Sessão 2:

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Sexta.	9:30-12:30hs	Julho 31-Agosto 4	MMo2

SÉRIE ANIMAL COM MASS AUDUBON AS01

Idades: 4-8

Sala Willett



Mass Audubon está de volta para este programa de verão uma vez por semana. Este programa

inclui observações de animais vivos e discussões interativas que honram as perguntas e observações dos alunos enquanto tecer conteúdo relevante de ciência e arte.

taxa: \$205.00

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Qua.	16:00-17:30hs	Agosto 2-23	AS01

INVENTORES DE APLICATIVOS

Séries: 4-7

CMo4

Sala Lydon



Neste curso sem experiência necessária, usamos o software MIT App Inventor para criar aplicativos divertidos e criativos para telefones e tablets Android. Os participantes aprenderão os aspectos de programação e design da criação de ótimos aplicativos e terão a oportunidade de criar aplicativos de seu próprio design com o suporte do Circuit Lab instrutores.

Taxa: Res: \$180.00/NR: \$185.00

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Sexta.	12:45-15:45hs	Julho 24-28	CMo4

MUITO LEGAL PARA CRIANÇAS

Séries: K-5

WC01-07

Sala Willett

O Muito Legal para Criança é especializado em programas de enriquecimento personalizado em ciências, engenharia, robótica e arte, Escolha uma ou mais das sete semanas temáticas e obtenha experiência prática enquanto aprende sobre seus assuntos favoritos.



WICKED COOL MED SCHOOL

Séries. K-5

Taxa: Res:\$280/ NR:\$290

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Sexta.	9:00-12:00hs	Junho 26- 30	WC01

LEGO BRICQ MOTION

Gr. K-5

Taxa: Res: \$250/ NR: \$260

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Sexta.	9:00-12:00hs	Julho 3-7	WC02

**NÃO TEM AULA JULHO 4th

DUNGEONS, DRAGONS & DISCOVERIES

Séries. 2-5

Taxa: Res: \$385/ NR: \$390

Dia :	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Sexta.	9:00-16:00hs	Julho 10- 14	WC03

MINECRAFT MANIA

Séries. K-5

Taxa: Res:\$385/ NR: \$390

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Sexta.	9:00-16:00hs	Julho 17- 21	WC04

MINECRAFT MASTERS

Séries. K-5

Taxa: Res:\$385/ NR: \$390

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Sexta.	9:00-16:00hs	Julho 24- 28	WC05

STEAM STUDIO

Gr. K-5

Taxa: Res:\$280/ NR: \$285

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Sexta.	9:00-12:00hs	Julho 31-Agosto 4	WC06

ROCKET SCIENCE

Séries. K-5

Taxa: Res:\$260/ NR: \$270

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Seg.-Sexta.	9:00-12:00hs	Agosto 7- 11	WC07

PROGRAMAS DE ADULTO

CLUBE DE ALMA GÊMEA

Idades: 18+

Corra com a maratonista de vários estados, Carmen Robles, que acredita que todos os níveis e habilidades podem correr! Múltiplas trilhas e corridas de Ragnar concluídas: WI, WA e MI. Maratonas incluem: Chicago, Honolulu e Disney! A 1ª sessão da semana será focada em corridas curtas, condicionamento! A 2ª sessão da semana se concentra em corridas de longa distância. Todos os níveis e habilidades são bem-vindos e cada sessão pode ser voltada para o seu objetivo de corrida. O local da 1ª reunião será no Norwood Centro Cívico.

Taxa: Res: \$325.00/ NR: \$335.00

Dia:	Hora:	Datas:	Código
Ter & Sexta.	18:00 – 19:00 hs	Junho 6-Ag 31	SM01

SM01

Centro Cívico



CLINICA DE GOLFE FEMININA

Idades: 18+

Aprenda os fundamentos do golfe: tacada, balanço, pontuação, etiqueta e ritmo de jogo. A clínica inclui instrução do curso em um ambiente descontraído. Tacos são fornecidos, se necessário. Por favor, traga tênis e uma garrafa de água, protetor solar e repelente são recomendados. Intruído por John Resnick, Golf Pro Norwood Country Clube

Taxa: Res: \$170.00/ NR: \$180.00

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Qua.	17:30-18:30	Junho 7– 28	BL01
Qui.	17:30-18:30	Junho 1– 22	BL02

Bo1/02

Norwood Country Clube

karuna

Wellness Studio

NUTRITION • CULINARY • MOVEMENT

AQUA ZUMBA

Idades: 18+

Aqua Zumba combina a filosofia da Zumba com a resistência à água e faz uma festa na piscina que você não deve perder! É perfeito para quem quer se destacar adicionando um exercício aquático de baixo impacto e alta energia. Há menos impacto nas articulações durante uma aula de Aqua Zumba, então você pode realmente se soltar. A água cria resistência natural, o que significa que cada passo é mais desafiador e ajuda a tonificar os músculos.

