

At the top of our website choose the button 'Select Language'



The screenshot shows the top portion of the YMCA of the Inland Northwest website. The header is a dark blue bar containing the logo, social media icons, and navigation links. Below the header is a hero section with a collage of images showing people exercising. A teal banner is overlaid on the images, and a 'JOIN THE Y' button is at the bottom.

the Y YMCA OF THE INLAND NORTHWEST

Y M C A 3 6 0 My Account Contact Us Select Language

Locations Join the Y! Programs Schedules Support the Y About Us

Learn More About

OUR NEW YMCA360 APP – Schedules, Reservations, and so much more!

JOIN THE Y

A Dropdown list will show the languages available. Make your selection.



The screenshot shows the top navigation bar of the YMCA of the Inland Northwest website. The header is blue and contains the logo, social media icons, and utility buttons like 'YMCA 360', 'My Account', and 'Contact Us'. A search icon and a 'Select Language' dropdown menu are also present. The dropdown menu is open, displaying a list of languages. Below the header is a teal navigation bar with menu items like 'Locations', 'Join the Y!', 'Programs', 'Schedules', 'Support the Y', and 'About Us'. The main content area features a large image of children's hands stacked together, with the text 'Learn More About Sports' and a teal button. A teal bar at the bottom contains a 'JOIN THE Y' button.

the Y YMCA OF THE INLAND NORTHWEST

YMCA 360 My Account Contact Us

Select Language

Select Language

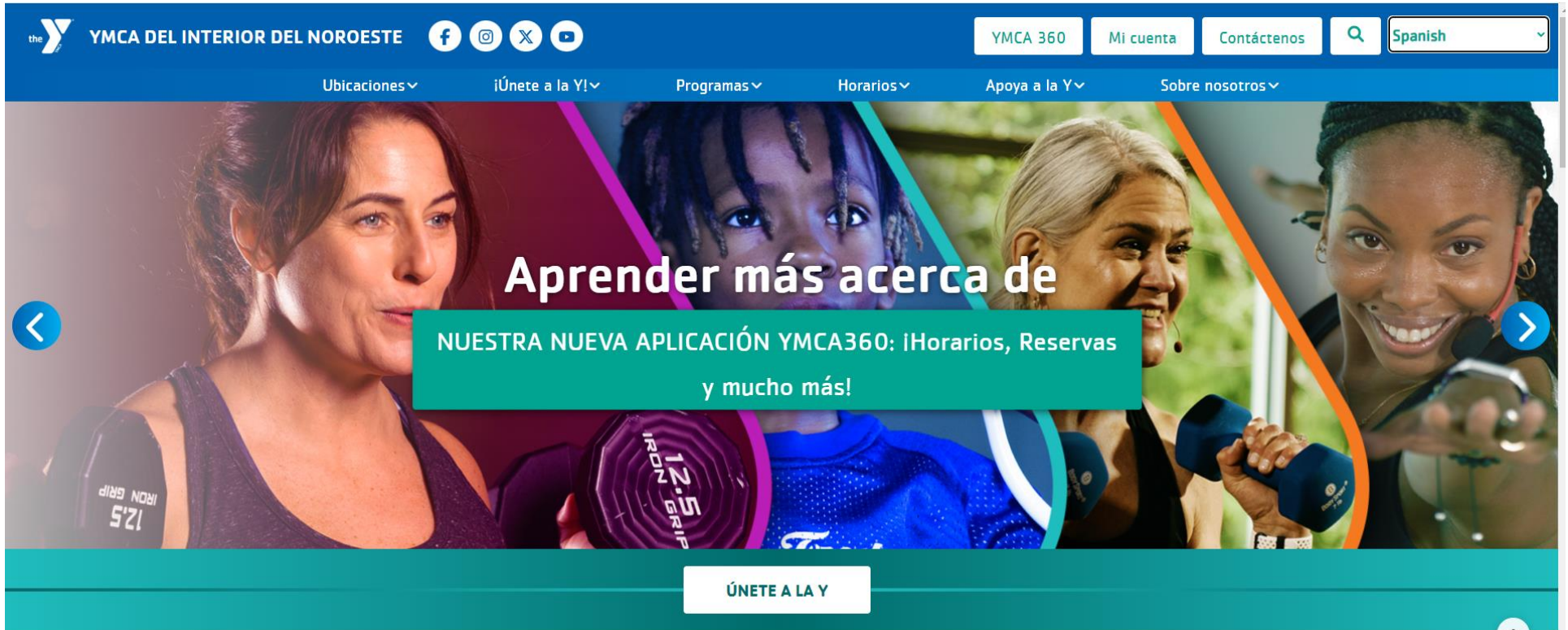
- Arabic
- Chinese (Simplified)
- Chinese (Traditional)
- French
- German
- Hindi
- Indonesian
- Italian
- Japanese
- Korean
- Pashto
- Persian
- Russian
- Spanish
- Thai
- Ukrainian
- Vietnamese





Locations Join the Y! Programs Schedules Support the Y About Us

Learn More About Sports

JOIN THE Y

All of the content is translated for you, including our schedules.



the **YMCA DEL INTERIOR DEL NOROESTE**    

[Ubicaciones](#) [¡Únete a la Y!](#) [Programas](#) [Horarios](#) [Apoya a la Y](#) [Sobre nosotros](#)

[YMCA 360](#) [Mi cuenta](#) [Contáctenos](#)

Aprender más acerca de

NUESTRA NUEVA APLICACIÓN YMCA360: ¡Horarios, Reservas y mucho más!

