

DICIEMBRE 2021 Zoom comunitario para necesidades especiales y actividades al aire libre

* Las actividades se proporcionarán a través de Zoom para todas las discapacidades, GRATIS y para todas las edades, a menos Confirmar tarifas con las organizaciones. No es necesario pertenecer a la organización para participar.

Visite www.myrecreationdistrict.com/adaptive-sports-calendar para obtener listados completos de calendario con enlaces

Actividades canceladas el 24, 25, 26 y 31 de diciembre debido a las vacaciones. ¡Le deseamos a usted y a los suyos unas felices y seguras vacaciones!



Desert Recreation District actividades en línea y / o al aire libre (en los centros comunitarios que se muestran como CC)

Es necesario registrarse en <https://www.myrecreationdistrict.com/adaptivetherapeutic-sports-recreation>. Las tarifas son mensuales por programa. Membresías anuales y semestrales disponibles.

* GRATIS con la Membresía del Programa Adaptativo [Anual - \$ 200, Semestral - \$ 125. Excluye Karate]

** Programa ofrecido en asociación con SoCal Adaptive sports ^^ Programa ofrecido en asociación con Friends of the Desert Mountain

Regístrese para los programas HÍBRIDOS en el sitio web de DRD, seleccione uno que indique EN LÍNEA o EN PERSONA. Correo electrónico:

AdaptiveSports@drd.us.com Teléfono: 760.834.9597

NOTA: los cierres de instalaciones / fechas sin programas en diciembre incluyen el 24, 27 y 31 de diciembre, y los centros comunitarios de Palm Desert e Indio estarán cerrados del 13 al 19 de diciembre por la semana de mantenimiento.

| | | | | | |
|--|-----------------------------|-----------|-------------|--|-------------|
| Multideportivo [kickball, fútbol, wiffleball, frisbee, etc.] | Palm Desert CC | Lunes | 2-3pm | 6 de diciembre 13, 20 | \$ 25* |
| Baloncesto** | Palm Desert CC | Lunes | 3-4:30 pm | 6 de diciembre 13, 20 | \$ 25* |
| Kárate | En línea | Lunes | 4:15-5:15pm | 6,13,20 de diciembre | \$ 50 / mes |
| Tiro con arco para adultos | Indio CC | Martes | 2:30-3:30p | 7, 21, 28 de diciembre | \$ 25* |
| Tiro con arco juvenil | Indio CC-Outdoor | Martes | 3:30-4:30pm | 7, 21, 28 de diciembre | \$ 25* |
| Aptitud para adultos | Indio CC | Martes | 4-4:45 pm | 7, 21, 28 de diciembre | \$ 25* |
| Baloncesto | Palm Desert CC-Exterior | Miércoles | 3-4:30 pm | 1, 8, 15, 22, 29 de diciembre | \$ 25* |
| Grupo de apoyo | En línea | Miércoles | 7-8 pm | 1 y 15 de diciembre | GRATIS |
| Fitness híbrido | Bermuda Dunes CC y en línea | Jueves | 10-11 am | 2, 9, 16, 23, 30 de diciembre | \$ 25* |
| Tenis** | Palm Desert CC | Jueves | 3:30-4:30pm | 2, 9, 16, 23, 30 de diciembre | \$ 25 * |
| Pickleball | Palm Desert CC | Jueves | 4:30-5:30pm | 2, 9, 16, 23, 30 de diciembre | 25* |
| Fitness sentado híbrido | Bermuda Dunes CC y en línea | Viernes | 10-11 am | 3, 10, 17 de diciembre | 25* |
| Boccia ** | Palm Desert CC | Viernes | 2:30-3:30pm | 3 y 10 de diciembre 17 | 25* |
| Meditación híbrida | Bermuda Dunes CC y en línea | Viernes | 4:15-5pm | 3, 10, 17 de diciembre | 25* |
| Gimnasia | Indio CC | sábados | 9-9:50 am | 6,20 de noviembre y 4,11 de diciembre [combinado para hacer 1 mes de clases] | 25* |
| Senderismo ** ^^ | Varios lugares | sábados | 9-11 am | 4, 18 de diciembre | GRATIS |

Presentado por los servicios de salto: comuníquese con Karina para obtener instrucciones de zoom en kmelgar@leapsservices.com o llame a 760.673.6564 Clases de membresía disponibles a las 12pm. Nota: ¡Nuevas horas de clase!

| | | | | | |
|-----------------------------|------|-----------|--------------|-------------------------------|--------|
| Música con Nick | Zoom | Lunes | 1-2 pm | 6,13,20,27 de diciembre | Gratis |
| Leer | Zoom | Martes | 11 am-12 pm | 7, 14, 21, 28 de diciembre | Gratis |
| Arte | Zoom | Miércoles | 11 am- 12 pm | 1, 8, 15, 22, 29 de diciembre | Gratis |
| Karaoke | Zoom | Jueves | 11 am-12 pm | 2, 9, 16, 23, 30 de diciembre | Gratis |
| Cocinando con el Chef Oscar | Zoom | Viernes | 1-2 pm | 3, 10, 17 de diciembre | Gratis |

Presentado por High Hopes Dance Troupe. Comuníquese con Renée para obtener instrucciones sobre Zoom en highhopesdance@yahoo.com o en Facebook en High Hopes Dance. Para obtener instrucciones sobre Hip Hop Zoom, envíe un correo electrónico a dani.hjerpe@gmail.com

| | | | | | |
|---|------|----------|----------|------------------------|--------|
| Clase de baile para adolescentes y adultos | Zoom | sábados | 10-11 am | 4, 11, 18 de diciembre | Gratis |
| Clase de baile de hip hop para adolescentes y adultos | Zoom | Domingos | 5-6 pm | 5, 12, 19 de diciembre | Gratis |