Taxa: Res: \$20.00/NR: \$25.00 por aula

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Dom.	11:00-12:00hs	Julho 9	AZ01
Dom.	11:00-12:00hs	Julho 16	AZ02
Dom.	11:00-12:00hs	Julho 23	AZ03
Dom.	11:00-12:00hs	Julho 30	AZ04
Dom.	11:00a-12:00hs	Agosto 6	AZ05

AZ01/05

Piscina Father Mac's



AQUA AERÓBICA

Idades: 18+

Aqua Aerobica é uma atividade divertida e de alta intensidade com treino de água de baixo impacto e que combina cardio, core, balanço e treinamento de força. Esta classe inclui condição cardiovascular e muscular usando equipamentos de água, como macarrão e bóias aquáticas. A hidroginástica melhora a flexibilidade, fortalece os músculos, melhora o equilíbrio e a coordenação.

Taxa: Res: \$20.00/NR: \$25.00 por aula

Dia:	Hora:	Datas:	Código:
Qua.	19:00-20:00hs	Julho 5	AA01
Qua.	19:00-20:00hs	Julho 12	AA02
Qua.	19:00-20:00hs	Julho 19	AA03
Qua.	19:00-20:00hs	Julho 26	AA04
Qua.	19:00-20:00hs	Agosto 2	AA05
Qua.	19:00-20:00hs	Agosto 9	AA06

AA01/06

Piscina Father Mac's

INFORMAÇÕES DA PISCINA

ABERTURA DAS PISCINAS SÁBADO 24 DE JUNHO

AMBAS PISCINAS PUBLICAS SERÃO ABERTAS

A programação da piscina está sujeita a alterações, a equipe publicará e anunciará as alterações assim que possível. Programas aquáticos adicionais podem acontecer durante certas horas, mas o espaço ainda será reservado para natação geral. Piscina Hawes fechará durante as competições, a programação será publicada no quadro de avisos da Hawes no nosso site em www.norwoodma.gov.

PISCINA FATHER MAC'S
295 Vernon Street. Esquina da Vernon Street com a Hawthorne Street. Por favor evite estacionar na rua.

PISCINA HAWES
1305 Washington Street
Adjacente à Escola Secundária Coakley

REGRAS DE SEGURANÇA

- Os visitantes devem usar trajes de banho adequados e ter um passe de piscina atual consigo o tempo todo. Os passes de um dia podem ser adquiridos no Centro Civico e nas piscinas.
- *Alimentos, bebidas, carrinhos e cadeiras não são permitidos na área da piscina.*
- Todos os clientes devem tomar banho antes de nadar na piscina.
- *Andar; não corra dentro e ao redor das instalações.*
- Cuspir, espeirrar ou assoar o nariz na piscina é estritamente proibido.
- *Práticas perigosas são proibidas: não correr nos decks;escalar, sentar ou pular de cercas;mergulhe na parte rasa , puxar ou saltar desnecessariamente. Os clientes envolvidos nessas atividades podem ser convidados a se retirar pelos salva-vidas*
- *Linguagem abusiva não será tolerada.*
- Fumar ou usar drogas não é permitido na propriedade (isso inclui vaping).
- O departamento de Recreação de Norwood proibe o uso de dispositivos de flutuação. Somente itens rotulados "Certificados pelo US Coast Guard" podem ser permitidos na área da piscina.
- *Crianças que não são treinadas no banheiro e com menos de 4 anos só poderão entrar na piscina se usarem uma fralda de maiô. Fraldas de pano ou descartáveis não são aceitas.*
- Pessoas com cortes abertos, feridas, curativos, resfriados, tosse ou doenças transmissíveis não são permitidas na piscina.
- **Nadadores com menos de 12 anos devem estar acompanhados por um adulto. Menores de 6 anos devem ter um adulto presente dentro da piscina.**
- Os procedimentos de emergência devem ser observados.Os nadadores devem deixar a área da piscina imediatamente após o sinal ou solicitação do salva-vidas de plantão.
- ***A equipe de recreação reserve o direito de pedir a qualquer pessoa que saia por não seguir regras .***
- Spray Park: Crianças com mais de 5 anos não são permitidas no Spray Park.Todas as crianças devem estar sempre acompanhadas por um adulto na área do Spray Park.

