



ទីក្រុងឡងប៊ិច ឧទ្យាន កន្លែងកំសាន្ត និងសមុទ្រ



Belmont Pool

4320 East Olympic Plaza
(562) 570-1806

អាងទឹកបណ្តោះអាសន្ន Belmont ក្រៅអគារ

សម្គាល់ : អាងទឹក BELMONT ក្នុងរយៈពេលខ្លី បង្កើតឡើងនៅថ្ងៃព្រហស្បតិ៍ ទី 9 ខែមិថុនា។

សម្រាប់ព័ត៌មានអំពីការរៀបចំផែនការ និងការរចនាអាងទឹក Belmont ថ្មី ដែលបានស្នើសុំសូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ www.BelmontPool.com។

អាងទឹកបណ្តោះអាសន្នក្រៅអគារនេះ មានទំហំ 50m x 25m និងបើកឱ្យដំណើរការសម្រាប់សាធារណជន។ ទឹកមានសីតុណ្ហភាព 82°។ រថយន្តអាចចតនៅចំណតឆ្នេរ Granada។ ម៉ាស៊ីនសឹកកាក់បង់លុយថ្លៃចំណត ទទួលយកតែកាក់តម្លៃ 25 សេនតែប៉ុណ្ណោះ ដែលក្នុងមួយម៉ោង ត្រូវបង់ \$1។

ម៉ោងហែលទឹកសម្រាប់សាធារណជន :

ការហែលទៅមក		
ថ្ងៃច័ន្ទ-សុក្រ	5:30 am - 9:30 am	វគ្គសិក្សារយៈពេលវែង
ថ្ងៃច័ន្ទ/ពុធ/សុក្រ	10 am - 2 pm	វគ្គសិក្សារយៈពេលខ្លី
អង្គារ/ព្រហស្បតិ៍	11 am - 2 pm	វគ្គសិក្សារយៈពេលខ្លី
អង្គារ/ព្រហស្បតិ៍	7 pm - 9 pm	វគ្គសិក្សារយៈពេលខ្លី
សៅរ៍	8 am - 12 pm	វគ្គសិក្សារយៈពេលខ្លី
អាទិត្យ	8 am - 12 pm	វគ្គសិក្សារយៈពេលវែង
ការហែលកំសាន្ត		
ថ្ងៃច័ន្ទ/ពុធ	7 pm - 9 pm	
សៅរ៍ / អាទិត្យ	12 pm - 2 pm	



ទីក្រុងឡងប៊ិច ឧទ្យាន កន្លែងកំសាន្ត និងសមុទ្រ

លំហាត់ប្រាណក្នុងទឹក		
ចំនួន/ពុធ/សុក្រ/អាទិត្យ	11 am - 11:50 am	ទឹករាក់
អង្ការ/ព្រហស្បតិ៍	7 pm - 7:50 pm	ទឹករាក់
ចំនួន/ពុធ/សុក្រ	10 am - 10:50 am	
អាទិត្យ	10 am - 10:50 am	

តម្លៃ	
មនុស្សពេញវ័យ	\$4
មនុស្សចាស់	\$3
យុវវ័យ	\$1
ប័ណ្ណហែលទឹកសម្រាប់មនុស្សពេញវ័យ (25 ដង)	\$85
ប័ណ្ណហែលទឹកសម្រាប់យុវវ័យ (25 ដង)	\$25
ប័ណ្ណហែលទឹកសម្រាប់មនុស្សចាស់ (25 ដង)	\$55
លំហាត់ប្រាណក្នុងទឹក	\$6
ប័ណ្ណលំហាត់ប្រាណក្នុងទឹក (10 ថ្នាក់)	\$41

មេរៀនហែលទឹក

ថ្នាក់សិក្សាសម្រាប់យុវវ័យ មានរយៈពេល 25 នាទី និងថ្នាក់សិក្សាសម្រាប់មនុស្សពេញវ័យ មានរយៈពេល 50 នាទី។ ការចុះឈ្មោះសម្រាប់ថ្នាក់សិក្សាទាំងអស់ នឹងធ្វើឡើងនៅអាងទឹក Belmont ផ្លាសា អំឡុងម៉ោងដែលបានកាលកំណត់ ឬ លើបណ្តាញ ដោយអ្នកមកមុន និងទទួលបានការចុះឈ្មោះមុន។ សូមចុះឈ្មោះឱ្យបានឆាប់ដើម្បីកក់ថ្នាក់សិក្សារបស់អ្នក និងមិនត្រូវលើសពី 1 សប្តាហ៍មុនពេលចាប់ផ្តើមវគ្គសិក្សានោះទេ។

បើសិនអ្នកមិនច្បាស់អំពីកម្រិតសិក្សារបស់អ្នកដែលត្រូវចុះឈ្មោះ សូមទូរសព្ទទៅលេខ (562) 570-1806 ឬ ទៅអាងហែលទឹកដើម្បីរៀបចំណាត់ជួបធ្វើតេស្តហែលទឹក។ ថ្នាក់សិក្សាអាចត្រូវបានបោះបង់ ឬ បញ្ឈប់ក្តី ក្នុងករណីដែលមានចំនួនសិស្សចុះឈ្មោះតិចតួច។ សូមចុះឈ្មោះឱ្យបានឆាប់ដើម្បីកក់ថ្នាក់សិក្សារបស់អ្នក និងឱ្យបាន 1 សប្តាហ៍ មុនពេលវគ្គសិក្សាចាប់ផ្តើម។

[ការចុះឈ្មោះអាចបំពេញនៅលើបណ្តាញ។](#)



