

# Guía de Actividades y Programas

Mayo | Junio | Julio | Agosto 2023



# BIONVONICIOS A LA CIVOPSIÓN CO VOPANO!

Es verano en el desierto y sabemos que muchas personas optan por "Staycations" por una variedad de razones. Una de ellas puede ser las numerosas opciones de diversión y recreación aquí en el Valle de Coachella, incluso en los abrasadores meses de verano. Bueno, no busque más allá de las páginas de esta guía para ver muchas opciones. Justo en su propio patio trasero.

Si refrescarse en la piscina es su idea de diversión, ofrecemos programas en la piscina de Cathedral City High School, Bagdouma Pool en Coachella, Fritz Burns Pool en La Quinta, Mecca Pool y Pawley Pool Family Aquatic Complejo en Indio. Poner en marcha la temporada de piscinas de verano será nuestra popular Operación Splash Evento de lanzamiento el 3 de junio de 2023, en Bagdouma Pool. La diversión comienza a las 9 a. m. (consulte la página 39 para obtener más información detalles y para saber cómo solicitar las becas para clases gratuitas de natación para jóvenes), con natación abierta gratuita y más.

Para aquellos que disfrutan estar al aire libre en las noches cálidas, ¿por qué no vienen a una película en el parque o a un ¿Película de inmersión en la piscina? Estas películas para toda la familia comienzan después de que se pone el sol y se pueden encontrar en varias comunidades; este verano planeamos mostrar *Minions: The Rise of Gru, Lightyear, y Lyle, Lyle Crocodile*, por nombrar algunos.

Si prefiere estar en el interior, tenemos una variedad de deportes de interior como baloncesto, voleibol, tenis de mesa, y futbol También tenemos clases de fitness en la comodidad del aire acondicionado, que van desde los tramos constantes de Yoga y Tai Chi a las experiencias rítmicas de Salsaerobics y Zumba. Y no se olvide de nuestro sendero interior para caminar en el Centro Comunitario de Indio.

Para garantizar el acceso a parques y actividades recreativas para todos, independientemente de sus ingresos o capacidad, nuestra Fundación de Recreación del Desierto trabaja entre bastidores para recaudar fondos y crear conciencia de lo que nuestro distrito lo hace. Algunas de las formas en que lo hacemos es ofreciendo ayuda financiera a familias de bajos ingresos y nuestra Recreación adaptativa programas deportivos para personas con discapacidad.

Nuestro nuevo evento de recaudación de fondos, "Evening at the Oasis" será una noche emocionante con Sensaciones J's Dueling Pianos el 20 de mayo de 2023: obtenga más información sobre este evento en DesertRecreationFoundation.org. Los ingresos apoyan directamente a nuestra Fundación y su misión de enriquecer y preservar la calidad de vida de los residentes. Si no puede asistir pero le gustaría apoyar nuestro misión, visite DesertRecreationFounation.org/donate-today para hacer una donación en línea.

En nombre de todo el equipo, Encuentra DIVERSIÓN, Encuentra COMUNIDAD y Encuentra PARQUES Y RECREACIÓN este ¡verano!

Atentamente.

Kevin Kalman, General Manager

# Tabla de Contenido

Bermuda Dunes	5–6
Cathedral City	7–9
Coachella	10–15
Golf	55
Indian Wells	16
Indio	17–31
Indio Hills	32–33
La Quinta	34–39
Mecca	40–43

North Shore	44–46
Oasis	47–48
Palm Desert	49–60
Thermal	61–63
Thousand Palms	64–65
Donde estamos	66
Asistencia financiera	67
Desert Recreation Foundation	67



# Instalaciones de Renta

# TENEMOS TU ESPACIO PARA EVENTOS PERSONALES, DE EQUIPO O EMPRESARIALES





RENTA DE
INSTALACIONES PARA
EVENTOS INTERIORES Y
EXTERIORES DISPONIBLES
DURANTE TODO EL ANO
PARA USTED

Fiestas y Celebraciones
Eventos y Dias Festivos
Deportes y Atletismo
Reuniones y Banquetes
Fiestas de Piscina
Varias ubicaciones

# Desert Recreation District

# JUNTA DIRECTIVA

Tenga en cuenta que algunas comunidades más grandes están representadas por más de un miembro de la junta.



NATALIA GONZALEZ *Director* División 1

PLAZO: 12/2/22 al 12/4/26 Indio, La Quinta, Mecca, North Shore, Oasis, Thermal, Vista Santa Rosa and 100 Palms



RUDY GUTIERREZ *Director* 

División 2

PLAZO: 12/4/20 al 12/6/24 Chiriaco Summit, Coachella, Indio and Indio Hills



LUIS ESPINOZA Director

División 3

PLAZO: 10/4/22 al 12/6/24 Indio



RUDY ACOSTA

Vicepresidente

División 4

PLAZO: 12/2/22 al 12/4/26
Bermuda Dunes,
Desert Palms,
Indian Wells,
La Quinta and
Palm Desert



LAURA MCGALLIARD

Presidenta

División 5

PLAZO: 12/4/20 al 12/6/24 Palm Desert, Rancho Mirage and Thousand Palms

El Distrito de Recreación del Desierto está gobernado por una Junta Directiva elegida. Hay cinco miembros de la Junta Directiva del DRD, cada uno de los cuales sirve a una de las divisiones electorales enumeradas bajo el nombre de cada miembro. Estas divisiones electorales conforman el amplio territorio del Distrito, que se extiende desde Rancho Mirage (en Bob Hope Drive) al este hasta Salton Sea.

# INFORMACIÓN GENERAL

#### **DESCUENTOS**

En este momento, no podemos ofrecer descuentos para miembros adicionales de la familia, como el segundo y tercer hijo en nuestros programas después de la escuela, ya que nos esforzamos por brindar el mejor valor a todos nuestros huéspedes. Por lo tanto, hemos establecido nuestros precios al mejor precio, punto que podemos ofrecer, lo que no permite descuentos.

#### ERRORES

Si bien se hace todo lo posible para garantizar la precisión de la información de nuestro programa, es posible que se produzcan errores de vez en cuando, por lo que recomendamos llamar para verificar la información. Pedimos disculpas si hemos cometido un error en esta o en alguna de nuestras publicaciones. TENGA EN CUENTA: Todos los programas están sujetos a cambios sin previo aviso.

#### **TARIFA**

Todas las tarifas indicadas en esta guía son para residentes del Distrito. Para determinar si su residencia se encuentra dentro de los límites del Distrito, ingrese su dirección en **MyRecreationDistrict.com/map-board-representatives**. También puede ver las tarifas de residentes y no residentes cuando consulta los detalles de cualquiera de las actividades en esta guía en línea. Si necesita asistencia adicional, llame al 760-347-3484.

#### HORAS

El horario de atención varía según la ubicación del Centro Comunitario, la actividad y otros elementos, como la época del año y los eventos especiales. Debido a todas las variaciones, recomendamos llamar a nuestra Oficina Administrativa al (760) 347–3484 para verificar el horario en el que estamos abiertos en cualquier ubicación en particular.

#### **FOTOGRAFÍAS Y VIDEOS**

El Distrito de Recreación del Desierto (DRD) se reserva el derecho de fotografiar y grabar en video las instalaciones, actividades, programas y participantes de eventos especiales para un posible uso futuro. Todas las fotografías y videos, ya sean copias impresas o digitales, seguirán siendo propiedad de DRD y podrán usarse únicamente con fines publicitarios o promocionales.

# POLÍTICA DE REEMBOLSO/PRORRATEO COMPENSACIÓN

Los reembolsos solo se otorgan si el Distrito Recreativo del Desierto cancela un programa o una clase. Lo sentimos; sin embargo, no podemos ofrecer clases de recuperación o tarifas prorrateadas por las clases perdidas si no puede asistir a todas las clases, ya que hemos reservado un lugar para usted y posiblemente rechazamos a otros en función de su inscripción.

# Bermuda Dunes

**Nota:** Todas las actividades tienen lugar en el Centro Comunitario de las Dunas de las Bermudas, a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad siguiente

**Una nota sobre las tarifas:** para actividades mensuales en curso que pueden tener menos días o días adicionales durante algunos meses del año, las tarifas pueden ajustarse. Si hay ajustes, los verás reflejados en el precio cuando te registres. Gracias.

# Centro Comunitario de las Dunas de Bermunda



78-400 Avenue 42, Bermuda Dunes, CA 92203 (760) 347-3484

HORAS: Abierto durante Actividades. Le recomendamos llamar al centro para mas detalles



# DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

# EJERCICIO ADAPTIVO -HÍBRIDO (se ofrecen clases en línea y en persona)

Únase a nosotros para un entrenamiento exigente que tiene opciones para todos los niveles de habilidad. La clase se enfoca en fuerza y acondicionamiento con el uso de



equipo mínimo. Tiene la opción de inscribirse en clases presenciales o en línea cuando se registra.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves HORA: 10 - 11 a.m.

EDADES: 16 años o más con discapacidad o necesidades

especiales

COSTO: Gratis

#### GIMNASIA ADAPTATIVA

Nuestros entrenadores capacitados trabajarán con las necesidades individuales de los participantes para garantizar un entorno seguro en esta clase de gimnasia.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: miércoles HORA: 10:30 – 11:15 a.m.

EDADES: 4 a 10 años de edad con una discapacidad o una

necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes

## MÚSICA ADAPTATIVE

¡Acompáñanos a hacer música con instrumentos hechos para todos los cuerpos! ¡Esta clase de música adaptativa incorporará actividad física y diversión en un excelente ejercicio!

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes HORA: 1-2 p.m.

EDADES: 10 años o más con

discapacidad o necesidades especiales

COSTO: \$25 por Mes



# EJERCICIO ADAPTIVO SENTADO — HÍBRIDO (se ofrecen clases en línea y en persona)

La clase se enfoca en la fuerza acondicionamiento y estiramiento con el uso de equipo mínimo mientras está sentado. Opciones de ejercicio disponibles para todos los niveles. Tiene la opción de inscribirse en clases presenciales o en línea cuando se registra.

INSCRIPCIÓN: En curso

DAS: viernes HORA: 10 - 11 a.m.

EDADES: 16 años o más con discapacidad o necesidades

especiales

COSTO: Gratis

# ESTIRAMIENTO ADAPTATIVO Y RELAJACIÓN

Esta clase de Estiramiento Adaptativo y Relajación incorporará una serie de estiramientos dinámicos y técnicas de respiración para promover la relajación.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes HORA: 10 – 11 a.m.

EDADES: 10 años de edad y más con una discapacidad o una

necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes



# Bermuda Dunes

**Tenga en cuenta:** Todas las actividades tienen lugar en el **Centro Comunitario de las Dunas de las Bermudas**, a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad siguiente

# ARTES Y MÚSICA

#### PIANO - PRINCIPIANTE E INTERMEDIO

Esta clase enseñará a los niños el uso del teclado junto con instrucciones detalladas en este ambiente divertido y amigable. También se enseña teoría y técnica musical.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: jueves

HORA: 4 – 5 p.m. EDADES: 6 – 16 años de edad

COSTO: \$140 por Mes



# DESPUÉS DE LA ESCUELA TRADICIONAL -

El Distrito de Recreación de Desert se está asociando con el Distrito Escolar Unificado de Desert Sands para presentar el Programa de



Oportunidades de Aprendizaje Ampliado (ELOP) financiado por AB 130 para permitirles a los estudiantes la oportunidad de asistir al programa extracurricular sin cargo. Tendrán un ambiente seguro, divertido y social en el sitio escolar para los estudiantes después de completar el día escolar.

UBICACIÓN: Escuela Primaria Monroe

INSCRIPCIÓN: Comuníquese directamente con la Escuela Primaria James Monroe al 760-772-4130 para inscribirse

DÍAS: lunes a viernes

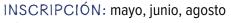
HORA: Salida de la escuela – 6 p.m.

GRADOS: Jardín de infantes a quinto COSTO: Gratis



# BAILAR, JUGAR Y FINGIR

Los niños pequeños se introducen en el baile a través de la ayuda de un juego de fantasía e imaginativo. Se requieren zapatos de ballet para niñas; camiseta, pantalones cortos y calcetines para niños.



DÍAS: martes HORA: 5:30 – 6:15 p.m.

EDADES: 2 ½ – 5 años de edad COSTO: \$42 por Mes



Zumbini es una música y movimiento para niños de 4 meses a 4 años de edad con un cuidador. Esta clase desarrolla habilidades cognitivas, sociales, emocionales y motoras de una manera musical divertida con canciones, bailes e instrumentos musicales.

INSCRIPCIÓN: mayo y junio

DÍAS: martes HORA: 4:15 - 5 p.m.

EDADES: 4 meses – 4 años de edad con cuidador

COSTO: \$45 por Mes TARIFA ADICIONAL: \$12 por clase



#### YOGA SUAVE PARA TU SALUD

En Gentle Yoga for Your Health, utilizamos un enfoque holístico y terapéutico para promover el bienestar general, la longevidad, el rejuvenecimiento y la relajación utilizando una variedad de técnicas y posturas de yoga.



INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS Y HORAS

lunes, 9:30 - 10:15 a.m. **O** jueves, 9 - 9:45 a.m.

EDADES: 18 años de edad y másr COSTO: \$55 por sesión de 4 semanas TARIFA ADICIONAL: \$16 por clase

# REUNIONES DEL CONSEJO COMUNITARIO DE BERMUDA DUNES

El Consejo Comunitario se reúne a las6 p.m. el segundo jueves de enero, marzo, mayo, septiembre y noviembre, y el público es bienvenido a asistir.

