



CENTRAL ELÉCTRICA

ADAPTADO ENTRENAMIENTO CON PESAS

Jueves 2:00 - 2:45 p.m.
Enero - Abril, 2025

PROGRAMAS DE ENTRENAMIENTO:

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



**GIMNASIO DEL CENTRO
COMUNITARIO DE PALM DESERT**

18+ años de edad o más

¡Usa zapatos cerrados y
trae agua!



CONTÁCTENOS :

www.MyRecreationDistrict.com

45871 Clinton St, Indio, CA 92201

\$25 por mes o GRATIS con
Membresía Adaptativa