CONTINUAÇÃO DA INFORMAÇÃO DA PISCINA



OPENING DAY

Mal Podemos esperar pelo dia da inauguração e sabemos que você também não! Venha a uma das nossas piscinas e de um mergulho para descansar no verão de 2023!

Data: Sábado, 24 de Junho Horário: 12:00-16:00

Local: Piscina Hawes & Piscina FM

TREINAMENTO DE SALVA VIDAS

Idade: 15+

Piscina Hawes

Este curso ensinará aos candidatos a salva-vidas as habilidades e reconhecimentos necessários para prevenir e responder a emergências aquáticas. O instructor certificado prepara os candidatos para reconhecer e responder de forma rápida e eficaz à emergências e evitar afogamento e lesões, e fornecerá a você um cronograma de atividades. Observe que, em alguns dias, você ficará até mais tarde para concluir o conteúdo do curso. Confira a programação para as datas e mais informações.

Lifeguard



Training

19 a 23 de Junho (as datas de chuva serão na semana seguinte) **Horário:** 16-20:00hs **Res:** \$250.00 **NR:** \$270.00

Instructed by Certified Lifeguard Instructor

* E obrigatório ser capaz de nadar 457 metros

PISCINAS

Adquira seus passes da piscina com mais de um mês de antecedência para se divertir ao sol neste verão. Cada passe lhe dará acesso às nossas duas piscinas e parque de pulverização!

Date: Segunda-feira, 1 de Maio

POOL SCHEDULE

TIME	ACTIVITY	POOL	DAYS
9:00am-12:00pm	Youth Swim Lessons	FM	Mon.-Fri.
9:00am-11:15am	Youth Swim Lessons	Hawes	Mon.-Fri.
11:25am-1:00pm	Camp Swim Times	Hawes	Mon.-Fri.
12:00pm-3:00pm	Camp Swim Times	FM	Mon-Fri
1:00pm-6:00pm	General Swim/ Playcamp	FM	Mon.-Fri.
6:00pm-7:00pm	Adult Swim Lessons/ Lap Swim	FM	Mon.-Thu.
1:00pm-7:00pm	General Swim	Hawes	Mon.-Fri.
12:00pm-7:00pm	General Swim	Hawes & FM	Weekends

Hawes fecha às terças-feiras às 17hs para reuniões.

TAXAS DE ASSOCIAÇÃO (Somente Residentes)


Idosos (Idades 62+)	\$15.00
Adulto ou Crianças	\$35.00
Família de um Adulto	\$100.00
Família de dois Adultos	\$120.00
Passe de um dia-Residente	\$5.00
Passe de um dia - Não-Residente	- \$10.00

Para passes familiares todos devem residir juntos

Passes diários adquirir nas piscinas e Centro Cívico

- Os passes diários so podem ser adquiridos no dia seguinte. Não Podemos garantir disponibilidade para passes diários., pois há quantidade limitada.
- Os passes para Piscina Hawes inclui o Spray Parque.
- Crianças e adultos precisam de FOBS ou passes diários para entrada na área da piscina
- Passes da temporada de piscina FOBS - \$5 para substituir o FOB perdido.
- Os Não-Residentes só podem adquirir passes diários.

AULAS DE NATAÇÃO

 *Antes de se matricular em qualquer aula de natação, certifique-se de ler a descrição da aula de natação cuidadosamente para ajudá-lo a colocar seu filho adequadamente em um programa
* Apenas o mesmo nível pode ser obtido por verão.

Pré Escola: (3 a 5 anos normalmente): As aulas de natação pré-escolares servem como uma introdução à segurança na água. Aprenderão como se manter segura perto de corpos d'água; esperando por adultos, entrando lentamente na água, diferentes profundidades de água etc.

Nível 1: Envolve um curso introdutório que visa capacitar as crianças a serem confiantes e seguras na água. Este nível é o trampolim para os futuros Níveis de natação da Cruz Vermelha Americana. Neste nível, as crianças terão instrutores para ajudá-las a adquirir habilidades independentes, juntamente com bóias salva-vidas, traseiras e dianteiras. Passar o nível 1 é um requisito para passar para o nível superior. O domínio de bóias salva-vidas é necessário para sair das aulas de natação de nível 1.