Consulte en <u>www.Rivco4.org</u> antes de asistir ya que las reuniones se podrán realizar vía ZOOM.

Fecha: 11 de mayo

Gracias.

# Cathedral City

Para obtener información o para registrarse, visite MyRecreationDistrict.com o llame al (760) 347-3484

# Piscina de la escuela secundaria Cathedral City



69-250 Dinah Shore Drive, Cathedral City, CA 92201 (760) 347-3484

HORAS: Abierto durante Actividades. Le recomendamos llamar al centro para mas detalles



#### KIDS CLUB - RIVER CANYON

En asociación con Hope through Housing, esta ubicación de Kids Club es exclusivamente para los niños y



adolescentes que residen en River Canyon Apartment Complex; este programa brinda tutoría, un refrigerio saludable, ayuda con la tarea y actividades que apoyan el enriquecimiento académico.

**Tenga en cuenta:** Durante las fechas de la sesión de verano entre el 13 de junio y el 3 de agosto, en lugar de asistencia con la tarea, el enfoque incluirá temas como cocina, manualidades y actividades científicas.

UBICACIÓN: River Canyon Apartment Complex DÍAS, HORAS Y FECHAS:

lunes - viernes • 3 - 6 p.m.

1 - 31 de mayo • 1 - 9 de junio • 9 - 31 de agosto

martes y jueves • 1 – 4 p.m.

13 - 29 de junio • 6 - 27 de julio • 1 - 3 de agosto EDADES: 5 - 17 años de edad





# ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA

TODAS LAS ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA MENCIONADAS EN ESTA SECCIÓN SE REALIZARÁN EN LA ESCUELA SECUNDARIA CATHEDRAL CITY

CUOTA DE ADMISIÓN PARA NATACIÓN ABIERTA O NATACIÓN DE VUELTA:

NIÑOS: \$3 (menores de 3 años de edad son gratis)

**ADULTOS: \$4** 

#### HORARIO DE LA PISCINA:

Primer día – domingo, 11 de junio

Último día – Viernes, 4 de agosto

## **LUNES - JUEVES:**

8 – 8:45 a.m. (Gimnasio en el agua/natación de vuelta)

9 – 11 a.m. (Clases para jóvenes/natación de vuelta)

1:45 – 3:45 p.m. (Gimnasio en el agua/natación de vuelta)

#### VIERNES:

8 - 8:45 a.m. (Gimnasio en el agua/natación de vuelta)

9 – 11:45 a.m. (Natación de vuelta/natación abierta)

1:45 - 3:45 p.m. (nado abierto)

#### SÁBADOS:

8 a.m. – 12 p.m. (Natación de vuelta/natación abierta)

# PELÍCULAS DE BUCEO

Únase a nosotros de 7:30 a 10:30 p.m. el sábado 24 de junio para una proyección de la película MINIONS: THE RISE OF GRU, -0- el 15 de julio para LIGHTYEAR en Cathedral City High School Pool (las películas comienzan al anochecer) – ¡visite nuestro sitio web en

MyRecreationDistrict.com/movies para obtener detalles sobre estas y todas las grandes películas que ofrecemos!

#### **WATERPOLO JUNIOR**

El waterpolo es un deporte divertido y enérgico que se centra en la cohesión del equipo y la estrategia de juego. Durante esta clase, los participantes aprenderán formas adecuadas de disparar y pasar el balón, así como técnicas defensivas y ofensivas. Los participantes también deben ser capaces de pisar el agua y nadar dos longitudes de la piscina sin parar.

FECHAS: 7 de julio – 18 de agosto

DÍAS: viernes HORA: 10 – 11:30 a.m.

EDADES: 8 – 13 años de edad COSTO: \$75

# Cathedral City

Para obtener información o para registrarse, visite MyRecreationDistrict.com o llame al (760) 347-3484



# ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA

## **CLASES DE AGUA PARA ADULTOS**

## AERÓBIC ACUÁTICO PARA ADULTOS

Esta clase de aguas poco profundas está diseñada para desarrollar fuerza mientras se divierte. La clase incorporará herramientas de resistencia como pesas de aqua flotantes y fideos. No se requiere habilidad para nadar.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$50 por sesión HORA: 8 – 8:45 a.m.

DÍAS Y FECHAS

lunes y miércoles:

12 de junio – 5 de julio • 10 de julio – 2 de agosto

## **CLASE SENIOR SPLASH**

Senior Splash es una clase de aeróbic acuático y fuerza diseñada para todos los niveles de habilidad, incluso para aquellos que no son nadadores, para ayudar a mantener un mayor control de su salud.



#### **FDADES:**

18 años de edad y más

COSTO: \$25 por sección HORA: 8 – 8:45 a.m.

DÍAS Y FECHAS:

## martes y jueves:

13 de junio – 6 de julio • 11 de julio – 3 de agosto

# CLASES DE NATACIÓN PARA NIÑOS Y **JÓVENES**

El costo de todas las siguientes clases es de \$ 62.50 por sesión, las clases se llevan a cabo los lunes, martes, miércoles y jueves, y las fechas de las sesiones de la clase de natación son las siguientes a menos que se indique lo contrario:

SESIÓN 1: 12 – 22 de junio

SESIÓN 2: de junio – 6 de julio

SESIÓN 3: 10 – 20 de julio

SESIÓN 4: 24 de julio – 3 de agosto

## CLASES DE NATACIÓN INFANTIL

Nuestras clases de natación para bebés les ayudan a sentirse cómodos dentro y alrededor del agua, jy comienzan un amor de por vida por las actividades acuáticas! Los padres aprenden habilidades básicas con su hijo, y un padre / adulto debe acompañar al niño en el agua.

#### Parent & Me Nivel 1:

EDADES: 18 Meses - 3 años de Edad

HORA: 9 - 9:45 a.m.

#### Parent & Me Nivel 2:

Las actividades incluyen las del Nivel 1 más habilidades básicas de natación

EDADES: 2 - 3 1/2 años de edad

HORA: 11 - 11:45 a.m.

## CLASES DE NATACIÓN PREESCOLAR

¡Vamos a nadar! A esta edad, los niños que se sienten cómodos alrededor del aqua son introducidos a los fundamentos de la natación segura y efectiva.

GUPPIES: Los niños son colocados en clases basadas en su capacidad, y los padres no acompañan a los niños en esta clase.

EDADES: 3 – 6 años de edad

HORA: 9 - 9:45 a.m. • 10 - 10:45 a.m.

# CLASES DE NATACIÓN EN LA ESCUELA PRIMARIA

La natación es una excelente manera de mantenerse en forma y activo, y ofrecemos cinco niveles de clases para jóvenes, según la edad y la capacidad de natación.

PINGÜINOS 1 Y 2: Haga que los niños con poca o ninguna experiencia en natación comiencen con lo básico. La seguridad en el agua, la flotación, las patadas, la acción de los brazos y el uso de las piernas introducen a los niños a este excelente deporte.

## Pingüinos 1

EDADES: 6 ½ – 12 años de edad HORA: 9 - 9:45 a.m. • 11 - 11:45 a.m.



EDADES: 8 - 12 años de edad

HORA: 10 - 10:45 a.m.



# Cathedral City

Para obtener información o para registrarse, visite MyRecreationDistrict.com o llame al (760) 347-3484

MANTARRAYAS: Los nadadores deben demostrar todas las habilidades enumeradas en pingüinos, así como la capacidad de nadar 10 yardas sin apoyo. Las habilidades enseñadas incluyen estilo libre, braza y patada de mariposa, espalda elemental, así como seguridad adicional en el aqua.

EDADES: 6 ½ – 12 años de edad HORA: 9 – 9:45 a.m. • 11 – 11:45 a.m.



BARRACUDAS: El rastreo frontal, el rastreo hacia atrás, el estilo trasero, la braza y la patada lateral, junto con pisar el agua hacen que esta clase sea divertida a medida que los niños agudizan y amplían sus

habilidades de natación.

EDADES: 7 - 13 años de edad

HORA: 10 - 10:45 a.m.

TIBURONES: Los tiburones son agudos, ya que se centran en la resistencia con espalda y estilo libre, dominan la respiración de estilo libre y se basan en la mariposa y la espalda elemental. Se introduce el giro en la pared. Los requisitos incluyen estilo libre con respiración lateral,

espalda y espalda elemental para 25 yardas.

EDADES: 8 – 14 años de edad

HORA: 11 - 11:45 a.m.



# FERIA DE RECURSOS PARA CAMPAMENTOS DE VERANO

Esta feria gratuita contará con campamentos de verano, clases, programas y servicios para niños y adolescentes. ¡Es una excelente manera de comenzar a planificar para el verano y es muy divertido asistir! ¡Juegos para toda la familia, así como actividades integradoras y mesas de exhibición, y muchos obsequios!

FERIA #1 FECHA: sábado, 6 de mayo

UBICACIÓN: Centro Comunitario de Palm Desert

43-900 San Pablo Avenue, Palm Desert

FERIA #2 FECHA: Saturday, May 20

UBICACIÓN: Centro comunitario y para personas mayores

de Jerry Rummonds:

87-229 Church Street, Thermal

HORA: 10 a.m. - 2 p.m. EDADES: Todas las edades

# **SENDERISMO ADAPTADO**

Únase a nosotros en caminatas grupales en diferentes lugares alrededor del valle. El senderismo generalmente se lleva a cabo los sábados, y la hora de inicio depende de la duración de la caminata y del mes / temperatura.

Hiking diseñadas para dirigirse a personas con discapacidades y

necesidades especiales, pero incluyen TODAS LAS

HABILIDADES. Se anima a los miembros de la familia a unirse a

las caminatas. El Programa de Senderismo se ofrece en asociación con SoCal Adaptive Sports & Friends of the Desert Mountains.



DÍAS: sábados

HORA: 8:30 - 10:30 a.m.

EDADES: 8 años de edad y más con una discapacidad o una

necesidad especial

CAMINATA Y FECHA: 13 de mayo • Ernie Maxwell Trail

27 de mayo • Upper Carrizo Canyon

**COSTO:** Gratis



Tenga en cuenta: todas las actividades en persona se llevan a cabo en el Centro Comunitario de Bagdouma, a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.

Una nota sobre las tarifas: para actividades mensuales en curso que pueden tener menos días o días adicionales durante algunos meses del año, las tarifas pueden ajustarse. Si hay ajustes, los verás reflejados en el precio cuando te registres. Gracias.

# Centro Comunitario del Parque Bagdouma



51-251 Douma Street, Coachella, CA 92201 (760) 347-3484 HORARIO: lunes, miércoles, jueves y viernes: 2:30 p.m. – 6 p.m. Martes: 3 – 7:30 p.m. • Sábado y Domingo: Cerrado



Piscina comunitaria de Bagdouma

84-599 Avenue 52, Coachella, CA 92236 (760) 347-3484 Reserve alquileres de primavera y verano ahora

# 50 ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

# EN FORMA DESPUÉS DE LOS 50

¡Fortalezca los músculos, mantenga la flexibilidad de las articulaciones y aumente el flujo sanguíneo con ejercicios que benefician a todo el cuerpo mientras se DIVIERTE! Esta clase se desarrolla a través de una asociación con la Oficina de Envejecimiento en el condado de Riverside.



INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes y miércoles HORA: 8:30 – 9:30 a.m. EDADES: 50 años de edad y más COSTO: Gratis



# DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

#### ESCENA ARTÍSTICA ADAPTATIVA

¡Únete a nosotros para una noche adaptativa de diversión pintando! ¡Todos los participantes tendrán la oportunidad de mostrar sus habilidades artísticas en lienzo! La clase está abierta a personas con discapacidades y necesidades especiales. ¡Se anima a todos los niveles de habilidad a unirse!

FECHAS: 30 de junio HORA: 6:30 – 8 p.m.

EDADES: 6 – 17 años de edad con una discapacidad o una necesidad especial

COSTO: Gratis

## JUEGO DE AGUA ADAPTIVO

Las personas con una discapacidad o necesidad especial son bienvenidas a unirse a un Open Swim temprano, brindando la oportunidad de practicar habilidades de natación y divertirse con amigos y familiares.



**UBICACIÓN:** 

Piscina comunitaria de Bagdouma

DÍAS: sábados

FECHAS: junio 10 – 24 • julio 1 – 29 • agosto 5 – 26

HORA: 4 - 4:45 p.m.

EDADES: 4 años de edad y más con una discapacidad

o una necesidad especial

COSTO: Gratis



# ARTES Y MÚSICA

#### **TAMBORES**

Tocar el tambor es una excelente manera de enfocar, concentrar y canalizar la energía en coordinación. Los participantes aprenden ritmos y ritmos básicos, cómo leer la notación de percusión y técnicas básicas de línea de percusión.

DÍAS: martes FECHAS: mayo 2 – 23

HORA: 5:15 – 6:15 p.m. EDADES: 9 – 12 años de edad

FEE: \$50

# Coachella

Para obtener información o para registrarse, visite MyRecreationDistrict.com o llame al (760) 347-3484

#### **GUITARRA - PRINCIPIO**

Aprenda los conceptos básicos, como el rasgueo, el ritmo, la selección de los dedos y la afinación, ¡técnicas que harán que los estudiantes jueguen de inmediato! Las lecciones incluyen cómo leer tablas de acordes y tablaturas.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves HORA: 5:15 – 6:15 p.m.

EDADES: 9 años de edad y más COSTO: \$50 por Mes

#### PIANO - PRINCIPIO

El tono y el tono atemporales del piano lo convierten en uno de los más amigables para aprender. El uso de un teclado junto con la instrucción será parte de este ambiente divertido y amigable. Nuestras clases de piano enseñan a los estudiantes cómo leer música junto con la teoría y la técnica.



INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes HORA: 5:30 – 6:30 p.m.

AGES: 6 - 17 años de edad

**COSTO: \$70** 



## JUNIOR LÍDERES EN FORMACIÓN

Este programa permite a los jóvenes participantes de la escuela intermedia explorar varios estilos de liderazgo a través de la experiencia práctica en clase donde los jóvenes ayudan a la instrucción. Los jóvenes también participarán en los componentes de RESILIENCIA, INSPIRACIÓN, AUTOEMPODERAMIENTO que ofrece clases de salud mental y bienestar, mecanismos de afrontamiento para mitigar la vida y las situaciones estresantes.

FECHAS: 11 de julio – 3 de agosto

DÍAS: martes y jueves HORA: 8 a.m. – 1 p.m.

EDADES: 11 - 13 años de edad

COSTO: Gratis

# ¡Encuentra Liderazgo!

## CLUB DE NIÑOS - LAS CASAS

En asociación con la Coalición de Vivienda del Valle de Coachella, este Club Infantil es exclusivo para los residentes de Las Casas Apartments. Este programa después de la



escuela, en un ambiente seguro, proporciona tutoría, un refrigerio saludable, ayuda con la tarea y actividades que apoyan el enriquecimiento académico. Este programa sigue el calendario CVUSD.

UBICACIÓN: Las Casas Apartments

FECHAS Y HORA:

1 – 31 de mayo, 1:30 – 6 p.m. • Junio 1 – 6, 1:30 – 6 p.m.

Agosto 10 - 31, 2:30 - 6 p.m.

DÍAS: lunes a viernes

EDADES: 5 – 17 años de edad COSTO: Gratis

## LÍDERES EN FORMACIÓN

En este programa, los participantes explorarán varios estilos de liderazgo a través de la clase, la experiencia práctica y la instrucción de asistencia a los jóvenes. Se llevarán a cabo reuniones y talleres regulares para enfocarse en las habilidades de liderazgo, la conciencia comunitaria, el desarrollo del carácter, las habilidades para la vida, las excursiones a las universidades, y los jóvenes también participarán en los componentes de RESILIENCIA, INSPIRACIÓN, AUTOEMPODERAMIENTO.

FECHAS: 10 de julio – 4 de agosto DÍAS: lunes, miércoles, viernes

HORA: 8 a.m. - 1 p.m.

EDADES: 14 – 17 años de edad

COSTO: Gratis

#### CAMPAMENTO DE VERANO

Los campistas tienen la oportunidad de aprender nuevas habilidades y desarrollar la autoestima a través de actividades deportivas, artes y manualidades creativas y juegos grupales. Los campistas disfrutarán de parodias a carcajadas realizadas por nuestro equipo y los propios campistas. Todas las actividades se llevan a cabo bajo la atenta mirada de nuestro personal del campamento.

EDADES: 5 – 11 años de edad

(el niño debe haber completado el jardín de infantes)

DÍAS: lunes – viernes



**Tenga en cuenta:** Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el **Centro Comunitario de Bagdouma**, a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.



#### CAMPAMENTO DE VERANO CONTINUADO

DÍAS COMPLETOS - HORA: 7:30 a.m. - 5:30 p.m.

MEDIO DÍA - HORA: 12 - 5:30 p.m.

Fechas y tarifas de sesiones de tres semanas – días completos:

SESIÓN 1: 12 – 30 de junio • \$360

SESIÓN 2: 3 – 21 de julio • \$336 (holidays excluded)

CUOTAS SEMANALES: (las sesiones semanales comienzan

el 12, 19, 2 6 de junio, 3 de julio, 10, 17, 2 4 y 31 de junio)

\$140 por sesión de 1 semana (costo promedio)

\$80 por sesiones de 1 semana por medio día

COSTO POR DÍA: \$25 por día completo (no hay visitas

disponibles en los días de excursión)

Las becas están disponibles a través de la Ciudad de Coachella, para residentes de Coachella.



# **EVENTOS DE LA COMUNIDAD**

## NOCHE DE LOTERÍA DE COACHELLA

¡Estamos muy contentos de dar la bienvenida a la comunidad de Coachella y las comunidades circundantes para que se unan a nosotros para una noche de juegos, comunidad y diversión! Todas las edades son bienvenidas a participar en un juego rápido y divertido de Loteria.

FECHA: viernes, 25 de agosto HORA: 6-7 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

#### **DEJA QUE BRILLE**

¡Damos la bienvenida a todos los adolescentes en Coachella y las comunidades circundantes a unirse a nosotros para una noche divertida de diversión, baile, música y juegos! Tendremos una discoteca silenciosa



para los primeros 50 participantes, asícomo un campo de golf interior dentro del Centro Comunitario de Bagdouma. Serequiere registro y suritmo es limitado, así que inscríbase hoy.

FECHAS: viernes, 11 de agosto HORA: 6 – 7:30 p.m.

EDADES: 6 – 14 años de edad

COSTO: Gratis gracias a la financiación de Anderson Children's

Foundation





# LET'S GLOW DANCING: QUEER YOUTH SILENT DISCO

Damos la bienvenida a todos los jóvenes LGBTQ + en edad de escuela intermedia y secundaria en Coachella y las comunidades circundantes para que se unan a una noche de diversión, música y baile, mientras creamos un espacio para la inclusión, la visibilidad y la aceptación de todos los pueblos.

FECHAS: viernes, 7 de julio HORA: 6 – 7 p.m. EDADES: 12 – 17 años de edad COSTO: Gratis

#### **NEON PARTY SILENT DISCO**

¡Damos la bienvenida a todos los jóvenes en Coachella y las comunidades circundantes a unirse a nosotros para una noche de diversión, baile, música y juegos! ¡Asegúrate de usar tu color neón favorito y tonos de baile! No querrás perderte este evento, es necesario registrarse.

FECHAS: viernes 16 de junio y 14 de julio

HORA: 6:30 - 7:30 p.m.

EDADES: 6 - 11 años de edad

FEE: Gratis gracias a la financiación de Anderson Children's

Foundation



# OUT AT THE PARK: UNA PROYECCIÓN DE PELÍCULA QUEER – MEAN GIRLS

¡Únete a nosotros para nuestra serie OUT at the Park! ¡Mostraremos una película centrada en Queer para ayudar a aumentar la visibilidad, el apoyo y la aceptación de los miembros LGBTQ + de nuestra comunidad!

FECHAS: miércoles, 3 de mayo HORA: 7:15 – 9:45 p.m.

COSTO: Gratis

# Coachella

Para obtener información o para registrarse, visite MyRecreationDistrict.com o llame al (760) 347-3484



#### **BALLET PRINCIPIANTE**

Los niños dejan salir sus bailarinas internas mientras se les enseñan los conceptos básicos del balé en esta clase para principiantes. Estas clases también pueden mejorar el equilibrio, el aplomo y la coordinación.

INSCRIPCIÓN: mayo, junio y agosto DÍAS: viernes HORA: 5:30-6:15 p.m. EDADES: 5-10 años de edad

COSTO: \$42 por Mes

# BAILAR, JUGAR Y FINGIR

Los niños pequeños aprenden a bailar con la ayuda de juegos imaginarios e imaginativos y se les enseñan movimientos básicos de balé. Zapatillas de balé para niñas; Se requiere camiseta, pantalones cortos y calcetines para niños.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueve TIME: 4 - 4:45 p.m.

AGES: 2 ½ – 5 años de edad COSTO: \$42 por Mes

# FOLKLORICO (Ballet Folklorico)

Aprenda los diferentes estilos de la danza que se originó en México, Folklorico. La coreografía refleja la composición étnica diversa de México a través de pasos de baile influenciados por las culturas española, europea, africana y caribeña.



INSCRIPCIÓN: mayo, junio y agosto DÍAS: martes HORA Y EDADES: 6:15 - 7:15 p.m. •  $3 - 7\frac{1}{2}$  años de edad 7:15 - 8:15 p.m. •  $7\frac{1}{2} - 13$  años de edad

COSTO: \$55 por Mes

(Los zapatos y el vestido se pueden comprar con el instructor)





#### FITNESS DE CUERPO COMPLETO DE LINDSEY

¡Bienvenido Fitness de cuerpo completo de Lindsey! Las clases consistirán en ejercicios cardiovasculares, ejercicios con pesas, ejercicios de peso corporal y cardio HIIT. ¡Tonifica, quema grasa y gana músculo! Damos la bienvenida a principiantes - adultos avanzados que buscan un excelente entrenamiento. \*Tenga en cuenta: la beca del 50% está disponible para los residentes de Coachella gracias a la Asociación Nacional de Parques Recreativos. Debe registrarse en persona y tener prueba de residencia en Coachella para recibir la beca.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS & HORA:

martes • 7 – 8 p.m.  $\mathbf{O}$  viernes • 9 – 10 a.m.

AGES: 18 años de edad y más

COSTO: \$40 por Mes



# MUÉVETE Y JUEGA FITNESS

¡Muévete, juega y diviértete! Esta clase combina juegos al aire libre, juegos y actividades grupales con ejercicios. Los entrenamientos variarán desde HIIT y fortalecimiento muscular hasta juegos y actividades grupales de acondicionamiento físico. 60 minutos de juego activo mantienen a los niños saludables.

INSCRIPCIÓN: Mayo y junio

DÍAS: martes HORA: 4:15 – 5:15 p.m.

EDADES: 7 – 13 años de edad COSTO: Gratis

# **NIÑO Y YO FITNESS**

¡Llamando a todos los niños pequeños y padres! Niño y yo fitness consistirá en divertidos ejercicios cardiovasculares para niños pequeños, ejercicios de peso corporal y juegos interactivos. Esta es una oportunidad maravillosa para enseñarle a su pequeño cómo socializar y estimular el desarrollo del cerebro a través del juego activo. \*Tenga en cuenta: la beca del 50% está disponible para los residentes de Coachella gracias a la Asociación Nacional de Parques Recreativos. Debe registrarse en persona y tener prueba de residencia en Coachella para recibir la beca.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes

HORA: 10:30 – 11:15 a.m. EDADES: 2 – 4 años de edad

COSTO: \$50 por Mes\*





**Tenga en cuenta:** Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el **Centro Comunitario de Bagdouma**, a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.



# **PELÍCULAS**

# (iEN EL PARQUE, JUNTO A LA ORILLA Y MÁS!)

Nos complace asociarnos con la Ciudad de Coachella para traerte películas aquí en tu vecindario. Actualmente estamos planeando películas algunos viernes por la noche en mayo: consulte los listados



en nuestro sitio web en MyRecreationDistrict.com/movies para obtener los títulos, ubicaciones, fechas y horarios de películas más actualizados. Tenga en cuenta que las inclemencias del tiempo, como los fuertes vientos, pueden alterar el horario. Actualmente Lyle, Lyle Crocodile, Puss in Boots: The Last Wish, Sonic the Hedgehog 2 y Strange World son algunos de los títulos que planeamos mostrar.



# INTERÉS ESPECIAL CLASES DE COCINA NUTRICIONAL ESPAÑOLAES

Estas clases de cocina nutricional enseñarán las habilidades y herramientas necesarias para

incorporar un estilo de vida saludable y activo ensu rutina diaria y vida familiar.

NATIONAL RECREATION AND PARK ASSOCIATION

DÍAS: miércoles HORA: 5:30 – 6:30 p.m.

Clases para adultos (18 – 64 años de edad):

3 de mayo, 7 de junio, 5 de julio, 9 de agosto

Clases Senior (55 años de edad y más):

17 de mayo, 21 de junio, 19 de julio, 23 de agosto COSTO: Gratis gracias a una asociación con la

Asociación Nacional de Recreación y Parques





# ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA

TODAS LAS ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA MENCIONADAS EN ESTA SECCIÓN SE REALIZARÁN EN LA PISCINA COMUNITARIA DE BAGDOUMA

CUOTA DE ADMISIÓN PARA NATACIÓN ABIERTA O NATACIÓN DE VUELTA:

NIÑOS: \$3 (menores de 3 años de edad son gratis)

**ADULTOS: \$4** 

#### FECHAS Y HORARIOS DE LA PISCINA:

Primer día – 5 de junio • Último día – 4 de septiembre (Las horas se reducirán a fines de semana solo a partir del 12 de agosto)

#### **LUNES - JUEVES:**

12:30 – 3:30 p.m. (Natación de vuelta/natación abierta)

4 – 6 p.m. (Lecciones para jóvenes)

7 – 9 p.m. (Natación de vuelta/natación abierta)

**VIERNES:** 12:30 – 4 p.m. & 6 – 9 p.m.

(Natación de vuelta/natación abierta)

#### SÁBADOS:

4 p.m. (Juego Splash adaptable/Gratis)

5 – 9 p.m. (Natación de vuelta/natación abierta)

#### DOMINGOS:

5 – 9 p.m. (Natación de vuelta/natación abierta)

# **EVENTOS ESPECIALESEN LA PISCINA**

Únase a nosotros el viernes 9 de junio para el "Free Swim Friday" de 5 – 9 p.m.

# PASES DE NATACIÓN PARA RESIDENTES DE COACHELLA

Solicite en nuestro sitio web bajo PROGRAMAS DE NATACIÓN Y AGUA después de las 8:30 a.m. hora del Pacífico del 19 de mayo.



Se emitirán hasta 300 pases de natación abiertos a los residentes de Coachella por orden de llegada. Los pases de natación proporcionarán a los residentes de Coachella el uso gratuito de la piscina comunitaria de Bagdouma durante los meses de verano que comienzan el 5 de junio y finalizarán el 4 de septiembre. Paracalificar para un pase de natación abierto, los residentes de Coachella deben proporcionar una factura de servicios públicos o tres piezas de correo entregado y una identificación con foto o licencia de conducir.

