

內容：

- 第 1 頁：最新通告
- 第 2 頁：曼哈頓上課時間表和資訊
- 第 3 頁：布碌崙上課時間表和資訊
- 第 4 頁：退款和基本規條, 游泳班制服的規則
- 第 5 頁：游泳隊上課時間表和資訊

**家長及學生請留意:**

- 好消息! 新開的布碌崙游泳池地點位於布碌崙櫻花公園旁邊. 新裝修室溫暖水泳池, 交通方便, 容易停車. 請參閱以下資料, 以了解時間表和更多詳細資料
- 曼哈頓和布碌崙地點的新游泳課程 (7/6/24 至 9/20/24) 現在已經開始接受報名, **由於每個班級的名額有限, 請現任學生在 5 月 19 日優惠前報名以確保學位.** 5 月 20 日後, 我們將開放名額給予新學生, 謝謝合作
- 現任學生**提早報名優惠**只接受支票, 信用卡和在線支付 (Zelle). 請盡量以支票支付, 因為這是我們首選的付款方式. 5 月 19 日之前按原價支付的情況下才接受現金付款. 5 月 20 日後報名, 只接受支票, 信用卡和日後報名, 將不接受現金
- 根據多年的經驗, 暑假時, 下午班的學生通常會在開學期間轉入上午班. 但這並不意味著他們可以在九月之後轉回下午班. 堅持原來時間的學生優先, 換時間的同學依次處理, 謝謝你的理解
- 請推薦或邀請您的朋友和家人到我們位於曼哈頓或布碌崙的地點參加我們的游泳課程. 介紹者推薦新學生在我們的任何一個地點上游泳課, 您將獲贈\$30 的優惠券作為下學期使用
- “成人優惠課程” 5/19 前提早報名基礎及初級班在 (週三和周四傍晚), \$370 現任學生 / \$400 新學生
- 由於我們的工作人員通常在泳池區或教學中, **如果想與我們聯繫, 請短信 (646) 661-1038, 會比電子郵件或電話回覆的快**

**私人課程:** 1 名教師對 1 名學生  
**半私人課程:** 1 名教師對 2 名學生  
提供私人教學給小孩及大人  
請發短信了解更多信息: (646) 661-1038  
或致電: 1-(888)-831-0688

**成人基礎班, 優惠只限基礎班及初級班  
(星期二, 四, 或五)**

現任學生在 5/19/24 前報名\$370,  
新學生或舊學生 5/19 前報名報名 \$400, 5/20 後報名 -  
\$430 (不能結合其他優惠)

**詢問報名方式:**

新學生可以通過電話短信報名.  
646-661-1038

當我們收到學生姓名和出生日期後,  
我們會向您發送短信  
為了提高效率請付全額學費, 謝謝配合

支票抬頭和郵寄地址寫給:

Royal Athletic  
P.O. Box 754178, Forest Hills, NY 11375

## 曼哈頓地點 —2024 四月份學期

泳池地點: 350 Grand Street, 曼哈頓, NY 10002

星期一至五, 請使用 Grand 街正門入口  
星期六 & 星期日, 請使用 Ludlow 街側門入口

電話: (888) 831-0688

www.royalswim.com

info@royalswim.com

短信: (646) 661-1038

\* 8/26 - 9/5 沒有游泳課

六	7/6	7/13	7/20	7/27	8/3	8/10	8/17	8/24	9/7	9/14
日	7/7	7/14	7/21	7/28	8/4	8/11	8/28	8/25	9/8	9/15
二	7/9	7/16	7/23	7/30	8/6	8/13	8/20	9/10	9/17	9/24
三	7/10	7/17	7/24	7/31	8/7	8/14	8/21	9/11	9/18	9/25
四	7/11	7/18	7/25	8/1	8/8	8/15	8/22	9/12	9/19	9/26
五	7/12	7/19	7/26	8/2	8/9	8/16	8/23	9/6	9/13	9/20

PS = Pre-School = 基礎入門班  
PT = Pre-Team = 游泳隊預備班

BEG = Beginner = 初級班  
ST = Swim Team = 游泳隊

L1 to L7 = Level 1 to Level 7 = 級別一至級別七  
\*\* = Long Distance Lane (長池)

