

# 娱乐活动课程

## 体育运动与健身

我们全年都为所有年龄和能力人士提供各种类型的体育运动和活动。

下面列出我们提供的各种活动和课程：

### 青少年体育运动

- 篮球
- 腰旗橄榄球
- 田径
- 女子排球
- 英式足球

### 青年体育班

- 网球
- 室内塑胶足球
- 体育班
- 软式垒球

### 成人班与成人组

- 垒球团体赛
- 腰旗橄榄球
- 休闲式健身运动、NIA、瑜伽、瑜珈提斯
- 网球
- 增强式训练
- 英式足球
- 篮球

如果你最喜欢的运动项目没有在上面列出，请告诉我们。我们永远欢迎开设任何新课程的提议。

High Point 社区中心为全社区的居民（不论其年龄、能力和经济状况如何）提供各种课程、活动和特殊活动。

### 家庭活动

我们定期举办可让全家人参加的活动。以前举办过的趣味性活动包括有魔术表演、爬行大侠 (Roving Reptile Man) 和疯狂科学 (Mad Science)。

### 特殊活动

每年均举办各种假节日庆祝活动，其中包括：

- 复活节寻蛋比赛 (Spring Egg Hunt)
- 全国户外同乐夜 (National Night Out)
- 怪诞秋季嘉年华 (Freaky Fall Festival)
- 感恩节大餐 (Thanksgiving Dinner)
- 社区假日聚餐 (Community Holiday Potluck)

### 幼儿

查看我们定期举办的可随时参加的幼儿活动和课程，包括室内游乐场。我们还举办各种课程班、特殊活动和露营活动。

### 青年

我们每个季度都举办各种类型的课程班，包括音乐班、体育班、假日主题班、艺术与工艺班等。

### 少年

我们的“少年活动中心”是个快乐的场所，在那里可以打台球、看电视、辅导做作业、参加烹饪班、野外旅行，以及获得服务学习机会！每周还提供各种晚间课程。

### 成人

我们的中心不仅是小孩的活动场所。请与其他成年人一起参加各种令人兴奋和内容丰富的课程。我们有一天、周末或每周一次的课程班，请亲自前来报名参加。我们提供各种各样的活动，从钢琴班到瑜伽班都有。没有任何限制！

### 50 岁或以上成人

我们与长寿娱乐公司 (Life Long Recreation) 的工作人员合作，定期举办各种日间旅游、健身课程、俱乐部和各种活动。

### 特殊需要人群

“特殊活动与课程办公室” (Specialized Programs office) 为西雅图西部地区定期举办各种课程和特殊活动。如对报名参加有任何疑问，请致电 206-684-4950。

## 学龄儿童照顾

“课前课后活动课程”提供友善的儿童照顾服务，以方便小孩就读幼儿园至 5 年级的职业家长。在举办夏令营时，我们有提供学龄儿童照顾的需要。

“High Point 儿童照顾”是西雅图西部地区最廉宜的儿童照顾服务之一，它是完全由 DSHS (社会福利服务部) 发证的机构，这意味着可保证你的孩子在离开学校或家庭后的时间得到最有效的利用。该机构的职员努力工作，为小孩提供选择和自我导向机会，并鼓励每个小孩的创造性和独特性。

课程收费按一学年 10 个月 (178 天) 平均摊分来计算。在非上学日和放假一周期间所举行的课程，则需另外收费。课程工作人员向小孩提供早餐和午餐。

我们向符合资格的家庭提供最高可达 90% 的奖学金，我们还接受 DSHS 的儿童照顾补助。

**诚征教员：** 你是否有特殊才能或兴趣并愿意与他人分享？我们永远欢迎开设任何新课程的提议。请致电 206-684-7422。

## 西雅图公园与娱乐局愿景:

我们在创建人们安居乐业、公园遍布并有各种活动课程的社区。

## 西雅图公园与娱乐局和联合娱乐委员会 (ARC) 一起为你服务!

“联合娱乐委员会”(ARC) 是西雅图公园与娱乐局最强大和最重要的合作伙伴之一。ARC 是一家独立的非牟利组织, 致力于向各社区提供各种课程与服务来支持西雅图的娱乐活动, 并就各种课程、服务、设施和营运向公园局提供咨询意见。

## 顾问委员会信息

每个顾问委员会均由“公园与娱乐局”局长任命的居民义工组成, 与公园局工作人员一道工作, 对在特定社区中心提供的或为特定居民提供的各种类型的课程和活动提供意见。

ARC 提供财务问责制、对顾问委员会的支持、以社区为重点的领导、教育和政策指导。

你也可以参加 High Point 顾问委员会每月举行的会议, 提出你的个人意见。

## HIGH POINT 顾问委员会的使命:

- 通过提供卓越的客户服务和提高生活质量和帮助个人实现其全部潜能来联系社区。
- 打破障碍, 确保平等、包容和提供可负担的服务。
- 回应居民要求, 对社区负责, 借以促进终生健康和合适的活动、创造性学习以及公民教育。

# 在 HIGH POINT 举行的趣味性课程!

- 幼儿、青少年、成人和长者课程
- 课前课后照顾
- 夏令营
- 幼儿户内游戏
- 学前班
- 舞蹈班
- 体育竞赛
- 家庭课程
- 特殊活动
- 可随时参加的篮球和排球
- 乒乓球

**要了解更详尽的活动项目, 请查看内页!**

## 可提供经济援助

西雅图公园与娱乐局和 ARC 提供奖学金, 以帮助交付各种课程的学费。

可提供的儿童照顾课程奖学金最高可达 90%。所有其它娱乐活动和课程的奖学金最高可达 80%。需要申请。

我们还接受 DSHS 的补贴, 我们是持证的 DSHS 儿童照顾机构。

## 其他资源

如果你在寻找一种我们没有提供的服务, 请随时向我们咨询邻近社区可提供的其他资源。我们能够将你转介给我们任何一个合作机构。

## 出租

High Point 社区中心为各种会议和活动提供高质量的房间和设施。

## 可提供的房间包括:

### 多用途室

- 可容纳 184 人

### 体育馆

- 可容纳 376 人

### 会议室

- 可容纳 10 至 184 人

## 设备完整的商业级厨房

## 可提供的设施包括:

### 椅子和桌子

- 可坐 200 个宾客

### 投影屏

### 配有麦克风的讲台

### 计分与计时设备

- 供体操使用

### 为各种派对提供幼儿玩具

- 可提供幼儿玩具, 要另付费

由于租金和服务收费每年不同, 所以我们没有在此列出。请向我们打听有关你的活动的收费。

我们期望为你下次的特别活动提供帮助。

请立即联系我们!

# High Point 社区中心



**6920 34TH AVE SW  
SEATTLE, WA 98126**  
电话: (206) 684-7422  
传真: (206) 684-7402



创建人们安居乐业、公园遍布并有各种活动和课程的社区。