# Coachella

Para obtener información o para registrarse, visite MyRecreationDistrict.com o llame al (760) 347-3484

POR FAVOR, CONSULTE NUESTRA SECCIÓN DE DEPORTES Y RECREACIÓN ADAPTATIVOS / TERAPÉUTICOS PARA PROGRAMAS ADAPTATIVOS DE NATACIÓN / AGUA – GRACIAS

#### **CLASES DE AGUA PARA ADULTOS**

#### **CLASE SENIOR SPLASH**

Senior Splash es una clase de aeróbic acuático y fuerza diseñada para todos los niveles de habilidad, incluso para aquellos que no son nadadores, para ayudar a mantener un mayor control de su salud.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$25 por sesión HORA: 12:30 – 1:15 p.m. DÍAS Y FECHAS:

martes y jueves: 6 – 29 de junio • 4 – 27 de Julio

# CLASES DE NATACIÓN PARA NIÑOS Y JÓVENES

El costo de todas las siguientes clases es de \$62.50 por sesión, las clases se llevan a cabo los lunes, martes, miércoles y jueves, y las fechas de las sesiones de la clase de natación son las siguientes a menos que se indique lo contrario:

SESIÓN 1: 5 – 15 de junio

SESIÓN 2: 19 – 29 de junio

SESIÓN 3: 3 – 13 de julio SESIÓN 4: 17 – 27 de julio

SESIÓN 5: 31 de julio – 10 de agosto

## CLASES DE NATACIÓN INFANTIL

Nuestras clases de natación para bebés les ayudan a sentirse cómodos dentro y alrededor del agua, ¡y comienzan un amor de por vida por las actividades acuáticas! Los padres aprenden habilidades básicas con su hijo, y un padre / adulto debe acompañar al niño en el agua.



#### Parent & Me Nivel 1:

EDADES: 18 meses – 3 Años de edad

HORA: 4 - 4:45 p.m.

## CLASES DE NATACIÓN PREESCOLAR

¡Vamos a nadar! A esta edad, los niños que se sienten cómodos alrededor del agua son introducidos a los fundamentos de la natación segura y efectiva.

**GUPPIES:** Los niños son colocados en clases basadas en su capacidad, y los padres no acompañan a los niños en esta.

EDADES: 3 – 6 años de edad

HORA: 5 – 5:45 p.m. • 6 – 6:45 p.m.

# CLASES DE NATACIÓN EN LA ESCUELA PRIMARIA

La natación es una excelente manera de mantenerse en forma y activo, y ofrecemos cinco niveles de clases para jóvenes, según la edad y la capacidad de natación.

PINGÜINOS 1 Y 2: Haga que los niños con poca o ninguna experiencia en natación comiencen con lo básico. La seguridad en el agua, la flotación, las patadas, la acción de los brazos y el uso de las piernas introducen a los niños a este excelente deporte.

# Pingüinos 1

EDADES:  $6 \frac{1}{2} - 12$  años de edad HORA: 4 - 4:45 p.m. • 5 - 5:45 p.m.

# Pingüinos 2

EDADES: 8 - 12 años de edad

HORA: 6 - 6.45 p.m.

RAYAS: Los nadadores deben demostrar todas las habilidades enumeradas en Penguins, así como la capacidad de nadar 10 yardas sin apoyo. Las habilidades enseñadas incluyen estilo libre, braza y patada de mariposa, espalda elemental, así como seguridad adicional en el agua.

EDADES:  $6 \frac{1}{2} - 12$  años de edad HORA: 4 - 4:45 p.m.  $\cdot 6 - 6:45$  p.m.

BARRACUDAS: El rastreo frontal, el rastreo hacia atrás, el estilo de espalda, el braza y la patada lateral, junto con pisar el agua hacen que esta clase sea divertida a medida que los niños agudizan y amplían sus habilidades de natación.

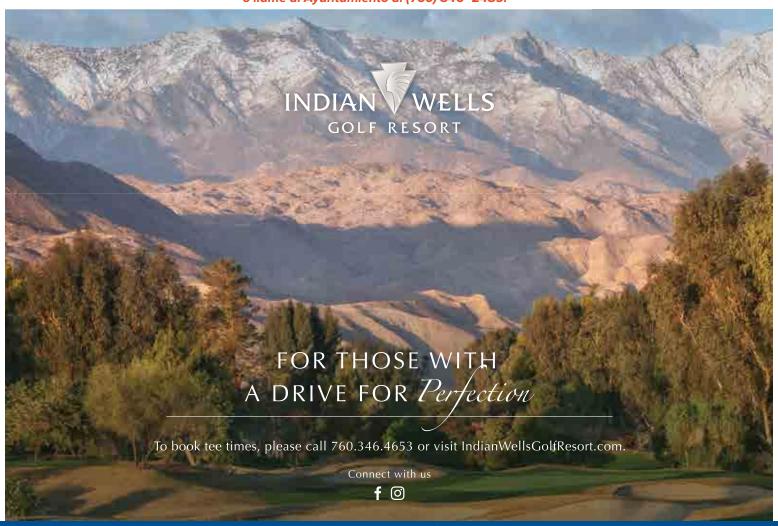
EDADES: 7 – 13 años de edad

HORA: 5 - 5.45 p.m.





Para obtener más información, visite el sitio web de la Ciudad de Indian Wells en www.cityofindianwells.org o llame al Avuntamiento al (760) 346-2489.





# NOSOTROS ESTAMOS CONTRATANDO.

Si le distrutar trabajar con personas, o si le apasiona la recreación y el ejercicio, podemos ser una excelente opción para usted.

**VARIEDAD DE PUESTOS DISPONIBLES TIEMPO COMPLETO Y MEDIO TIEMPO** 

¡Solicite hoy para unirse al "EQUIPO DE DIVERSIÓN" en Desert Recreation District!

MyRecreationDistrict.com/employment-opportunities

**O** simplemente escanee el código QR



# **Independiente** :Instructores contratados

¿Tienes una clase o programa que quieras compartir con nuestros invitados? DRD siempre está buscando nuevas clases que difundan la diversión dentro de nuestras comunidades. Visite nuestro sitio web para obtener más información sobre cómo convertirse en un instructor contratado

¡Únete al equipo de diversión!



**Una nota sobre las tarifas:** para actividades mensuales en curso que pueden tener menos días o días adicionales durante algunos meses del año, las tarifas pueden ajustarse. Si hay ajustes, los verás reflejados en el precio cuando te registres. Gracias.

#### **Centro Comunitario Indio**



45-871 Clinton Street, Indio, CA 92201 (760) 347-4263 HORAS: lunes a viernes: 6 a.m. – 9 p.m.

sábado: 10 a.m. – 2 p.m. Domingo: Cerrado

## **Centro Indio para Adolescentes**



81-678 Avenue 46, Indio, CA 92201 (760) 541-4400 HORAS: Abierto durante Actividades. Le recomendamos llamar al centro para mas detalles

# Piscina Pawley Complejo Acuático Familiar



46-350 Jackson Street, Indio, CA 92201 (760) 342-5665 HORAS: Abierto durante Actividades. Le recomendamos llamar al centro para mas detalles

# Campo de Golf Municipal de Indio

83-040 Avenue 42, Indio, CA 92203 • (760) 391-4049 • HORAS: 7 a.m. – 9 p.m. Diariamente



# DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

Los programas acuáticos adaptativos se llevarán a cabo en el Complejo Acuático Familiar Pawley Pool

## ACUÁTICOS ADAPTATIVOS - PRINCIPIANTE

Las sesiones incluyen clases de natación seguidas de Una natación abierta. Las lecciones de natación para principiantes se centran en familiarizar y sentir cómodos a los participantes en el agua (es decir, flotando, cara en el agua, cabeza bajo el agua, patadas).

INSCRIPCIÓN: 17 de junio – 5 de agosto DÍAS: sábados HORA: 10 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 4 años de edad y más con una discapacidad

o una necesidad especial

**COSTO: \$50** 



# ACUÁTICOS ADAPTATIVOS: MODERADOS A AVANZADOS

Estas sesiones incluyen clases de natación seguidas por natacion abierto. Las lecciones de natación moderadas a avanzadas se centran en la progresión de la brazada y la resistencia física.

INSCRIPCIÓN: 17 de junio – 5 de agosto DÍAS: sábados HORA: 10 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 4 años de edad y más con una discapacidad o una

necesidad especial

**COSTO: \$50** 

#### BALONCESTO ADAPTATIVO

Los participantes recibirán instrucción de nuestros entrenadores adaptativos mientras trabajan en los simulacros. Este programa se ofrece gracias a una colaboración con So Cal Adaptive Sports.







**Tenga en cuenta**: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el **Centro Comunitario o Parque de Indio**, a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.



# DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

#### **BALONCESTO ADAPTATIVO CONTINUED**

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: miércoles HORA: 3:15 – 4:15 p.m.

EDADES: 10 años de edad y más con una discapacidad

o una necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes

#### **BOCCIA ADAPTATIVA**

Un juego como boliche pero con pelotas mas chicas. Venga aprender algo nuevo! Los Jugadores pueder participar sentados o de pie. Este programa se ofrece gracias a una colaboración con So Cal Adaptive Sports.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: miércoles HORA: 2:15 – 3:15 p.m.

EDADES: 10 años de edad y más con una discapacidad

o una necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes



# CLASE DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ADAPTATIVO

Esta clase se centrará en la fuerza y el acondicionamiento con el uso de equipos mínimos.

FECHAS Y HORARIOS: Mayo • 5 – 5:45 p.m.

Junio, julio, agosto • 1 – 1:45 p.m.

DÍAS: martes

AGES: 8 años de edad y más con una discapacidad o una

necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes

#### GOALBALL ADAPTATIVO

El goalball es un deporte para nivelar el campo de juego para las personas con discapacidad visual. ¡Ejercicios que incluyen atrapar, lanzar, comunicarse con tus compañeros de equipo, todo conlosojos vendados!

FECHAS: 11 – 25 de julio

DÍAS: martes HORA: 2:15 – 3:15 p.m.

EDADES: 10 años de edad y más con una discapacidad

o una necesidad especial

COSTO: \$25

#### GIMNASIA ADAPTADA

Las clases se enfocan en entradas propioceptivas, vestibulares y de presión profunda para involucrar a los participantes en cada habilidad.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: sábados HORA: 9 – 9:50 a.m.

EDADES: 5 – 12 años de edad con una discapacidad

o una necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes

#### WIFFLEBALL INTERIOR ADAPTATIVO

¡Únase a nosotros para una introducción a jugar wiffleball, un juego parecido al Beibol!

FECHAS: 6 – 27 de junio

DÍAS: martes HORA: 2:15 – 3:15 p.m.

EDADES: 10 años de edad y más con una discapacidad

o una necesidad especial

COSTO: \$25

# PICKLEBALL ADAPTATIVO

Aprende a jugar pickleball o mejora tus habilidades. Los participantes pueden unirse al programa como jugadores de pie o sentados. Las sillas deportivas están disponibles para su uso durante el programa.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes

HORA: 3:15 – 4:15 p.m.

EDADES: 10 años de edad y más con una discapacidad

o una necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes

# SCOOTER ADAPTATIVO DE FÚTBOL

Esta versión modificada del fútbol se juega en scooters con una opción de pelota gigante disponible para todos. Una excelente manera de fortalecer la coordinación y las habilidades motoras gruesas.

FECHAS: 2 – 30 de mayo

DÍAS: martes HORA: 2:15 – 3:15 p.m.

EDADES: 10 años de edad y más con una discapacidad

o una necesidad especial

COSTO: \$25





#### **VOLEIBOL ADAPTADO**

Un gran juego para trabajar en la comunicación y puede ayudar con la coordinación ojo-mano, rango de movimiento y trabajo en equipo. Se jugarán varias variaciones del juego, incluyendo estar de pie y sentado.

FECHAS: 1 – 29 de agosto

DÍAS: martes HORA: 2:15 – 3:15 p.m.

EDADES: 10 años de edad y más con una discapacidad o una

necesidad especial

**COSTO: \$25** 



# ARTES Y MÚSICA

#### **GUITARRA - AMBOS NIVELES**

FECHAS DE LAS SESIONES:

25 de mayo – 22 de junio • 6 de julio – 3 de agosto DÍAS: jueves EDADES: 9 años de edad y más

COSTO: \$80 por sesión

#### GUITARRA - INICIO

Aprenda los conceptos básicos, como rasqueo, ritmo, selección de dedos y afinación, ¡técnicas que harán que los estudiantes jueguen de inmediato! Las lecciones incluyen cómo leer tablas de acordes y tablaturas.

HORA: 6-7 p.m.

#### **GUITARRA - SEGUNDO NIVEL**

Los estudiantes en esta clase de continuación aprenderán a tocar canciones reales de artistas reales. Adquirirás las habilidades de leer música y tocar música de cancioneros. HORA: 7 - 8 p.m.



#### PIANO - PRINCIPIANTE E INTERMEDIO

Esta clase enseñará a los niños el uso del teclado junto con instrucciones detalladas en este ambiente divertido y amigable.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: sábados HORA: 10:30 – 11:30 a.m.

EDADES: 6 – 16 años de edad COSTO: \$140 por Mes

#### PIANO - INTERMEDIO/INTERPRETACIÓN

El tono y el tono atemporales del piano lo convierten en uno de los más amigables para aprender. El uso de un teclado junto con la instrucción será parte de este ambiente divertido y amigable.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: sábados HORA: 11:30 a.m. – 12:15 p.m.

