

OPISYAL NA PAHAYAG

Hunyo 24, 2020

Pakikipag-ugnay: Sentro ng Pinagsamang Impormasyong ng Lungsod ng Long Beach, 562.570.NEWS, jic@longbeach.gov

Para sa Agarang Pahayag

Mga Palanguyan ng Lungsod ng Long Beach and Magbubukas Muli

Long Beach, CA - Ang mga palanguyan ng Long Beach Parke, Libangan, at Pandagat ay mag-aalok ng limitadong programa simula Lunes, Hunyo 29, na may mga klase sa paglangoy at ehersisyo sa tubig sa Belmont Plaza Pool (4320 E Olympic Plaza) at Martin Luther King, Jr. Park Pool (1950 Lemon Ave.). Simula Hulyo 6, ang Belmont Plaza Pool at Martin Luther King, Jr. Park Pool ay mag-aalok din ng mga aralin sa paglangoy. Ang Silverado Park Pool (1540 W. 32nd St.) ay magsisimula ng programa sa Lunes, Hulyo 6, para sa lahat ng tatlong programa.

“Ang mga pampublikong palanguyan ay malapit nang magbukas muli ng may mga pagbabago,” sabi ni Mayor Robert Garcia. “Ang mga palanguyan ay isang mahusay na paraan upang makatakas sa init ng tag-init at makakuha nang ilang ehersisyo.”

Lap na Paglangoy at Ehersisyo sa Tubig

Ang mga programa sa lap na paglangoy at ehersisyo sa tubig ay aalukin base sa reserbasyon lamang, na may pagtaas ng paglilinis at ibang pagbabago upang mas maprotektahan ang kaligtasan ng mga manggagawa at participante. Ang lahat ng mga linya ay gagawing isang maikling kurso na 25-metro ang haba upang madagdagan ang kapasidad habang tinitiyak ang pisikal na pagdistansya. Ang shower at banyo ng pasilidad ay maaaring gamitin, at ang mga locker room ay maaaring gamitin, sa limitadong batayan, kung saan pwedeng magamit.

Ang paglangoy ng lap ay limitado sa 45-minuto na sesyon at bubuksan para sa isang tao bawat linya. Ang mga klase ng ehersisyo sa tubig ay limitado din base sa magagamit ng puwang sa loob ng pool upang payagan ang pisikal na pagdistansya.

Ang mga tao ay maaaring magparehistro para sa paglangoy ng lap o ehersisyo sa tubig simula Biyernes, Hunyo 26, sa lbparks.org. Ang mga pag-reserba sa personal ng paglangoy ng lap at ehersisyo sa tubig ay maaaring gawin mula 9 a.m. hanggang 3 p.m. Hunyo 26 (Belmont Plaza Pool at Martin Luther King, Jr. Park Pool) at 9 a.m. hanggang 3 p.m. Lunes, Hunyo 29 (Silverado Park Pool), pati na rin sa mga oras ng pagpapatakbo, tulad ng nakalista sa ibaba.

Belmont Plaza Pool

- Lap na Paglangoy
 - Lunes hanggang Biyernes, 5:30 a.m. hanggang 9:15 a.m.; 10 a.m. hanggang 12:45 p.m.
 - Martes at Huwebes, 7 p.m. hanggang 8:45 p.m.
 - Sabado at Linggo, 8 a.m. hanggang 12:45 p.m.
- Ehersisyo sa Tubig
 - Malalim na Tubig: Linggo, Lunes, Miyerkules at Biyernes, 10:05 hanggang 10:45 a.m.
 - Mababaw na Tubig: Linggo, Lunes, Miyerkules at Biyernes, 11:05 hanggang 11:45 a.m.; Martes at Huwebes, 7:05 hanggang 7:45 p.m.

Martin Luther King, Jr. Community Pool

- Lap na Paglangoy
 - Martes, Huwebes at Biyernes, 6 a.m. to 8 a.m.
 - Linggo hanggang Sabado: Noon to 1 p.m.
- Ehersisyo sa Tubig
 - Mababaw na Tubig: Lunes at Miyerkules, 6 p.m. hanggang 6:50 p.m.
 - Aerobics sa Malalim na Tubig: Martes, Huwebes at Biyernes, 6:30 a.m. hanggang 7:20 a.m.
 - Aerobics sa Mababaw ng Tubig: Martes, Huwebes at Biyernes, 8 a.m. hanggang 8:50 a.m.

Silverado Community Pool

- Lap na Paglangoy
 - Lunes, Miyerkules at Biyernes. 6:30 a.m. hanggang 8:15 a.m.
 - Lunes hanggang Biyernes, 12:30 p.m. hanggang 1:15 p.m.
 - Lunes, Huwebes at Biyernes, 6:30 p.m. hanggang 7:15 p.m.
 - Sabado at Linggo, 12:15 p.m. hanggang 1 p.m.
- Ehersisyo sa Tubig

- Malalim na Tubig: Lunes, Miyerkules, Biyernes at Linggo, 10:05 a.m. hanggang 10:45 a.m.
- Mababaw na Tubig: Lunes, Miyerkules, Biyernes at Linggo, 11:05 a.m. hanggang 11:45 a.m.

Aralin sa Paglangoy

Simula Hulyo 6, ang mga aralin sa paglangoy ay ihahandog sa lahat ng tatlong palanguyan na pinapatakbo ng Lungsod. Upang tulungang protektahan ang mga manggagawa at mga participante sa pagkalat ng COVID-19, ang mga format ng klase ay babaguhin, kabilang ang pagbawas ng mga laki ng klase at instruksiyon mula sa pool deck. Ang PK 1-3 at mga antas 1-3 ay mangangailangan ng isang may-edad na miyembro ng sambahayan na pumunta sa tubig kasama ng participante upang tumulong sa instruksiyon.

Ang mga tao ay maaaring magparehistro para sa mga aralin sa paglangoy simula Biyernes, Hunyo 26, sa lbparks.org. Ang pagrehistro sa personal para sa aralin sa paglangoy ay maaaring gawin mula 9 a.m. hanggang 3 p.m. Hunyo 26 (Belmont Plaza Pool at Martin Luther King, Jr. Park Pool) at 9 a.m. hanggang 3 p.m. Lunes, Hunyo 29 (Silverado Park Pool), pati na rin sa mga oras ng pagpapatakbo, tulad ng nakalista sa itaas.

Para sa pinakabagong impormasyon sa COVID-19, at mga detalye sa lahat ng ginagawa ng Lungsod ng Long Beach upang mapanatiling ligtas ang aming mga residente, bumisita sa: longbeach.gov/COVID19 at sundan ang @LongBeachCity sa Facebook, Twitter at Instagram.

###