Nível 2: Concentra-se fortemente nas habilidades fundamentais de natação. Os instrutores auxiliam as crianças na formação de técnicas e habilidades que fortalecem suas habilidades de natação, ao mesmo tempo em que dependem fortemente da segurança na água. Estilo livre e costas são os principais pontos focais deste nível. No nível 2, as crianças nadam a largura da piscina de forma independente.

Nível 3: Capacitar as crianças à aumentar sua resistência em água. As crianças trabalharão no aperfeiçoamento de suas técnicas permitindo que desenvolvam sua resistência enquanto melhoram suas habilidades. Peito e borboleta são introduzidos com mais frequência neste nível.

Nível 4: Permite que as crianças continuem trabalhando para melhorar seu(s) nado(s) enquanto ganham resistência contínua. Neste nível, as crianças também começarão a adicionar habilidades aquáticas adicionais, como mergulho.

Nível 5: Começa a concentrar-se no aperfeiçoamento de técnicas para nados individuais. Ao focar fortemente na técnica, as crianças tornam-se capacitadas a serem nadadoras mais eficientes. Ao adicionar técnicas adicionais, as crianças poderão aumentar a distância em que são capazes de nadar.

Nível 6: Unindo todas as habilidades e técnicas aprendidas nas aulas anteriores. As crianças começam a cobrir distâncias maiores e incorporam natação cronometrada durante o tempo de aula. O objetivo final do nível 6 é fazer com que as crianças nadem com facilidade em natação de longa distância. O domínio das aulas de nível 6 é um requisito para aqueles que desejam se tornar salva-vidas ou instrutores de segurança aquática.

LIÇÕES DE NATAÇÃO

APRENDER A NADAR

O programa Aprenda a Nadar é dividido em seis níveis de curso. Os participantes devem demonstrar com sucesso cada habilidade para completar cada nível. Você pode se registrar para um nível a cada verão antes de **31 de Maio**.

Se você passar de nível, poderá continuar no mesmo nível para praticar habilidades, se o espaço permitir. Você deve ficar em um nível por temporada de verão.

AULAS DE NATAÇÃO PARA ADULTO

O NRD está animado para oferecer aulas de natação para adultos! Todas as habilidades são bem-vindas.

Local: FM Pool **Taxa:** \$10 por sessão

Sessões: Sessão 1: Junho 26-Julho 7

Sessão 2: Julho 10-Julho 21

Sessão 3: Julho 24-Agosto 4

Dias: Segundas e Quartas-feiras

Hora: 18:00-19:00 hs

A natação de adulto será realizada na Piscina FM de Seg à Qui. das 18-19 hs

HORÁRIO DAS AULAS DE NATAÇÃO

***TODAS AS AULAS CUSTAM \$45 POR SESSÃO DE 40 MINUTOS DE INSTRUÇÃO (SOMENTE RESIDENTES)**

Sessão 1: Jun 26-Julho 7 ****Não tem classe 4 julho****

Sessão 2: Julho 10-Julho 21

Sessão 3: Julho 24-Agosto 4

Taxa: \$45 por sessão (40 min com instrutor)

Os pais não são permitidos na área de natação, mas podem assistir por trás da cerca ao redor. As aulas acontecem, faça chuva ou faça sol, e só são canceladas por causa de trovões ou relâmpagos. **Desculpe , não há aula de reposição.**