EDADES: 6 – 16 años de edad COSTO: \$160 por Mes

# CLASE DE EXPRESIÓN ARTÍSTICA PARA **ADULTOS MAYORES / ACTIVOS**

Esta clase explorará varias formas de arte y experimentará con una variedad de materiales de pintura, impresión, proyectos de arte en papel y pintura de acuarela.



UBICACIÓN: Centro Indio para Adolescentes DÍA/FECHAS: jueves, 8 de junio y 13 de julio

HORA: 9 – 10:30 a.m. EDADES: 50 años de edad y más

COSTO: \$10 por sesión

#### PROGRAMA DE ARTE DE VERANO

Nuestro Programa de Arte de Verano es una excelente manera de presentar a los jóvenes la importancia del arte. Este programa proporciona a los participantes un lugar seguro para dejar que sus mentes creativas exploren.

## **UBICACIÓN Y FECHAS:**

Centro Indio para Adolescentes • 16 de junio y 21 de julio

Centro Comunitario Indio • 4 de agosto DÍAS: viernes HORA: 6 - 7:30 p.m.

EDADES: 5 - 11 años de edad

COSTO: \$10 por clase



# CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

#### CEREBRO CREATIVO - CONSTRUYE UN BOT

Build A Bot Workshop es excelente para los constructores de robots más jóvenes. Si puedes cortar, doblar, pegar y ensamblar diferentes partes, entonces esta es la clase para ti. Todos los kits de robots utilizados para este taller están incluidos.



**Tenga en cuenta**: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el **Centro Comunitario o Parque de Indio**, a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.

# CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

# CREATIVE BRAIN – BUILD A BOT CONTINUACIÓN

UBICACIÓN: Centro Indio para Adolescentes

DÍAS: miércoles, jueves, viernes

FECHAS: 5-7 de julio HORA: 10 a.m. -12 p.m. EDADES: 6-11 años de edad COSTO: \$90

# CEREBRO CREATIVO - IROBÓTICA DIVERTIDA CON ROBO X!

Construye y programa tu propio robot ROBO X1 y descubre un mundo de ingeniería, codificación y creatividad. Simplemente programa tu robot y crea



ideas mientras personalizas ROBO X1 con tus propios bloques de construcción LEGO y mucho más.

UBICACIÓN: Centro Indio para Adolescentes

DÍAS: lunes – viernes

FECHAS: 26 – 30 de junio HORA: 10 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 6 – 11 años de edad COSTO: \$229

# CLUB DE NIÑOS - DESERT MEADOWS

En asociación con Hope through Housing y CVCT Collaborative, esta ubicación de club de niños es exclusiva para los residentes de Desert Meadows Apartments. Este programa extracurricular, en un ambiente seguro, brinda tutoría, un refrigerio saludable, ayuda con la tarea y actividades que apoy





ayuda con la tarea y actividades que apoyan el enriquecimiento académico.

UBICACIÓN: Desert Meadows Apartment Complex INSCRIPCIÓN: En curso durante el año escolar (las vacaciones pueden ser excluidas) Una vez que termine el año escolar, el programa comenzará nuevamente en agosto.

HORA: 3 - 6 p.m. DÍAS: de lunes a viernes

AGES: 5 - 17 años de edad

COSTO: Gratis

## CLUB DE NIÑOS - VILLA HERMOSA

En asociación con la Coalición de Vivienda del Valle de Coachella, esta ubicación de Kids Club es exclusivamente para los residentes de Villa Hermosa Apartments. Este programa extracurricular, en un ambiente seguro, brinda



tutoría, un refrigerio saludable, ayuda con la tarea y actividades que apoyan el enriquecimiento académico.

UBICACIÓN: Villa Hermosa Apartments

INSCRIPCIÓN: En curso durante el año escolar

(las vacaciones pueden ser excluidas)

HORA: 3 – 6 p.m.

DÍAS: de lunes a viernes

EDADES: 5 - 17 años de edad

COSTO: Gratis

#### CAMPAMENTO DE NATACIÓN PAWLEY

Obtén seguridad personal en el agua y hábitos de vida saludables con actividades que incluyen artes, manualidades, juegos, lecciones de seguridad en el agua y natación



recreativa. Los campistas deberán traer una bolsa de almuerzo todos los días.

UBICACIÓN: Pawley Pool Family Aquatic Complex SESIONES DE DOS SEMANAS: 5-16 de junio • 19-30 de junio • 3-14 de julio • 17-28 de julio HORA: 9 a.m. -2 p.m. DÍAS: de lunes a viernes

EDADES: 7 – 10 años de edad COSTO: \$160 por sesión

#### CAMPAMENTO DE VERANO

Los campistas tienen la oportunidad de aprender nuevas habilidades y desarrollar la autoestima a través de actividades deportivas, artes y manualidades creativas y juegos grupales. Los campistas disfrutarán de parodias a carcajadas realizadas por nuestro equipo y los propios campistas.



# CAMPAMENTO DE VERANO CONTINUACIÓN

FECHAS: Sesión 1 de tres semanas: del 5 al 23 de junio

Sesión 2 de tres semanas: 26 de julio — 14 de julio Sesión 3 de tres semanas: 17 de julio — 4 de agosto

Las sesiones semanales comienzan el

5, 12, 19, 26 de junio, 3, 10, 17, 24, and 31 de julio

DÍAS: de lunes a viernes

EDADES: 5 - 14 años de edad

(el niño debe haber completado el jardín de infantes)

Campamento de verano – Días completos:

HORA: 7:30 a.m. – 6 p.m.

COSTO: \$360 por sesión de tres años

\$140 por sesión semanal

\$30 diario disponible en días que no sean de excursión

Campamento de verano - Medio día:

HORA: 12 – 6 p.m.

COSTO: \$80 por sesión semanal

# DESPUÉS DE LA ESCUELA TRADICIONAL

Este programa ofrece un espacio seguro y divertido para que los niños estén activos, obtengan ayuda con la tarea y sean sociales. Se proporciona un refrigerio diario saludable, y los estudiantes son supervisados por miembros del personal capacitados y profesionales.

UBICACIÓN: Escuela Primaria Mountain Vista INSCRIPCIÓN: En curso durante el año escolar (puede excluir días festivos)

DÍAS: de lunes a viernes

HORA: Salida de la escuela – 6 p.m. FDADES: 5 – 12 años de edad

COSTO: \$200 para mayo • \$40 para junio 1 – 6

\$150 para agosto 10 – 31

# EVENTOS DE LA COMUNIDAD

#### **EVENTO DEL CINCO DE MAYO**

Únase a nosotros para un evento divertido dondelos participantes tendrán la oportunidad de crear varios crafts del Cinco de Mayo jugar juegos.

FECHAS: viernes 5 de mayo

HORA: 4-6 p.m.

EDADES: 4 – 12 años de edad

COSTO: Gratis

## FEVENTO ARTESANAL DEL CUATRO DE JULIO

Esta es una excelente manera de celebrar las vacaciones del Día de la Independencia. Este evento se llevará a cabo en el interior y tendrá varias estaciones de manualidades, donde los niños pueden entrar y diseñar divertidos proyectos de arte y manualidades.

FECHAS: sábado, 1 de julio HORA: 10 a.m. – 12:30 p.m.

EDADES: 4 – 11 años de edad COSTO: Gratis

#### JUVENTUD SOCIAL

Entra y disfruta de nuestro Social Juvenil. Las actividades divertidas incluirán manualidades, ciencia, baile, acondicionamiento físico, juegos grupales y más.



UBICACIÓN: Centro Indio para Adolescentes FECHA: viernes, 30 de junio HORA: 6 – 8 p.m.

EDADES: 6 – 12 años de edad COSTO: \$10 por cabeza

## SOCIAL JUVENIL - FIESTA DEL PIJAMA

La diversión incluirá arte, manualidades, ciencia, cocina, baile, fitness, juegos grupales y mucho más.

UBICACIÓN: Centro Indio para Adolescentes FECHAS: viernes, 14 de julio HORA: 6 – 8 p.m.

EDADES: 6 – 12 años de edad COSTO: \$10 por cabeza



# CLASE DE BAILE DE SALÓN, BAILE LATINO Y SWING

Esta clase está diseñada para el estudiante que nunca ha bailado antes; A los estudiantes se les enseñarán los ritmos de bailes como el Swing y el baile lento.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes

HORA: 6:30 – 7:30 p.m.

EADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$80 por Mes





**Tenga en cuenta**: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el **Centro Comunitario o Parque de Indio**, a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.



#### **BALLET PRINCIPIANTE**

A los niños se les enseñan los conceptos básicos del ballet en esta clase inicial, lo que también puede mejorar el equilibrio, el equilibrio y la coordinación.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS Y HORARIOS: lunes, 5:30 - 6:15 p.m. **O** miércoles, 4 - 4:45 p.m.

EDADES: 5 – 10 años de edad COSTO: \$42 por Mes

## BALLET PRINCIPIANTE - SESIÓN DE VERANO

FECHAS: 5 de junio – 3 de julio • 10 de julio – 14 de agosto

DÍAS: lunes HORA: 10:30 – 11:15 a.m.

EDADES: 5 – 10 años de edad COSTO: \$45 por sesión

#### BAILA, JUEGA Y FINGE

Los niños pequeños son introducidos al baile a través de la ayuda de la fantasía y el juego imaginativo y se les enseñan movimientos básicos de ballet.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes HORA: 9 - 9:45 a.m.

EDADES: 2½ – 5 años de edad COSTO: \$42 por Mes



**Tenga en cuenta:** Todas las clases de gimnasia se llevan a cabo en la Academia de Gimnasia del Distrito ubicada dentro del Centro Comunitario de Indio y la inscripción está en curso a menos que se indique lo contrario.

#### NOTA SOBRE EL REGISTRO DE GIMNASIA:

El registro de prioridad está disponible en uno de los mostradores de cortesía para los participantes actualmente inscritos que se reinscriben en su misma clase para el mes siguiente, o los participantes por primera vez que se inscriben en el mes actual.

La inscripción abierta en el mostrador de cortesía está disponible el primer día del mes para aquellos en la lista de espera y nuevos participantes a medida que haya lugares disponibles.

Las tarifas para las clases de un día por semana se ajustan para sesiones de tres, cuatro o cinco semanas.

#### **BUDDY 'N ME GIMNASIA**

¡Tú y tu amiguito adorarán esta clase! Los niños pequeños tienen la oportunidad de divertirse aprendiendo habilidades de coordinación como el equilibrio, trepar, dar vueltas, balancearse y rebotar.

EDADES: 1 – 4 años de edad

DÍAS Y HORA:

miércoles: 1:45 – 2:15 p.m. **O** 

2:15 – 2:45 p.m.

sábados: 10:15 - 10:45 a.m.

COSTO: \$45 por sesión de 4 semanas



#### GIMNASIA DEL DESIERTO TUMBLEWEEDS

Esta es la clase perfecta para pequeños gimnastas. Los niños en edad preescolar aprenden habilidades de equilibrio y coordinación. La clase enfatiza la concentración, el compartir y las habilidades sociales mientras desarrolla la fuerza física. ¡Tu pequeña tumbleweed se divertirá mucho!

EDADES: 4 - 6 años de edad

DÍAS Y HORA:

lunes: 2:30 – 3:15 p.m. **O** 5:30 – 6:15 **O** 6:30 – 7:15 p.m.

martes: 6 – 6:45 p.m. **0** 6:45 – 7:30 p.m. jueves: 2:30 – 2:45 p.m. **0** 4:30 – 5:15 p.m.

**O** 6:45 – 7:30 p.m.

sábados: 10 - 10:45 a.m.

EDADES: 3 - 6 años de edad

DÍAS Y HORA:

martes: 1:30 – 2:15 p.m. **O** 2:15 – 3:00 p.m.

miércoles: 3 – 3:45 p.m.

COSTO: \$60 por sesión de 4 semanas

# CHICOS PRINCIPIANTES -GIMNASIA AVANZADA

Esta clase enseña los seis eventos olímpicos de gimnasia masculina de salto, barra horizontal, barras paralelas, caballo con arcos, suelo y anillas. El enfoque de la clase estará en las habilidades y técnicas de gimnasia mientras aumenta la fuerza y

la flexibilidad, la coordinación y la autoestima.

DÍAS: lunes HORA: 5 – 6:30 p.m. **0** 6:30 – 8 p.m

COSTO: \$80 por sesión de 4 semanas



# GIMNASIA PRINCIPIANTE PARA NIÑAS

A las niñas interesadas en la gimnasia les encantará esta clase, ya que llega al corazón de los cuatro eventos olímpicos para mujeres de salto, barras, viga y piso. Mientras aprende habilidades y técnicas básicas, esta clase también incluye entrenamiento de fuerza y flexibilidad.



#### DÍAS & HORA:

lunes: 3:15 - 4:45 p.m. **O** 4 - 5:30 p.m.

**O** 4:45 – 6:15 p.m. **O** 6:15 – 7:45 p.m.

martes: 3 - 4:30 p.m. **0** 4:30 - 6 p.m. **0** 6:30 - 8 p.m. miércoles: 3 - 4:30 p.m. **0** 4:30 - 6 p.m. **0** 6 - 7:30 p.m.

**O** 7 – 8:30 p.m.

jueves: 3:15 - 4:45 p.m. **Q** 4:30 - 6 p.m. **Q** 6 - 7:30 p.m.

sábados: 11 a.m. – 12:30 p.m.

COSTO: \$80 por sesión de 4 semanas

## GIMNASIA INTERMEDIA FEMENINA

Esta clase es solo por invitación y está diseñada para habilidades de segundo nivel. La instrucción sigue las progresiones de USA Gymnastics en los cuatro eventos olímpicos de salto, barras, viga y piso con un énfasis continuo en la fuerza y la flexibilidad.