[ÚNETE A LA Y](#)

The Aquatics Schedules page, <https://ymcainw.org/schedules/aquatics/>, translated into Spanish:



Requisitos de edad para el acceso a la piscina

Los niños menores de 4 años, así como los niños mayores que **no puedan** completar una prueba de natación, **DEBEN** estar acompañados **EN EL AGUA** por un adulto (mayor de 18 años) que esté al alcance de su mano en todo momento.

- Los niños de 5 y 6 años que puedan pasar una prueba de natación **DEBEN** ser supervisados **EN EL ÁREA DE LA PISCINA** por un adulto (mayor de 18 años).
- Los niños de 7 años en adelante pueden nadar sin un adulto en el área de la piscina al completar con éxito la prueba de natación.
- Tobogán acuático Valley Y: los niños deben medir al menos 48 " de altura. Los padres no pueden acompañar a un niño al tobogán.
- Norte Y Lazy River: Los niños deben medir al menos 48 " de altura o pasar una prueba de natación para ingresar al Lazy River sin un adulto.

Consulte los horarios a continuación

Los miembros de Y usan la aplicación YMCA360 o inician sesión en su [cuenta YMCA360](#) para recibir avisos adicionales, actualizaciones, etc. ¿Aún no ha configurado su cuenta YMCA360? [Haz clic](#) para comenzar.

Aviso para miembros: Calendario de cierre de mantenimiento anual

Cada año renovamos los pisos del estudio y del gimnasio y realizamos el mantenimiento de la piscina para que su experiencia Y sea insuperable. ¡Apreciamos su comprensión mientras mantenemos su Y luciendo genial!

Tenga en cuenta que *toda el área acuática* está cerrada durante las fechas de mantenimiento: piscinas, fuentes de agua, baño de vapor, saunas* y spas.

Horarios

Deportes acuáticos

reloj infantil

Muro de escalada

Centros de actividades familiares

Horarios de ejercicios grupales

Gimnasia

Transmisión en vivo y clases bajo demanda

Parque de patinaje

Deportes

Centros de actividades para jóvenes y adolescentes

Fechas de cierre de los deportes acuáticos:

- **Spokane central** : cerrado del 30 de septiembre al 10 de octubre
- **Spokane Valley** : Cerrado del 17 al 27 de junio **Las saunas estarán abiertas en los vestuarios.*
- **Spokane norte** : cerrado del 26 de agosto al 5 de septiembre
- **Litehouse** : cerrado del 27 de julio al 4 de agosto

Horarios de clases de natación



Horarios del equipo de natación



Horarios de clases de salvavidas



Amenidades Acuáticas



Filtros

Borrar filtros

miércoles, 3 de abril

Ubicaciones

- YMCA central de Spokane
- YMCA
- YMCA del norte de Spokane
- YMCA del sur de Spokane
- YMCA del Valle de Spokane

Tipo de horario

- Fitness grupal
- Orientaciones de Bienestar y Entrenamiento Personal
- Deportes acuáticos
- Fitness grupal (en persona)
- Gimnasio
- Vigilancia infantil, centros de actividades familiares y centros de actividades juveniles
- Fitness grupal virtual (instructores locales)

Tiempo	Ubicación	Clase
5:00 am - 8:00 pm piscina de entrenamiento	YMCA	Vuelta/natación familiar
5:00 am - 8:30 pm Bañera de hidromasaje	YMCA central de Spokane	Bañera de hidromasaje abierta
5:00 am - 8:30 pm Bañera de hidromasaje	YMCA central de Spokane	Bañera de hidromasaje abierta
5:00 am - 8:30 pm piscina de entrenamiento	YMCA central de Spokane	Natación abierta - 1 carril
5:00 am - 4:15 pm piscina de entrenamiento	YMCA central de Spokane	3 carriles; natación en regazo/trote acuático
5:00 am - 8:30 pm Sauna	YMCA central de Spokane	sauna abierta
5:00 am - 8:30 pm Cuarto de vapor	YMCA central de Spokane	sauna abierta
5:00 am - 8:30 pm piscina de entrenamiento	YMCA central de Spokane	sauna abierta
5:00 am - 8:00 pm piscina de entrenamiento	YMCA	Vuelta/natación familiar

Remember: Switch back to English when you are finished if you are using a shared workstation.