Sessão 1: Junho 26—Julho 7

Hora: 9:00-9:40hs

Hora: 9:45-10:25hs

Hora: 10:30-11:10hs

Hora: 11:15-11:55hs

Piscina Hawes

Pre-K, Nível 1

Pre-K, Nível 1

Nível 2, Nível 3

Piscina Father Mac's

Pre-K, Nível 1

Nível 1, Pre-K

Nível 2, Nível 3

Nível 2, Nível 5/6

Sessão 2: Julho 10-Julho 21

Hora: 9:00-9:40hs

Hora: 9:45-10:25hs

Hora: 10:30-11:10hs

Hora: 11:15-11:55hs

Piscina Hawes

Pre-K, Nível 1

Nível 1, Nível 2

Nível 3, Nível 4

Piscina Father Mac's

Pre-K, Nível 1

Nível 1, Nível 2

Nível 3, Nível 4

Nível 3, Nível 5/6

Sessão 3: Julho 24-Agosto 4

Hora: 9:00-9:40hs

Hora: 9:45-10:25hs

Hora: 10:30-11:10hs

Hora: 11:15-11:55hs

Piscina Hawes

Pre-K, Nível 1

Pre-K, Nível 1

Nível 2, Nível 3

Piscina Father Mac's

Pre-K, Nível 1

Pre-K, Nível 1

Nível 2, Nível 3

Nível 4, Nível 5/6

Programa de Condicionamento de Natação de Verão NHS

Atenção todos os nadadores do Ensino fundamental e médio! A equipe de Natação do NHS está realizando um programa de condicionamento para trabalhar técnicas de braçada e resistência. Todos os nadadores experientes ingressando da 6ª à 12ª séries são bem-vindos a participar .

Idades 11-18 (devem estar em transição para a 6ª série)

Sessão I: Segunda, Agosto 14—Sexta, Agosto 18

Sessão II: Segunda, Agosto 21—Sexta, Agosto 25

Hora: 8:00-9:00hs

Local: Piscina Hawes

Taxa: \$40

EQUIPE STINGRAYS

Coordenado pelo Norwood Áquatico Clube. As Stingrays se reúnem às Terças-feiras durante o verão na Piscina Hawes. Observe que a piscina fechará às 17 hs nesses dias. **Para registrar visite:** www.norwoodstingrays.com

CONTATOS DA COMUNIDADE DE NORWOOD

CÂMARA DE COMÉRCIO

denise@nvcc.com
781-769-1126

CÍRCULO DA ESPERANÇA

www.norwoodcoh.org
Lee Kennedy: 781-762-3549

ESCOTEIROS

(meninos séries 6-12)

www.scouting.org
781-828-8360

ESCOTEIRAS

norwoodgirlscouts
@gmail.com
Lisa Silleti: 781-762-6582

ALIMENTAÇÃO

norwoodpantry@gmail.com
www.norwoodpantry.org
Deb Devine: 781-291-3663

COMITÊ HISTÓRICO

historicalcommission
@norwoodma.gov

CLUBE DOS ESCOTEIROS

(meninos séries K-5)
Cubmaster@pack42.org

PACK 49

(Séries K-5)
norwoodcub-
pack49@gmail.com

LIGA DAS ELEITORAS FEMININAS

www.lwvma.org
lwvnorwoodma@gmail.com
Carol Macleary: 781-762-2430

LIFEWORCS INC.

FILIAL DO ARCO

781-762-4001

LION'S CLUBE

www.norwoodmalions.com
apfaelzer@aol.com
Arthur Pfaelzer

REFEIÇÕES SOBRE RODAS

HESSCO Serviços para Idosos

Ellis Rehab
Norwoodma.gov/
covid19_resources/
food_assistance.php

CÂMERA DE COMÉRCIO DO RIO NEPONSET

Nrrchamber.com
Tom@nrrchamber.com

ASSOCIAÇÃO ALUMNI DE NORWOOD

norwoodhighschoolalumni-
association.org
Gerry Miller

COMUNIDADE DE NORWOOD ASSOCIAÇÃO DE TÊNIS

norwoodtennis@gmail.com
Kathy Keady

NORWOOD JR. CLUBE DAS MULHERES

www.norwoodJWC.org
norwoodJWC@gmail.com
Michelle Folan

NORWOOD MEMORY CAFÉ, INC.

Je7cot@msn.com
Jean Cotton : 781-762-1611

NORWOOD FUNDAÇÃO DE CRÉDITO EDUCATIVO

norwoodscholarshipfoundation
@gmail.com

ROTARY CLUBE

www.norwoodrotary.org
Peter Strano: 781-769-3030

NORWOOD CLUBE DE MULHERES

781-769-1811
Phyllis Spiro

COMITÊ DA COMUNIDADE DAS MULHERES

www.norwoodthriftshop.com
781-762-2991

CONTATOS ATLÉTICOS DE NORWOOD

LIGA PEQUENA DE NORWOOD

(Idades 5-12)

president@norwoodll.com

Mike Kelley: 508-498-4150

LEGIÃO AMERICANA DE BEISEBOL

(Idades 15-18)

www.norwoodlegionbaseball.com

Paul Samargedilis: 781-696-5075

BABE RUTH

(Idades 13-15)