DÍAS & HORA: martes 4:45 – 6:15 p.m. **O** 

miércoles 4:30 – 6:00 p.m. **O** jueves 5:15 – 6:45 p.m.

COSTO: \$80 por sesión de 4 semanas

## GIMNASIA AVANZADA PARA NIÑAS

Otro reconocimiento de habilidades avanzadas, esta clase solo por invitación sigue las progresiones de USA Gymnastics en los cuatro eventos olímpicos de salto, barras, viga y piso. Entrena con los mejores del valle mientras tus habilidades continúan mejorando.

DÍAS: lunes HORA: 3:15 – 4:45 p.m. COSTO: \$80 por sesión de 4 semanas

# Siguenos en facebook.com/drdgym

# CUMPLEANOS!

IQUÉ GRAN MANERA DE CELEBRAR SU PRÓXIMO CUMPLEAÑOS, EN LA ACADEMIA DE GIMNASIA DEL DISTRITO EN EL CENTRO COMUNITARIO DE INDIO!

Usted y sus amigos se lo pasarán en grande haciendo una hora y media de gimnasia y juegos llenos de diversión, ya que nuestro personal de entrenadores está capacitado para brindar una fiesta segura y estructurada que seguramente será un éxito. ¡Llama y reserva tu fiesta hoy!

# 2.5 FIESTA DE UNA HORA

(1½ hora de gimnasia / 1 hora de uso del salón de usos múltiples)

1 – 10 gente, \$225 <u>-*O*-</u> 11 – 20 gente, \$325 FIESTA SOLO DE GIMNASIA DE 1.5 HORAS

1 – 10 gente, \$175 <u>-*O*-</u> 11 – 20 gente, \$275



PIESIEM

Clases grupales de natación en Cathedral City, Coachella Indio, La Quinta y Mecca Para Niños 18 Meses -5 Años

Clases ofrecidas durante todo el año o nor temporada



#### **Guppies**

#### 3 - 5 años:

Children learn basic water safety rules and beginning swimming drills including floating, kicking, and moving their arms.

## Padre y yo Nivel 1 y 2

#### 18 meses - 3 años: Los padres ayudan a introducir a

sus hijos a la presencia del agua, lo que incluye entradas y salidas seguras y aprender a sumergirse completamente bajo el agua.

# Actividades acuáticas preescolares

#### 3 - 5 años:

Los niños con una comodidad básica en el agua aprenden los fundamentos de una natación segura y eficaz.

iFirst 5 Riverside County Patrocinan un Programa de Becas para Familiasi Visita:

MyRecreationDistrict.com/swim-water-programs



Tenga en cuenta: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el Centro Comunitario o Parque de Indio, a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.



#### **VOLTERETAS DE GIMNASIA**

Aprenda habilidades de volteretas en el piso y la pista de volteretas.Esta clase se enfoca en ejercicios específicos para aprender la forma correcta y se recomienda para aquellos que desean adquirir habilidades de porristas.

DÍAS: lunes HORA: 7:15 – 8:15 p.m. COSTO: \$70 por sesión de 4 semanas

#### GIMNASIA OBLIGATORIA POR EQUIPOS

**Únicamente por invitación.** Los niveles 3, 4 y 5 deben completarse según lo definido por USA Gymnastics. Esta clase brinda una oportunidad para que las gimnastas con habilidades avanzadas requeridas para la competencia brillen en el deporte de la gimnasia y sigue las progresiones de USA Gymnastics para los niveles 3, 4 y 5. Las invitaciones se extienden a las personas que demuestren una fuerte dedicación a los requisitos de la competencia. capacitación. El equipo compite en cinco a ocho encuentros durante todo el año. (Se requiere una tarifa adicional para las competencias y el atuendo competitivo).

DÍAS: Nivel 3 y 4 los lunes, miércoles y viernes O Nivel 4 y 5 los martes, jueves y viernes HORA: 4-7 p.m. COSTO: \$185 por Mes

#### EQUIPO SENIOR - GIMNASIA OPCIONAL

**Únicamente por invitación.** Los niveles 6 a 10 deben completarse según lo definido por USA Gymnastics.

DÍAS: lunes, martes, miércoles, jueves, viernes HORA: 4-7 p.m. COSTO: \$270 por Mes

#### JAMBOREE DE GIMNASIA

Gimnasia Jamboree ofrece una experiencia de gimnasio abierto para que los participantes practiquen o aprendan nuevos trucos en una entornó social.

DÍAS Y HORA: viernes: 6 – 7:30 p.m. • sábado : 12:30 – 2 p.m. COSTO: \$10 por Persona

# **INSTRUCCIÓN PRIVADA DE GYMNASIA**

Las lecciones privadas aceleran y mejoran el aprendizaje mientras se superan los obstáculos. Son perfectos para estudiantes que desean más tiempo y atención individual para trabajar en habilidades específicas.

COSTO: \$35 por 30 minutos



# SALUD Y ESTADO FISICO

#### **SALSAEROBICS**

La música y los movimientos de baile se agregan a los aeróbicos y tienes una clase que ayuda con la flexibilidad, el acondicionamiento, la forma y más.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: lunes, miércoles, viernes

HORA: 8 – 10 a.m. EDADES: 18 años de edad y más COSTO: \$45 por Mes COSTO POR DÍAS: \$7 por clase

#### **ZUMBA**

Esta clase de ejercicios de cuerpo completo con música que ayudará a reafirmar esos músculos y te hará sentir bien. ¡Una combinación de baile y fitness con un toque de actitud!

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: lunes y miércoles HORA: 5:30 – 6:30 p.m. EDADES: 16 años de edad y más COSTO: \$36 por Mes COSTO POR DÍAS: \$8 por clase



# ARTES MARCIALES

# COMBO KARATE- 2 DÍAS

Estas clases se enfocan en una combinación de filosofías de artes marciales tradicionales con estrategias modernas de defensa personal mientras se gana autoestima y disciplina.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS Y HORA:

martes y jueves, 6:30 – 7:30 p.m. **O** lunes y miércoles, 6:45 – 7: 45 p.m. EDADES: 7 años de edad y más

COSTO: \$40 por Mes



# PROGRAMA DE KARATE PEQUEÑOS **DRAGONES**

Nuestro programa Little Dragones enseña a los niños equilibrio, coordinación, habilidades de escucha y respeto.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: martes y jueves

HORA: mayo y junio: 5:30 - 5 p.m. **0** 6 - 6:30 p.m.

julio y agosto: 6 - 6:30 p.m.

EDADES: 4 - 7 años de edad COSTO: \$50 por Mes

24



# INTERÉS ESPECIAL

#### **K9 NOSE WORK-DETECTIVE AVANZADO**

Esta serie avanzada está orientada a equipos de perros / manejadores para ampliar sus conocimientos y habilidades en el entrenamiento de detección de olores.

Prerrequisito: K9 Nose Work Intermediate Workshop.

UBICACIÓN: Centro Indio para Adolescentes

INSCRIPCIÓN: Mensual

DÍAS: miércoles HORA: 8 – 8:50 a.m.

EDADES: 18 años de edad o más

COSTO: \$150 por sesión de 4 semanas

## APRENDER A TRAVÉS DEL JUEGO

El Taller de Aprendizaje a través del Juego es una serie de juegos de teatro y ejercicios diseñados específicamente para involucrar a todos los estudiantes. Los estudiantes aprenderán dirección escénica, proyección vocal, movimiento corporal y canto básico.



jueves • 15 de junio – 3 de agosto • 4 – 5:30 p.m.

sábados • 17 de junio – 5 de agosto • 11 a.m. – 12:30 p.m.

EDADES: 7 – 13 años de edad COSTO: \$200 por sesión

## DÍA STEAM PRE-K S

Este programa proporciona a los participantes un lugar seguro para dejar que sus mentes creativas exploren. Los jóvenes tendrán la oportunidad de divertirse, ser creativos y aprender a crear varios proyectos STEAM.

#### UBICACIÓN Y FECHAS:

Centro Indio para Adolescentes • 3 de junio y 15 de julio

Centro Comunitario Indio • 5 de agosto DÍAS: sábados HORA: 10 – 11:30 a.m.

EDADES: 3 & 4 años de edad COSTO: \$10



## DÍA STEAM DE VERANO

Los jóvenes tendrán la oportunidad de divertirse, ser creativos y aprender a crear varios proyectos STEAM con temas de verano. Recibirá instrucciones paso a paso y se proporcionarán todos los suministros.

#### **UBICACIÓN Y FECHAS:**

Centro Indio para Adolescentes • 3 de junio y 15 de julio

Centro Comunitario Indio • 5 de agosto DÍAS: sábados HORA: 12 – 1:30 p.m.

EDADES: 6 – 12 años de edad COSTO: \$10 al día

## NOCHE DE CIENTÍFICOS LOCOS DE VERANO

Participa en divertidos experimentos científicos, mezcla algo de química loca y participa en actividades científicas.

UBICACIÓN: Centro Indio para Adolescentes

## DÍAS, FECHAS Y HORARIOS:

viernes • 9 de junio • 6 - 7:30 p.m. sábado • 8 de julio • 10 - 11:30 a.m.

EDADES: 6 – 11 años de edad

COSTO: \$10 por clase

revers)



# TIRO CON ARCO

#### TIRO CON ARCO – JÓVENES

Our archery program teaches the fundamentals of archery including proper shooting form. This program takes place in a highly supervised environment where positive encouragement and individualized instruction is provided to encourage participant success.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: martes **0** jueves

HORA:

**Solo para mayo**: 4:30 – 5:30 p.m. **O** 

5:30 – 6:30 p.m.

Para junio, julio y agosto:

5:30 - 6:30 p.m.

EDADES: 7 - 17 años de edad

COSTO: \$40 por Mes







**Tenga en cuenta**: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el **Centro Comunitario o Parque de Indio**, a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.



## **BALONCESTO**

# BALONCESTO DE VERANO CLÍNICA

Nuestra clínica de baloncesto de verano ofrece instrucción de calidad y motivadora en un ambiente divertido



y competitivo. Se cubren estiramientos adecuados, ejercicios ofensivos y defensivos, y más.

## CLÍNICA DE BALONCESTO DE VERANO MIXTA

FECHAS: junio 5 - 28 • Julio 3 - 31

DÍAS: lunes y miércoles

EDADES, HORARIOS Y TARIFAS:

5 – 6 años de edad • 10:30 – 11 a.m. • \$40 por Mes

7 – 10 años de edad • 11:15 a.m. – 12:15 p.m. • \$60 por Mes

11 – 14 años de edad • 12:30 – 1:30 p.m. • \$60 por Mes

# CLÍNICA DE BALONCESTO DE VERANO PARA NIÑAS

FECHAS: June 6 - 29 • July 6 - 27

DÍAS: martes y jueves

EDADES, HORARIOS Y TARIFAS:

5 – 6 años de edad • 10:30 – 11 a.m. • \$40 por Mes

7 – 10 años de edad • 11:15 a.m. – 12:15 p.m. • \$60 por Mes

11 – 14 años de edad • 12:30 – 1:30 p.m. • \$60 por Mes

#### LIGA DE BALONCESTO JUVENIL DE VERANO

¡El baloncesto juvenil de verano ofrece una excelente manera para que los niños aprendan nuevas habilidades, jueguen en equipo y se mantengan en forma! Ofrecemos cuatro divisiones de edad.

FECHAS: 20 de junio - 2 de julio7

DÍAS: martes y jueves para las divisiones A, B y C

sábados para la División D

DIVISIONES, EDADES Y TIEMPOS:

**División A (7 – 8 años de edad):** 5:20 – 6 p.m.

**División B (9 – 10 años de edad):** 6:30 – 7:20 p.m.

**División C (11 – 12 años de edad):** 7:45 – 8:45 p.m.

**División D (13 – 14 años de edad):** 11:30 a.m. – 12:30 p.m.

COSTO: \$125 por jugador hasta el 13/05/2023 (La inscripción tardía después del 05/13/2032 será de \$150 por participante)

\$150 por participante)

# LIGA DE BALONCESTO JUVENIL DE VERANO CONTINUACIÓN

#### DÍAS DE DRAFT PARA LA LIGA DE BALONCESTO JUVENIL DE

VERANO (la asistencia es obligatoria para jugar en la liga)

**División A (7 – 8 años de edad):** sábado 13 de mayo, 10 a.m. – 12 p.m.

**División B (9 – 10 años de edad):** sábado 13 de mayo, 12 – 2 p.m.

**División C (11 – 12 años de edad):** viernes, 12 de mayo, 5 - 7 p.m.

**División D (13 – 14 años de edad):** viernes, 12 de mayo, 7 – 9 p.m.

# LIGA DE BALONCESTO JUVENIL DE VERANO -LITTLE DRIBBLERS

Juegos se jugará en el Centro Comunitario Indio los sábados. Las prácticas serán los lunes y/o miércoles. Se proporcionaron camisetas y oficiales de juego.

FECHAS: 17 de junio – 30 de julio

DÍAS: sábado HORA: 10:15 – 11:15 a.m. EDADES: 5 & 6 años de edad COSTO: \$80

## **BOLA DE BOCHAS**

#### **BOCHAS ABIERTAS**

¿Interesado en jugar Bocce Ball o has oído hablar de él y quieres saber más sobre el juego? Sal y disfruta de algunos juegos.

UBICACIÓN: Centro Indio para Adolescentes

FECHAS: 2 de mayo – 3 de agosto

DÍAS: martes y jueves HORA: 7 – 9 a.m.