曼哈頓泳池地點: 350 Grand Street, Manhattan NY 10002																																		
星期二	PS	BEG	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	PT	T	星期六	PS	BEG	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	PT	T											
5:30-6:30									✓	✓	✓	10:10-11:10			✓	✓		✓		✓		✓												
6:30-7:30											✓	11:10-12:10		✓				✓	✓	✓	✓													
**6:30-8:00	**游泳隊訓練時段(長池)											12:10-1:10		✓	✓	✓	✓	✓		✓	✓													
星期三	PS	BEG	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	PT	T	1:10-2:10	PS	BEG	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	PT	T											
5:30-6:30	✓	✓		✓	✓	✓						2:30-3:30				✓			✓	✓		✓												
6:30-7:30		✓	✓	✓		✓	✓	✓				3:30-4:30		✓		✓	✓				✓													
7:30-8:30												4:30-5:30		✓	✓		✓					✓												
星期四	PS	BEG	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	PT	T	5:30-6:30	PS	BEG	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	PT	T											
5:30-6:30	✓	✓	✓	✓	✓	✓						*5:30-6:30										✓	✓											
6:30-7:30		✓				✓	✓	✓		✓		*6:30-8:00	**游泳隊訓練時段(1.5小時長池)																					
6:30-7:30	**游泳隊訓練時段(短池)											星期日	PS	BEG	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	PT	T											
星期五	PS	BEG	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	PT	T	10:10-11:10	PS	BEG	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	PT	T											
5:30-6:30	✓	✓	✓	✓			✓	✓				11:10-12:10	✓		✓	✓	✓	✓	✓															
6:30-7:30		✓	✓		✓		✓		✓			12:10-1:10	✓		✓	✓	✓	✓	✓															
7:30-8:30	✓		✓			✓	✓	✓		✓	✓	1:10-2:10	✓	✓	✓		✓	✓																
**泳隊預備班或游泳隊請看第五頁的資料												2:30-3:30	✓		✓	✓	✓	✓					3:30-4:30	✓		✓	✓	✓	✓					
												4:30-5:30	✓		✓			✓					*4:30-5:30	**游泳預備班, 游泳隊訓練時段(1/1.5小時長池)										
												5:30-6:30	✓		✓			✓					6:00-7:30	**游泳隊訓練時段(1.5小時長池)										
												6:30-7:30	✓		✓			✓															✓	✓
												7:30-8:30	✓		✓			✓																✓

\*\*根據報名人數而決定開班

在 5/19/24 之前報名, 現任學生將獲得額外特別優惠, 但只限通過 Check 或 Zelle 報名

(4 歲至 7 歲) 基礎入門班 & (8 歲至 13 歲, 14 歲及以上) 初級班, 級別一至七級:

\*\*四歲至七歲第一次學游泳的學生, 必須要先報名基礎入門班, 才可報讀其他基礎班或高年級

優惠課程 A 推薦	\$480 現任學生 5/19 前報名 (只限支票, Zelle, 或者信用卡)	只限 1 次免費補課 (第二或更多補課另收\$47 / 堂)  10 堂課- 60 分鐘 / 星期, 一共 10 小時
	\$510 新學生 & 舊學生 5/31 前報名	
	\$540 正常價格 6/1 前報名	
優惠課程 B	\$540 現任學生 5/19 前報名 (只限支票, Zelle, 或者信用卡)	可享有 3 次免費補課 *(適合於會經常旅遊的學生, 因私人原因缺席, 等等...)  10 堂課- 60 分鐘 / 星期, 一共 10 小時
	\$570 新學生 & 舊學生 5/31 前報名	
	\$600 正常價格 6/1 前報名	
優惠課程 C	\$360	適合 4-5 歲 首次接觸游泳的小朋友 10 堂課 - 30 分鐘 / 星期, 一共 5 小時 (1 次免費補課)
優惠課程 D 推薦	\$760 現任學生 5/19 前報名 (只限支票, Zelle, 或者信用卡)	一星期兩堂課 優惠(加 \$280) *額外游泳訓練 *無論任何原因 不設任何補課  10 堂課- 60 分鐘 / 星期, 一共 10 小時
	\$790 新學生 & 舊學生 5/31 前報名	
	\$820 正常價格 6/1 前報名	
個別每堂收費	\$60 / 60 分鐘 或 \$75 / 75 分鐘	學生報 9 堂課或以下: 舉例 60 分鐘: 7 堂課為\$420, 八堂課為\$480, 九堂課為\$540
游泳隊	泳隊預備班和游泳隊	請看第五頁的資料