www.norwoodbaberuth.com

JOVENS BABE RUTH

(Idades 16-19)

georgebrl@norwoodlight.com

George Lally: 781-762-1121

ADOLESCENTES SOFTBOL

(Idades Pre-k-8ª)

www.norwoodyouthsoftball.com

norwoodyouthsoftballo2062@gmail.com

John Randall & Danielle Flynn

LACROSSE-MENINOS

(Idades 6-16)

norwoodyouthboyslax@gmail.com

Brad Thornton

LACROSSE-MENINAS

(Idades 6-16)

mhayden@norwoodlight.com

Molly Holm

ASSOCIAÇÃO DE BASQUETE DE NORWOOD

(Idades 6-16)

www.norwoodbasketball.com

norwoodbball@aol.com

Al Becker

JOVENS FIELD HOCKEY DE NORWOOD

alliparks@hotmail.com

Allison Penza

FOOTBALL & CHEER - ADOLESCENTES

(Idades 8-15)

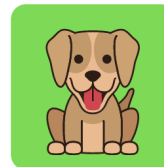
norwoodyouthfootballcheer.com

Football: Michael Sheehan

Cheer: Rhonda Lowe

ORIENTAÇÃO PARA VISITANTES

Para manter nossas crianças e parques seguros, pedimos que todos que visitem um parque ou campo siga essas orientações:



LIXO: Recolher o lixo e descartá-lo adequadamente. O lixo atrai abelhas e animais silvestres. O lixo é recolhido regularmente. Se as lixeiras estiverem cheias, por favor remova seu lixo do local. Alguns sites não possuem lixeiras devido ao número de alergias à abelhas.

ESTACIONAMENTO: Estacione em áreas designadas. Se necessário estacionar na rua permitir o acesso de veículos de emergência aos campos e casas. Estacionar em faixas de pedestres e em frente a hidrantes é ilegal e inseguro. Respeite os vizinhos deixando espaço para acesso as calçadas. Proibido estacionar nos gramados.

REGRAS DE CACHORRO: Para manter nossos parques limpos e agradáveis para todos, lembre-se de que se você é dono de um cachorro, mantenha seu cão na coleira e limpe o seu animal de estimação. Verifique as postagens específicas do parque.

RESERVA DE CAMPOS ATLÉTICOS

Todos que solicitarem o uso de um campo de atletismo devem preencher um Formulário de Solicitação. Dúvidas sobre uso e disponibilidades entre em contato com Howard Weinstein at 781.762.0466 or email hweinstein@norwoodma.gov

LOCAIS DE CAMPO E COMODIDADES

Father Mac's	Ellis	Coakley Middle	Callahan	Cleveland	Savage Center	Balch
295 Vernon Street	Corner Codman/ Cameron Rd.	1315 Washington Street	90 Garfield Ave.	33 George Willett Pkwy	275 Prospect St.	1168 Washington
Pool, Soccer Field, Little League Baseball, Playground	Baseball Field Playground Softball Soccer	Softball Field Rectangular Field Babe Ruth Baseball Tennis Courts Walking Path Exercise Stations	Rectangle Field Tot Lot Basketball Court	Little League Baseball/softball Playground Basketball Court	Basketball Courts	Tot Lot Playground Basketball Courts Baseball Softball

Oldham Field	Bond Street	Wilson Street	Murphy Field	Doherty	Prescott	Hawas Area
165 Prospect Street	Bond Street	Wilson Street	Pleasant St. & Allard Road	Brewster Drive	66 Richland Road	1305 Washington
Little League Baseball Rectangular Field Playground	Tot Lot	Babe Ruth Baseball Playground	Little League Baseball Field Playground Basketball Court	Little League Field Playground	Baseball/ Softball Playground Basketball Court	Pool/Spray Park Playground Tennis Courts Fishing Pond

Por favor, informe quaisquer condições de insegurança de campo imediatamente a um supervisor da liga.

DIA DE NORWOOD



Save the Date!



8 de Setembro
Dia de Fogos de Artifício

9 de Setembro
Dia de Norwood





PRSRST STD
U.S. POSTAGE
PAID
PERMIT # 17
SHARON, MA 02067



DIVIRTA-SE CONOSCO NESTE VERÃO!



**Salva-vidas, funcionários para o Playcamp & Piscina!
Precisamos de candidatos Energéticos e Animados!**