EDADES: 18 años de edad y más COSTO: Gratis

# FOOTBALL (AMERICAN)

## VERANO FOOTBALL JUVENIL CLÍNICA

Este programa te enseñará ejercicios de fútbol, ejercicios de juego de pies y habilidades de agilidad de velocidad para llevar tu juego al siguiente nivel.

#### **UBICACIÓN:**

Centro Indio para Adolescentes

FECHAS: 6 – 29 de junio • julio 6 – 27

DÍAS: martes y jueves EDADES Y TIEMPOS:

7 - 10 años de edad • 8 - 9 a.m.

11 – 14 años de edad • 9:15 – 10:15 a.m.

COSTO: \$60 por Mes





# CLÍNICA DE HABILIDADES QB/WR DE FOOTBALL JUVENIL 7 - 10 AÑOS

Nuestra Clínica de Habilidades de Quarterback y Wide Receiver de Football Juvenil enseñará ejercicios de QB y WR, juego de pies y técnicas para ayudarlo a llegar al siguiente nivel. Esta sesión va a ser simulacros sin contacto.

## **UBICACIÓN:**

Centro Indio para Adolescentesr

FECHAS: julio 1 – 29

DÍAS: sábados

HORA: 9 - 10 a.m. EDADES: 7 - 10 años de edad

**COSTO: \$50** 



Su "Pequeño Campeón" puede aprender sobre diferentes deportes, incluyendo baloncesto, fútbol, juegos de relevos, golf y más.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: lunes **0** miércoles HORA: 1:30 – 2 p.m.

EDADES: 3 – 5 años de edad

COSTO: \$20 por Mes para los lunes o miércoles

#### ACONDICIONAMIENTO DEPORTIVO JUVENIL

La clase de acondicionamiento deportivo juvenil incorpora ejercicios de velocidad, ejercicios de peso corporal,

ejercicios cardiovasculares y pliométricos, ofreciendo un entrenamiento corporal total para ayudar en el acondicionamiento para todos los deportes.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: lunes y miércoles HORA: 4:15 – 5 p.m.

EDADES: 7 – 14 años de edad

COSTO: \$50 por Mes



## **PICKLEBALL**

# PICKLEBALL - JUEGO ABIERTO

¡Ofrecemos competencia amistosa con nuestro Open Play Pickleball!

FECHAS: 2 de mayo – 3 de agosto

DÍAS: lunes y miércoles

HORA: 7 – 9 a.m. EDADES: 10 años y más FEE: FREE para miembros de DRD Get Fit Pass o

\$5 para Facility Use Pass

# **FÚTBOL**PEQUEÑAS ESTRELLAS DEL FÚTBOL

Nuestros instructores de Tiny Soccer Stars guiarán a los participantes hacia el desarrollo de sus habilidades futbolísticas, que incluyen pases, trampas, disparos y defensas.



## Pequeñas estrellas del fútbol - MAYO

UBICACIÓN: Centro Comunitario Indio

INSCRIPCIÓN: mayo

DÍAS: lunes **0** miércoles HORA: 3:15 – 3:45 p.m.

EDADES: 4 - 6 años de edad

COSTO: \$20 por Mes

# Pequeñas estrellas del fútbol – CLÍNICA DE VERANO EN CENTRO PARA ADOLESCENTES INDIO

UBICACIÓN: Centro Indio para Adolescentes

INSCRIPCIÓN: junio y julio

DÍAS: lunes **0** miércoles HORA: 8:15 – 8:45 a.m.

EDADES: 4 - 6 años de edad

COSTO: \$20 por Mes

# Pequeñas estrellas del fútbol en MILES AVENUE PARK

UBICACIÓN: Parque Miles Avenue INSCRIPCIÓN: mayo, junio y julio

DÍAS: lunes

HORA: 6 – 6:45 p.m.

EDADES: 4 – 6 años de edad

COSTO: \$30 por Mes





**Tenga en cuenta**: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el **Centro Comunitario o Parque de Indio**, a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.



# CLÍNICA DE FÚTBOL JUVENIL – (6 – 10 AÑOS DE EDAD)

Nuestra clínica se centrará en varios ejercicios para mejorar sus habilidades futbolísticas. Para nuestras clases iniciales también cubriremos los fundamentos del deporte del fútbol.

UBICACIÓN: Centro Comunitario Indio

FECHAS: mayo 1-22 DÍAS: lunes HORA: 4-5 p.m. COSTO: \$40

UBICACIÓN: Parque Miles Avenue

FECHAS: mayo 1 – 22 • 5 – 26 de junio • Julio 3 - 31

DÍAS: lunes y miércoles

HORA: 7 – 8 p.m. COSTO: \$60

# CLÍNICA DE PORTEROS DE FÚTBOL JUVENIL (6 – 10 AÑOS DE EDAD)

Trabajaremos en el juego de pies, la coordinación mano-ojo y la terminología del portero para ayudarlo a estar listo para su próxima temporada de fútbol.



UBICACIÓN: Centro Indio para Adolescentes FECHAS: junio 3 – 24 DÍAS: sábados HORA: 9 – 10 a.m. COSTO: \$40

# HABILIDADES DE FÚTBOL JUVENIL Y SCRIMMAGE

Trabajaremos con los jugadores, los pondremos en equipos iguales y les dejaremos jugar cada noche en nuestro recientemente renovado Miles Park Field.

UBICACIÓN: Parque Miles Avenue

FECHAS: mayo 1 – 22 • 5 – 28 de junio • julio 3 – 31

DÍAS: lunes y miércoles HORA: 8 – 9 p.m. EDADES: 11 – 14 años de edad COSTO: \$60

# CLÍNICA DE FÚTBOL DE VERANO PARA JÓVENES

UBICACIÓN: Centro Indio para Adolescentes

FECHAS: June 5 - 28 • July 3 - 31

DÍAS: lunes y miércoles

EDADES Y TIEMPOS: 6 – 10 años de edad • 9 – 10 a.m.

11 – 14 años de edad • 10:15 – 11:15 a.m.

28 COSTO: \$60 por Mes

## **VOLEIBOL**

# VOLEIBOL PRINCIPIANTE/INTERMEDIO - COED

Para aquellos que recién comienzan, la instrucción incluirá aprender las habilidades básicas de servir, pasar, establecer, atacar y bloquear el balón. Para los jugadores intermedios, mejorarás tus habilidades clave de voleibol inicial, como volea, set, servicio, pase y bloqueo, y ataque.



INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes HORA: 3:30 – 4 p.m.

EDADES: 6 - 10 años de edad

COSTO: \$15 por Mes

## **VOLEIBOL INTERMEDIO/AVANZADO - COED**

Aprenda cómo preparar sus habilidades para el juego de torneos y el juego de la escuela secundaria en esta clase, que está orientada a la capacitación estructurada, la mejora significativa de las habilidades y el conocimiento del juego.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes HORA: 4 - 4:30 p.m.

EDADES: 10 – 14 años de edad COSTO: \$15 por Mes

HORA: 4:30 – 5:30 p.m.

EDADES: 13 – 18 años de edad COSTO: \$30 por Mes

#### **VOLEIBOL ABIERTO**

Solo por diversión, instalamos las redes de voleibol los viernes por la noche e invitamos a nuestros miembros a jugar.

INSCRIPCIÓN: 5 de mayo – 25 de agosto

DÍAS: viernes HORA: 6 – 9 p.m.

EDADES: 5 años de edad y más

COSTO: GRATIS para los miembros de DRD Get Fit Pass o

tarifa de \$5



#### VOLEIBOL - EQUIPO AVANZADOD

Estas clases están orientadas hacia el entrenamiento estructurado, la mejora significativa de las habilidades y el conocimiento mejorado del juego.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes HORA: 8 – 9 p.m.

EDADES: 10 – 18 años de edad COSTO: \$30 por Mes

#### Voleibol - EQUIPO NIVEL 5

INSCRIPCIÓN: En curso FECHAS: Ongoing monthly

DÍAS: viernes HORA: 5:45 – 6:45 p.m.

EDADES: 10 – 18 años de edad COSTO: \$30 por Mes

#### Voleibol - EQUIPO NIVEL 7

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes HORA: 7 – 8 p.m.

EDADES: 10 – 18 años de edad COSTO: \$30 por Mes



# ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA

TODAS LAS ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA MENCIONADAS EN ESTA SECCIÓN SE REALIZARÁN EN EL COMPLEJO ACUÁTICO FAMILIAR PAWLEY POOL

# CUOTA DE ADMISIÓN PARA NATACIÓN ABIERTA O NATACIÓN DE VUELTA:

NIÑOS: \$3 (menores de 3 años de edad son gratis)

**ADULTOS: \$4** 

#### FECHAS Y HORARIOS DE LA PISCINA:

Primer día – 5 de junio • Último día – 4 de septiembre (El horario se reducirá a fines de semana solo a partir del 12 de agosto)

#### LUNES - JUEVES:

9 a.m. – 12 p.m. (Lecciones para jóvenes)

12 - 3:30 p.m. (Natación abierta)

4 – 7 p.m. (Lecciones para jóvenes)

7 – 9 p.m. (Natación abierta)

# **VIERNES:**

9 – 10 a.m. (Lecciones para adultos)

10 a.m. - 12 p.m. (Water Polo)

12 - 4 p.m. and 6 - 9 p.m. (Natación abierta)

# FECHAS Y HORARIOS DE LA PISCINA CONTINUADO: SÁBADOS:

9 – 10 a.m. (Lecciones para adultos)

10 a.m. – 12 p.m. (Clases de natación adaptativa)

12 – 4 p.m. (Natación abierta)

1 - 2:30 p.m. (Salvavidas Jr.)

6 - 9 p.m. (Natación abierta)

DOMINGOS: Cerrado

POR FAVOR, CONSULTE NUESTRA SECCIÓN DE DEPORTES Y RECREACIÓN ADAPTATIVOS/ TERAPÉUTICOS PARA PROGRAMAS ADAPTATIVOS DE NATACIÓN/AGUA

\*POR FAVOR, CONSULTE NUESTRA SECCIÓN DE CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA PARA LOS PROGRAMAS DE PAWLEY SWIM CAMP

## PROGRAMA JR. DE SALVAVIDAS

Esta clase es traída a usted por la Cruz Roja Americana. Este curso invaluable enseña seguridad en el agua y el plan de

estudios se centra en cinco categorías principales para un salvavidas efectivo: prevención, estado físico, respuesta, liderazgo y profesionalismo.

DÍAS: sábados

FECHAS: 8 de julio – 19 de agosto

HORA: 1 – 2:30 p.m.

EDADES: 11 – 14 años de edad

COSTO: \$75

# JUNIOR WÁTER POLO

Durante esta clase, los

participantes aprenderán formas adecuadas de disparar y pasar el balón, así como técnicas defensivas y ofensivas. Los participantes también deben ser capaces de pisar el agua y nadar dos longitudes de la piscina sin parar.

FECHAS: 7 de julio – 18 de agosto

DÍAS: viernes

HORA: 10 - 11:30 a.m.

EDADES: 8 - 13 años de edad

COSTO: \$75





**Tenga en cuenta**: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el **Centro Comunitario o Parque de Indio**, a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.



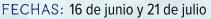
# **ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA**

## EVENTOS ESPECIALESEN LA PISCINA

**Únase a nosotros el viernes 9 de junio para** el **"Free Swim Friday"** de 6 – 9 p.m.

## **VIERNES PARA ADOLESCENTES**

Organizando Indio Teens en colaboración con el Indio Teen Center y el Indio Youth Advisory Council Friday Night Live Chapter.



HORA: 12 - 4 p.m.

COSTO: \$5 en la puerta, por persona



#### **CLASES PARA ADULTOS**

## CLASES DE NATACIÓN PARA ADULTOS

Presentaremos habilidades a nuestros nadadores principiantes y trabajaremos en brazadas y resistencia para nadadores intermedios. Esta clase está diseñada para introducir y mejorar las habilidades básicas necesarias para alcanzar los objetivos personales del individuo.

DÍAS: Viernes y sábados

FECHAS: 9 de junio – 1 de julio • Julio 7 – 29 • Agosto 4 – 26 HORA: 9 – 9:45 a.m. EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$72.50 por sesión

# **CLASES DE NATACIÓN PARA NIÑOS Y JÓVENES**

El costo de todas las siguientes clases es de \$ 62.50 por sesión, las clases se llevan a cabo los lunes, martes, miércoles y jueves, y las fechas de las sesiones de la clase de natación son las siguientes a menos que se indique lo contrario:

SESIÓN 1: 5 – 15 de junio

SESIÓN 2: 19 – 29 de junio

SESIÓN 3: 3 – 13 de julio

SESIÓN 4: 17 – 27 de julio

SESIÓN 5: 31 de julio 10 de agosto

# CLASES DE NATACIÓN INFANTIL

Nuestras clases de natación para bebés les ayudan a sentirse cómodos dentro y alrededor del agua. Los padres aprenden habilidades básicas con su hijo, y un padre / adulto debe acompañar al niño en el agua.

## CLASES DE NATACIÓN INFANTIL CONT.

**Parent & Me Nivel 1:** EDADES: 18 Meses − 3 años de edad HORA: 9 − 9:45 a.m. • 4 − 4:45 p.m.

#### Parent & Me Nivel 2:

Las actividades incluyen las del Nivel 1 más habilidades básicas de natación

EDADES:  $2 - 3 \frac{1}{2}$  años de edad HORA: 9 - 9.45 a.m. • 4 - 4.45 p.m.

# CLASES DE NATACIÓN PREESCOLAR

A esta edad, los niños que se sienten cómodos alrededor del agua son introducidos a los fundamentos de la natación segura y efectiva.