ទីក្រុងឡងប៊ិច ឧទ្យាន កន្លែងកំសាន្ត និងសមុទ្រ

ព័ត៌មានក្រុម

ក្លឹបហែលទឹកនៅឆ្នេរ : ការបណ្តុះបណ្តាលហែលទឹកប្រកួតប្រជែងសម្រាប់អ្នកដែលគ្មានបទពិសោធន៍ តាមកម្រិតជំនាញ។ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ www.longbeachswimclub.com ឬ ទាក់ទងលេខទូរសព្ទ (562) 597-9744។

Grunions នៅទីក្រុងឡងប៊ិច : ក្រុមជំនាញហែលទឹក U.S. ដ៏មានថាមពលរីករាយ និងក្លឹបសង្គមដែលលើកកម្ពស់ភាពចម្រុះ។ ការហាត់រៀនអនុវត្តរបស់យើង មានកម្រិតលំហាត់ប្រាណសម្រាប់អ្នកហែលទឹក ចាប់ពីថ្នាក់ដំបូងដល់ថ្នាក់ជំនាញ។ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ www.lbgrunions.org។

កីឡាទឹកនៅឆ្នេរសមុទ្រ : កម្មវិធីប្រកួតប្រជែងហែលទឹកវាយបាល់សម្រាប់កុមារអាយុចាប់ពី 5 ឆ្នាំ ដល់មនុស្សពេញវ័យ។ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ www.shoreaquatics.com ឬ ទូរសព្ទទៅលេខ (562) 597-1382។

SWIM ឡងប៊ិច : ក្លឹបជំនាញហែលទឹក U.S. សម្រាប់មនុស្សពេញវ័យ និងមានគ្រប់កម្រិតទាំងអស់ ចាប់ពីអ្នកគ្មានបទពិសោធន៍ រហូតដល់ ការប្រកួតប្រជែង ក៏ដូចជា ការបណ្តុះបណ្តាល Triathalon។ សម្រាប់ព័ត៌មានបន្ថែម សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ www.swimlongbeach.com។

កុមារដែលមានកម្ពស់ក្រោម 48 " ត្រូវនៅជាមួយមនុស្សពេញវ័យ ពេលនៅក្នុងទឹកគ្រប់ពេលវេលាទាំងអស់។ សម្លៀកបំពាក់ហែលទឹក ចាំបាច់ត្រូវតែមាន។ យើងមិនផ្តល់ជូនការបង្វិលសងប្រាក់សម្រាប់ការចុះឈ្មោះចូលរៀននោះទេ។ កាលវិភាគ និងថ្លៃសិក្សា អាចមានការផ្លាស់ប្តូរ។

អំពី Make A Splash



ការផ្តួចផ្តើមគំនិតនៃកម្មវិធី Make a Splash របស់មូលនិធិសម្រាប់ការហែលទឹកនៅ USA គឺជាយុទ្ធនាការសុវត្ថិភាពទឹក ដែលផ្តោតលើកុមារ និងសំដៅផ្តល់ឱកាសឱ្យកុមារទាំងអស់នៅអាមេរិកអាចរៀនហែលទឹក។ តាមរយៈ Make a Splash មូលនិធិសម្រាប់ការហែលទឹកនៅ USA ចាប់ផ្តើមជាមួយអ្នកផ្គត់ផ្គង់ការរៀនហែលទឹក និងអ្នកគាំទ្រសុវត្ថិភាពទឹកនៅទូទាំងប្រទេស ដើម្បីផ្តល់មេរៀនហែលទឹក និងអប់រំកុមារ និងគ្រួសាររបស់គេអំពីសារៈសំខាន់នៃការរៀនហែលទឹក។ មូលនិធិសម្រាប់ការហែលទឹកនៅ USA បានវិនិយោគរាប់លានដុល្លារ ដើម្បីផ្តល់ជំនួយដល់កម្មវិធីរៀនហែលទឹករបស់ដៃគូក្នុងមូលដ្ឋានដែលមានលក្ខណសម្បត្តិគ្រប់គ្រាន់ ផ្សព្វផ្សាយការយល់ដឹងនៅទូទាំងប្រទេស និងនាំដៃគូយុទ្ធសាស្ត្រឱ្យបញ្ចប់ករណីលង់ទឹក។ រហូតមកទល់សព្វថ្ងៃនេះ កុមារលើសពី 2 លាននាក់ ទទួលបានកាដូមេរៀនហែលទឹក ដែលអាចជួយជីវិតរបស់ពួកគេបាន តាមរយៈបណ្តាញដៃគូក្នុងមូលដ្ឋាន Make a Splash នៃមូលនិធិសម្រាប់ការហែលទឹកនៅ USA រួមមានអ្នកផ្តល់មេរៀនដែលមានលក្ខណសម្បត្តិគ្រប់គ្រាន់ចំនួន 600 នាក់នៅទូទាំងប្រទេស។ ដើម្បីសិក្សាបន្ថែម សូមចូលទៅកាន់គេហទំព័រ www.usaswimmingfoundation.org/makeasplash។

អាងទឹកនៃទីក្រុងឡងប៊ិច :

ទំព័រដើមអាងទឹក



ទីក្រុងឡងប៊ិច ឧទ្យាន កន្លែងកំសាន្ត និងសមុទ្រ

អាងទឹក Belmont

អាងទឹកនៃឧទ្យាន Martin Luther King Jr

អាងទឹកនៃឧទ្យាន Silverado

អាងទឹកនៃវិទ្យាល័យ Millikan

អាងទឹកនៃវិទ្យាល័យ Jordan

អាងទឹកនៃវិទ្យាល័យ Cabrillo