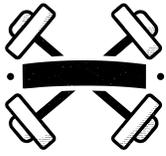




# Adaptive/Therapeutic Sports & Recreation



## CENTRAL ELÉCTRICA

## ADAPTADO ENTRENAMIENTO CON PESAS

Lunes 11:30 AM - 12:15 PM

Mayo - Agosto, 2025

### PROGRAMAS DE ENTRENAMIENTO:

- Entrenamiento de fuerza
- Capacidad aeróbica
- Tonificación Muscular
- Familiarización con el gimnasio



## INDIO COMMUNITY CENTER SALA DE PESAS

18+ años de edad o más

¡Usa zapatos cerrados y  
trae agua!



### CONTÁCTENOS :

[www.MyRecreationDistrict.com](http://www.MyRecreationDistrict.com)

45871 Clinton St, Indio, CA 92201

35 \$ al mes para residentes y 45 \$ al  
mes para no residentes, o GRATIS  
con Membresía Adaptativa