**布碌崙地點 —2024 二月至六月份學期**

**泳池地點: 883 Classon Ave, 布碌崙, NY 11225**

請使用 Union 街, 3 號側門進入泳池

如果 Union 街側門無法進入, 請使用 Classon Ave 學校正門進入

電話: (888) 831-0688

www.royalswim.com

info@royalswim.com

短信: (646) 661-1038

<b>六</b>	7/6	7/13	7/20	7/27	8/3	8/10	8/17	8/24	9/7	9/14
<b>日</b>	7/7	7/14	7/21	7/28	8/4	8/11	8/28	8/25	9/8	9/15

PS = Pre-School = 基礎入門班  
PT = Pre-Team = 游泳隊預備班

BEG = Beginner = 初級班  
ST = Swim Team = 游泳隊

L1 to L7 = Level 1 to Level 7 = 級別一至級別七  
\*\* = Long Distance Lane (長池)

**布碌崙泳池地點: 883 Classon Ave, Brooklyn, NY 11225**

星期六	PS	BEG	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	PT	T	星期日	PS	BEG	L1	L2	L3	L4	L5	L6	L7	PT	T		
11:00-12:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓					11:00-12:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓							
12:00-1:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓					12:00-1:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓							
1:00-2:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓					1:00-2:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓							
2:00-3:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓				2:00-3:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓					
3:00-4:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	3:00-4:00	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓		
**4:00-5:30	**游泳預備班, 游泳隊訓練時段 (1/1.5小時長池)										✓	✓	**3:00-4:30	**游泳預備班, 游泳隊訓練時段 (1/1.5小時長池)										✓	✓
**5:30-7:00	**游泳隊訓練時段 (1.5小時長池)											✓	**4:30-6:00	**游泳隊訓練時段 (1.5小時長池)											✓

**\*\*根據報名人數而決定開班**

在 5/19/24 之前報名, 現任學生將獲得額外特別優惠, 但只限通過 Check 或 Zelle 報名

(4 歲至 7 歲) 基礎入門班 & (8 歲至 13 歲, 14 歲及以上) 初級班, 級別一至七級:

\*\*四歲至七歲第一次學游泳的學生, 必須要先報名基礎入門班, 才可報讀其他基礎班或高年級

優惠課程 A 推薦	\$480 現任學生 5/19 前報名 (只限支票, Zelle, 或者信用卡)	只限 1 次免費補課 (第二或更多補課另收\$47 / 堂)  10 堂課- 60 分鐘 / 星期, 一共 10 小時
	\$510 新學生 & 舊學生 5/31 前報名	
	\$540 正常價格 6/1 前報名	
優惠課程 B	\$540 現任學生 5/19 前報名 (只限支票, Zelle, 或者信用卡)	可享有 3 次免費補課 *(適合於會經常旅遊的學生, 因私人原因缺席, 等等...)  10 堂課- 60 分鐘 / 星期, 一共 10 小時
	\$570 新學生 & 舊學生 5/31 前報名	
	\$600 正常價格 6/1 前報名	
優惠課程 C	\$360	適合 4-5 歲 首次接觸游泳的小朋友 10 堂課 - 30 分鐘 / 星期, 一共 5 小時 (1 次免費補課)
優惠課程 D 推薦	\$760 現任學生 5/19 前報名 (只限支票, Zelle, 或者信用卡)	一星期兩堂課 優惠(加 \$280) *額外游泳訓練 *無論任何原因 不設任何補課  10 堂課- 60 分鐘 / 星期, 一共 10 小時
	\$790 新學生 & 舊學生 5/31 前報名	
	\$820 正常價格 6/1 前報名	
個別每堂收費	\$60 / 60 分鐘 或 \$75 / 75 分鐘	學生報 9 堂課或以下: 舉例 60 分鐘: 7 堂課為\$420, 八堂課為\$480, 九堂課為\$540
游泳隊	泳隊預備班和游泳隊	請看第五頁的資料