Presented by UCPIE -Contact DJ Paul for Zoom instructions at djpaul@ucpie.org or call 760.880.0899

EVENT: UCPIE North Pole Drive-Up, Dec. 9th 4-6 PM - Holiday Zoom Party, 11 de diciembre de 11:30 AM-1 PM w/DJ Paul, Dec. 30th 4-5 PM

Dance Party

| | | | | | |
|-------------------------------------|------|---------------------|--------|--|--------|
| Crossfit adaptable con Ms. Cheryl | Zoom | Lunes | 4-5 pm | 6,13,20,27 de diciembre | Gratis |
| Karate adaptativo con Sensei Tamara | Zoom | Martes | 4-5 pm | 7, 14, 21, 28 de diciembre | Gratis |
| Karate adaptativo con Sensei Tamara | Zoom | Miércoles | 4-5 pm | 1, 8, 15 de diciembre | Gratis |
| Yoga adaptativo con Miss Kim | Zoom | Miércoles | 4-5 pm | 22,29 de diciembre | Gratis |
| Yoga adaptativo | Zoom | Jueves | 4-5 pm | 9 de diciembre) 23 de diciembre - Película 30 de diciembre - Fiesta de baile con DJ Paul | Gratis |
| Mostrar y contar, cantar, bailar | Zoom | Viernes con DJ Paul | 4-5 pm | 3, 10, 17 de diciembre | Gratis |

Presentado por Desert Arc - Comuníquese con Martha para obtener instrucciones sobre Zoom en mgonzalez@desertarc.org o llame al 760.601.2325 **NOTA: VACACIONES DE INVIERNO-NO HAY CLASES Del 13 al 22 de diciembre.**

EVENTO: BAILE VIRTUAL DE VACACIONES 23 de diciembre 6-8 PM

| | | | | | |
|-----------------------|------|-----------|--------------|---|--------|
| Karaoke | Zoom | Lunes | 2-3pm | 6 y 27 de diciembre | Gratis |
| Tai Chi / Mindfulness | Zoom | Martes | 2-3pm | 7 y 28 de diciembre | Gratis |
| ¡Zumba! | Zoom | Miércoles | 2-3pm | 1, 8 y 29 de diciembre | Gratis |
| Arte y Artesanía | Zoom | Jueves | 2-3pm | 2, 9 y 30 de diciembre | Gratis |
| Noche de película | Zoom | Viernes | 5:30-7:30 pm | 3/12 "Clifford el perro rojo" 10/12 "Grinch (2018)" | Gratis |

Presentado por Autism Society Inland Empire. Regístrese en www.ieautism.org/events/

NOTA: Las personas DEBEN confirmar su asistencia para participar y recibir enlaces.

EVENTO: Winter Wonderland Drive-thru en Palm Desert - Sáb. 18 de diciembre / 12:30 - 3:30 DEBE RSVP en IEautism.org/events

| | | | | | |
|--|------|------------------------|-------------|-------------------------------|--------|
| Grupo de apoyo para padres de adultos | Zoom | Lunes 2x / mes | 6 a 7 pm | TBA | Gratis |
| Diversión con música para todas las edades | Zoom | Lunes | 5-5 50 pm | 6,13,20,27 de diciembre | Gratis |
| Clase de arte virtual (todas las edades) | Zoom | Martes | 3:30-4:30pm | 7, 14, 21, 28 de diciembre | Gratis |
| Háblame el martes | Zoom | Martes | 5:30-6:30pm | 7, 14, 21, 28 de diciembre | Gratis |
| Club social para adolescentes / adultos (mayores de 13 años) | Zoom | Jueves | 3 a 4 pm | 2, 9, 16, 23, 30 de diciembre | Gratis |
| Grupo de chicas adolescentes (de 13 a 17 años) | Zoom | Los jueves quincenales | 4:30-5:30pm | 9, 23 de diciembre | Gratis |
| Movie Club (mayores de 13 años) | Zoom | Jueves 2x / mes | 4:30-6:30pm | 2, 16 de diciembre | Gratis |
| Historias para dormir | Zoom | Jueves | 7-7:15 pm | 2, 9, 16, 23, 30 de diciembre | Gratis |
| Jóvenes en Rancho (mayores de 18 años) | Zoom | Viernes cada dos | 7-8:15 pm | 3, 17 de diciembre | Gratis |
| Súper Sábado | Zoom | sábados | 9: 30-10 am | 4, 11, 18 de diciembre | Gratis |
| *Grupo virtual de juegos de rol para mayores de 16 años | Zoom | sábados | 7-9 pm | Sin fechas / TBA | Gratis |

| | | | | | |
|--|--------------------------|--------|-------------|----------------------------|----------------|
| ¡Jugar a los bolos con amigos especiales | Carriles de Palm Springs | Martes | 3:30-5:00pm | 7, 14, 21, 28 de diciembre | \$ 6 semanales |
|--|--------------------------|--------|-------------|----------------------------|----------------|

Para obtener más información o para registrarse, comuníquese con el entrenador voluntario Andrew Macchia al 760.275.7108 o por correo electrónico a dolcemacchia@dc.rr.com NOTA: Este no es un evento organizado. Es un grupo independiente de amigos jugando a los bolos.