**\*\*如果學生缺席或即將缺席, 請發信息至 1-646-661-1038 盡快安排補課, 謝謝!**



**每級教練與學生比例**

**基礎入門班 至 級別三**

3 至 4 位學生 / 1 位教練

7 位學生或以上 / 1 一位教練 & 1 助教

**級別 4 至 級別 7**

4 至 6 位學生 / 1 位教練

7 位學生或以上 / 1 一位教練 & 1 助教

**游泳隊預備班 & 游泳隊**

游泳隊員 / 總教練

## 游泳隊時間表

- ◆ 泳隊預備班, 銅隊, 銀隊成員推薦參加美國游泳總會, 出去參加比賽
- ◆ **為了在今年更好地擴大我們游泳隊的規模, 現在任何泳隊等級成員現在都可以以年費註冊**
- ◆ 如果那天我們有游泳比賽, 就意味著沒有游泳練習. 如果學生願意在當天比賽後多加練習, 他們可以在周末曼哈頓地點的泳隊預備班時間來練習.
- ◆ 為了讓我們的教練穩定訓練游泳隊成員來取得更好的成績, 在學期開始後, 隊員不能在曼哈頓和布碌崙泳池之間切換地點. 除非該地點需要關閉維修, 否則不得以任何理由切換地點.

### 給泳隊預備班/游泳隊成員(非競賽)的建議:

- ◆ 每週練習 1 天或建議每週練習 2 天
- ◆ 從 6 級或 7 級時段選擇 1 天短池練習 (1 小時), 從長池時段選擇另一天練習 (1 小時)
- ◆ 或者選擇兩天的長距離練習 (1 小時 - 1.5 小時)

### 對銅隊/銀隊的建議:

- ◆ 每周至少練習 2 天或 (建議每週練習 3 天)
- ◆ 選擇 2 天進行長池游泳練習, 週六和周日 (1 小時至 1.5 小時), 可選添加星期二至五額外練習

### 金隊要求: 游泳隊時間段 (週六和周日) 必須每週游泳 2 次

- ◆ 金牌隊員必須在周六和周日游泳, 週二和周四會是額外訓練. 如果學生只能在周末的一天和平日的一天進行練習, 那該游泳運動員將沒有資格參加金隊組, 將被分配為銀隊或銅隊成員
- ◆ 游泳隊成員的時間段將由主教練分配, 辦公室將向家長發送短信告知練習時間表的時間段

泳隊課程 A 報名 10 週課程	每週 60 分鐘練習 / 10 週 - 短池訓練 選擇 60 分鐘短池訓練, 與 6 級或 7 級一起訓練	\$480
	每週 60 分鐘練習 / 10 週 - 長池訓練 選擇一天有 60 分鐘的長池訓練 (星期六 5:30pm 曼哈頓地點)	\$500
	每週 90 分鐘練習 / 10 週 - 長池訓練 選擇一天有 90 分鐘的長池訓練 (星期日 4:30pm 曼哈頓地點)	\$580
	每週兩次, 僅星期六和日練習, 每次練習 60-90 分鐘 / 10 星期 每週末 2x 短池或長池練習 (每次 1 至 1.5 小時)	\$680
	每週兩次, 僅平日練習, 每次練習 60 分鐘, 持續 / 10 星期 每週 2x 次, 在平日晚上進行短池或長池練習 (每次 1 小時)	\$680
	***週末和平日混合安排 - 每週練習兩次 (每次 1 至 1.5 小時) ◆ +\$20 每週多加額外練習 1 次, 每週共 3 次練習 ◆ +\$30 每週多加額外練習 2 次, 每週共 4 次練習 ◆ +\$30 每週多加額外練習 3 次, 每週共 5 次練習	\$780 \$800 / x3 \$810 / x4 \$820 / x5
短池游泳隊員有 1 節補課 *參加一天長池練習的游泳隊員以及每週遊兩次或以上的隊員, 將不提供任何補課 **每週額外練習或切換時間每次額外\$20		

泳隊課程 B 年費報名 包括一年四季 (超值)	\$2500 年費優惠	每週提供 3 到 4 次練習, 游泳對員必須至少出席其中兩天 - 週二或週四進行額外練習 (額外訓練, 不收取額外費用) - 位置有限, 每學期開始前出席率高的游泳隊員將會有優先選擇練習時間 全額付款或分期付款: 首期 \$700 後續付款: 11/1/23 \$700, 12/1/23 \$700 和 2/1/24 之前 \$400 尾款
----------------------------------	----------------	---

### \*\*加入美國游泳總會的資料 - \$280

- ◆ \$80 年度美國游泳總會比賽證 (2023 年 9 月至 2024 年 8 月) 和團隊游泳帽 (第二或更多泳帽將額外收費)
- ◆ \$200 每年四次游泳比賽 (\*第五次或更多比賽可能需要額外收費)

### 曼哈頓泳池地點- 350 Grand Street, 曼哈頓, NY 10002

星期一至五, 請使用 Grand 街正門入口 / 星期六 & 星期日, 請使用 Ludlow 街側門入口

短池訓練	長池訓練	長池訓練	長池訓練
- 星期二: 5:30pm - 星期四: 5:30pm or *7:30pm - 星期五: 7:30pm	星期六: 10:10am, 12:10pm 1:10pm, 2:30pm 3:30pm, 4:30pm	*星期二: 5:30pm or 6:30pm - 星期六: 5:30pm or 6:30pm - 星期日: 4:30pm or 5:30pm	*週二 5:30pm 和周四 7:30pm 長池或短池練習會取決於報名人數, 由總教練 Kelvin 安排.

### 布碌崙泳池地點- 883 Classon Ave, 布碌崙, NY 11225

請使用 Union 街, 3 號側門進入泳池 如果 Union 街側門無法進入, 請使用 Classon Ave 學校正門進入

短池訓練	長池訓練	長池訓練 (金隊)
- 星期六: 2:00pm - 星期日: 2:00pm - 星期二 & 星期四 (請參閱曼哈頓時間表)	- 星期六: 3:00pm or 4:00pm - 星期日: 3:00pm or 4:00pm - 星期二: 5:30pm (曼哈頓地點)	- 星期六: 4:00pm - 星期日: 4:00pm - 星期二: 6:30pm (曼哈頓地點)

## 退款和基本規條

### 退款守則:

**\*\* 報名前請仔細閱讀所有的條規, 上課日子以及根據提供的上課時間表**

- \* 家長/學員必須在學期開課前 10 日以短訊的方式 email 通知本校. 由於學位已安排好, 所以若在沒有及時通知校方或之后才通知, 必須扣取\$100 留位費用
- \* 在學期進行當中退學者, 不論任何原因, 不會有任何退款, 同時也不能將剩餘堂課轉讓給其他學生, 以及不能留作日後使用 (因為學位已留給你, 我們不能中途轉讓).
- \* 若上課地點在開學前遇上需要關閉維修, 學生可以要求退款; 反之在開學後/學期進行當中, 遇上需要緊急關閉或維修, 本校將不會退款, 學生可以要求轉到其他上課地點或等到同一地點可以再次使用為止

### 學生進入泳池前必須淋浴!!!

\*泳池的水確實可以清潔您的身體, 但從身體上沖洗掉的汗水污垢並不會消失, 而會殘留在泳池。所以上課前通過淋浴沖洗掉是在幫助同學們創造個乾淨的學習環境

### 基本規條:

- ◇ 在學期內第 1 至 9 堂課內每位學生只會有免費補課一次, 第二堂或以上的補課會另收 \$48 堂費用, 補課時間均由校方提供, 若學生無法配合補課時間, 最終被作為自動放棄. 為安全理由, 補課時間不能為學生上課的同一天, 避免運動過量. 補課必須在同一學期補完, 不可延下期.
- ◇ 學期最後一堂課為考試日, 如果學生在第 10 堂缺席, 由於是最後一堂課及考試日, 我們不會安排有額外的補課
- ◇ 泳池範圍禁止奔跑, 用餐, 亂丟垃圾, 同時禁止在游泳池或更衣室進行拍攝
- ◇ 七歲或以上學生, 必須在同一樣性別更衣室更衣。
- ◇ 本校方保留一切最終更改的權利, 詳情請參閱本會游泳網站 [www.royalswim.com](http://www.royalswim.com)

## 建議游泳課的製服, 請看以下圖片作為參考

### 合格游泳課制服

#### 游泳訓練褲/衣

- 更耐用和耐氯
- 在水中減少阻力
- 可用於一定程度的比賽

#### 矽膠泳帽

- 保護你的頭髮免受氯的傷害
- 比乳膠或棉帽更持久

#### 透明泳鏡

- 帶鼻樑的護目鏡會更舒適
- 更容易與教練進行眼神交流



### 不建議游泳課泳衣

#### 沙灘褲和長袖

- 會吸收大量的水
- 拖更多水, 造成不良形式
- 濕襯衫會造成窒息的機會

#### 布料泳帽

- 布料/乳膠泳帽會太軟或太緊
- 有些人可能對乳膠過敏

#### 潛水鏡

- 沒有鼻樑, 很不舒服
- 會很緊, 很容易漏水