**GUPPIES:** Los niños son colocados en clases basadas en su capacidad, y los padres no acompañan a los niños en esta clase.

EDADES: 3 – 6 años de edad

HORA: 9 - 9:45 a.m. • 10 - 10:45 a.m.

11 – 11:45 a.m. • 4 – 4:45 p.m. • 5 – 5:45 p.m. • 6 – 6:45 p.m.

# CLASES DE NATACIÓN EN LA ESCUELA PRIMARIA

La natación es una excelente manera de mantenerse en forma y activo, y ofrecemos cinco niveles de clases para jóvenes, según la edad y la capacidad de natación.

PINGÜINOS 1 Y 2: Haga que los niños con poca o ninguna experiencia en natación comiencen con lo básico. La seguridad en el agua, la flotación, las patadas, la acción de los brazos y el uso de las piernas introducen a los niños a este excelente deporte.

**Pingüinos 1:** EDADES:  $6 \frac{1}{2} - 12$  años de edad

HORA: 9 – 9:45 a.m. • 10 – 10:45 a.m.

4 − 4:45 p.m. • 5 − 5:45 p.m.

Pingüinos 2: EDADES: 8 – 12 años de edad

HORA: 10 – 10:45 a.m. • 11 – 11:45 am.

5 − 5:45 p.m. • 6 − 6:45 p.m.

RAYAS: Los nadadores deben demostrar todas las habilidades enumeradas en Penguins, así como la capacidad de nadar 10 yardas sin apoyo. Las habilidades enseñadas incluyen estilo libre, braza y patada de mariposa, espalda elemental, así como seguridad adicional en el agua.

EDADES:  $6 \frac{1}{2} - 12$  años de edad

HORA: 9 – 9:45 a.m. • 11 – 11:45 a.m.

4 − 4:45 p.m. • 6 − 6:45 p.m.





BARRACUDAS: El rastreo frontal, el rastreo hacia atrás, el estilo de espalda, la braza y la patada lateral, junto con pisar el agua hacen que esta clase sea divertida a medida que los niños agudizan y amplían sus habilidades de natación.

EDADES: 7 - 13 años de edad

HORA: 9 - 9:45 a.m. • 11 - 11:45 a.m.

4 – 4:45 p.m. • 6 – 6:45 p.m.

**TIBURONES:** Los tiburones son agudos, ya que se centran en la resistencia con espalda y estilo libre, dominan la respiración de estilo libre y se basan en la mariposa y la espalda elemental. Se introduce el giro en la pared. Los requisitos incluyen estilo libre con respiración lateral, espalda y espalda elemental para 25 yardas.

EDADES: 8 – 14 años de edad

HORA: 10 - 10:45 a.m. • 11 - 11:45 a.m.

 $5 - 5:45 \text{ p.m.} \cdot 6 - 6:45 \text{ p.m.}$ 



# PROGRAMAS DE NIÑOS PEQUEÑOS

# **PEQUEÑOS ATLETAS**

Los niños participarán en una variedad de movimientos relacionados con los deportes durante ejercicios estructurados y mejorarán sus habilidades motoras gruesas. Cada clase se centrará en un ejercicio deportivo diferente. ejercicios y juegos de alto y



bajo perfil, todo en un ambiente no competitivo.

UBICACIÓN: Centro Indio para Adolescentes

DÍAS: sábados INSCRIPCIÓN: mayo

EDADES: 1½ - 3 años de edad HORA: 10:15 – 10:45 a.m.

COSTO: \$20 por Mes

# **PEQUEÑOS EXPLORADORES**

Los niños participarán en una variedad de ejercicios en el aula que incluyen arte, ciencia, deportes y movimiento, y serán guiados a través de experimentos y manualidades geniales y divertidas para mostrar a mamá y papá.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes HORA: 9 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 3 – 5 años de edad COSTO: \$50 por Mes

## MAMÁ Y YO

Este programa proporciona interacción social entre padres y niños pequeños. Juntos explorarán el ritmo, el movimiento, la creatividad a través de la canción, junto con el juego interior y exterior.

UBICACIÓN: Centro Indio para Adolescentes

INSCRIPCIÓN: mayo y junio

DÍAS: viernes HORA: 9 - 10:30 a.m.

EDADES: 1½ - 2½ Años de edad

COSTO: \$30 por Mes

## MAMÁ Y YO – DÍA DEL ARTE DESORDENADO

Esta clase de Mommy & Me contará con actividades para su niño pequeño en torno al desordenado tema del arte. Esta es una gran oportunidad para que su niño socialice con niños dentro de su propio grupo de edad.

UBICACIÓN: Centro Indio para Adolescentes FECHAS: viernes, 30 de junio y 14 de julio

HORA: 9 – 10:30 a.m. EDADES:  $1\frac{1}{2} - 2\frac{1}{2}$  años de edad

COSTO: \$10 por clase

# **PEQUEÑOS TOTS**

Los niños aprenden a participar en grupos y expresarse creativamente a través de proyectos de arte, historias, canciones, juegos y otras actividades con un nuevo tema cada semana.



DÍAS: lunes a jueves HORA: 9 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 3 – 5 años de edad COSTO: \$260 por Mes



#### TIEMPO DE JUEGO TOT

Esta caída en el espacio para niños pequeños les da a los niños pequeños la oportunidad de participar en el desarrollo de habilidades sociales, pequeñas habilidades motoras, todo mientras se divierten. Se requiere la participación de adultos.

FECHAS: 12 de mayo • 9 de junio • 14 de julio • 11 de agosto

DÍAS: viernes HORA: 12:30 – 1:30 p.m.

EDADES: 6 meses a 1 año de edad (con adulto)

COSTO: \$10 por sesión

# Indio Hills

**Tenga en cuenta**: Todas las actividades serán en el **Centro Comunitario de indio hills** a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad que siguen.

**Una nota sobre las tarifas:** para actividades mensuales en curso que pueden tener menos días o días adicionales durante algunos meses del año, las tarifas pueden ajustarse. Si hay ajustes, los verás reflejados en el precio cuando te registres. Gracias.

## **Centro Comunitario Indio Hills**



80-400 Dillon Road, Indio Hills, CA 92201 (760) 347-3484

HORAS: Abierto durante Actividades. Le recomendamos llamar al centro para mas detalles.

# 50° ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

# PROGRAMA PARA PERSONAS MAYORES DE INDIO HILLS

¡Únase a nosotros para una taza de café, bingo, lotería, manualidades y mucho más! Este divertido grupo se reúne para celebrar cumpleaños, realizar excursiones y hacer amistades eternas. Traer su plato favorito para compartir con el grupo es una excelente manera de conectarse.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: martes, miércoles, jueves

HORA: 9 a.m. - 12 p.m.

EDADES: 50 años de edad y más COSTO: Gratis



# DÍA AL AIRE LIBRE PARA ADULTOS ACTIVOS Y PERSONAS MAYORES

Este evento orientado a adultos activos / personas mayores brindará la oportunidad de explorar el hermoso aire libre y dar un paseo por uno de los senderos más bellos del sur de California. No se necesita experiencia. Transporte proporcionado bajo petición.

FECHA: miércoles, 3 de mayo

HORA: 8:30 – 10 a.m.

EDADES: 50 años de edad y más COSTO: Gratis



## CASA CLUB DESPUÉS DE LA ESCUELA

Nuestros programas de casa club después de la escuela ofrecen un espacio seguro y divertido para que los niños estén activos, obtengan ayuda con la tarea y sean sociables.

INSCRIPCIÓN: En curso durante el año escolar (puede excluir vacaciones)

DÍAS: lunes a viernes

HORA: Salida de la escuela a las 5:30 p.m.

EDADES: 5 - 17 años de edad

COSTO: Gratis\*

\*La cuota mensual del Programa Tradicional Después de la Escuela de Indio Hills es de \$200. Debido a los subsidios del programa y la financiación de subvenciones solo para el Programa Indio Hills, será gratuito hasta que se agoten los fondos.





# Indio Hills

Para obtener información o para registrarse, visite MyRecreationDistrict.com o llame al (760) 347–3484

# EVENTOS DE LA COMUNIDAD

# CELEBRACIÓN DE FIN DE AÑO ESCOLAR

¡Únase a nosotros para un día divertido en el que podemos celebrar todos los éxitos de nuestros estudiantes mientras dejan atrás un año escolar para ingresar a un período muy esperado, EL VERANO! Traiga traje de baño y toalla para disfrutar de las actividades acuáticas divertidas.



FECHA: viernes, 2 de junio HORA: 12 – 3 p.m.

AGES: 5 - 13 años de edad

COSTO: Gratis

## FIND DISTRIBUCIÓN DE ALIMENTOS

Traemos la comida del FIND Food Bank como una forma de ayudar a las familias dentro de la comunidad de Indio Hills. Las distribuciones se realizarán en el estacionamiento del Centro Comunitario de Indio Hills. Respete las señales de seguridad de conducción, y los alimentos se distribuyen por orden de llegada.

DISTRIBUCIÓN: Segundo viernes del mes (puede excluir vacaciones)

HORA: 9:30 - 11:30 a.m.

(o hasta que se haya distribuido toda la comida)

**EDADES:** Todas las edades

COSTO: Gratis



# TIEMPO FAMILIAR DE ELABORACIÓN DE MADERA

En esta noche estableceremos varias artesanías de madera. Las familias podrán llevarse a casa todas las manualidades al final del evento.

FECHA: 4:30 - 6 p.m. HORA: 4:30 - 6 p.m. EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

# PREPARÁNDOSE PARA EL VERANO – BBQ POTLUCK

Comience su fin de semana y únase a nosotros en nuestro Parque Comunitario Indio Hills para disfrutar del hermoso ambiente en



presencia de su comunidad, sus vecinos. Traiga su deliciosa receta de barbacoa para compartir con todos. Se proporcionarán actividades divertidas acuáticas para los más pequeños.

\*El Distrito no proporcionará comidaen este evento, ya que es una comida comunitaria

FECHA: viernes, 19 de mayo HORA: 4 – 6:30 p.m. EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

# REUNIÓN DEL CONSEJO COMUNITARIO DE INDIO HILLS

En las fechas que se especifican a continuación, el Consejo Comunitario de Indio Hills llevará a cabo su reunión informativa para todos los que viven en la comunidad de Indio Hills, durante la cual podrá escuchar las últimas noticias del condado de Riverside sobre su comunidad de parte de funcionarios gubernamentales, autoridades del condado y el Distrito de Recreación del Desierto.

Comuníquese con dschemmer@rivco.org ya que las reuniones pueden realizarse a través de Zoom o pueden ser en persona.

FECHA: martes, 16 de mayo HORA: 6 – 8 p.m.

Para conocer las fechas de las reuniones y obtener más información, visite:

https://rivco4.org/Councils/Community-Councils



**Tenga en cuenta**: Todas las actividades serán en el **Centro Comunitario de La Quinta** a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad que siguen.

**Una nota sobre las tarifas:** Para actividades mensuales en curso que pueden tener menos días o días adicionales durante algunos meses del año, las tarifas pueden ajustarse. Si hay ajustes, los verás reflejados en el precio cuando te registres. Gracias.

# Gimnasio y parque comunitario La Quinta



77-865 Avenida Montezuma, La Quinta, CA 92253 (760) 564-9921

HORAS: lunes a viernes: 5:30 a.m. – 8:30 p.m.

sábado: 8 a.m. – 12 p.m. Domingo: Cerrado

#### **Piscina Fritz Burns**



78-107 Avenue 52, La Quinta, CA 92253 (760) 771-4347

HORAS: Abierto durante Actividades. Le recomendamos llamar al centro para mas detalles

\*\*Los residentes de la ciudad de La Quinta pueden venir a Open Swim en Fritz Burns Pool de forma gratuita mientras se actualiza el Splash Pad en La Quinta Park.\*\*



# ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

## FORMA FÍSICA DESPUÉS DE 50

Mantenga su fuerza, movilidad y función a través de ejercicios que se centran en la parte superior e inferior del cuerpo, el equilibrio y la flexibilidad.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: lunes, miércoles, viernes

HORA: 12 – 1:15 p.m. EDADES: 50 años y mayores COSTO: GRATIS para los miembros de DRD Get Fit Pass

o tarifa de entrada de \$5



## MIÉRCOLES DE BOLOS DE WII

Ven a mostrarnos tus mejores habilidades con los bolos mientras conoces a otras personas mayores activas dentro de tu comunidad. Wii Bowling seguirá inmediatamente después de nuestra clase Fit After 50 los miércoles.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: miércoles

HORA: 1:30 – 2:30 p.m. EDADES: 50 años y mayores COSTO: GRATIS para los miembros de DRD Get Fit Pass

o tarifa de entrada de \$5



# DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

#### JUEGO DE AGUA ADAPTIVO

Las personas con una discapacidad o necesidad especial son bienvenidas a unirse a un Open Swim temprano, brindando la oportunidad de practicar habilidades de natación y divertirse con amigos y familiares.

UBICACIÓN: Fritz Burns Pool

DÍAS: viernes HORA: 4 – 4:45 p.m.

FECHAS: junio 9 – 30 • Julio 7 – 28 • Agosto 4 – 25

EDADES: 4 años de edad o más con una discapacidad o una

necesidad especial

COSTO: Gratis



# CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

# CLUB DE NIÑOS - VISTA DUNES

En asociación con Hope Through Housing, este Kids Club es exclusivo para los residentes de Vista Dunes Apartments. Este programa extracurricular, en un ambiente seguro, brinda tutoría, un refrigerio saludable, ayuda con la tarea y actividades que apoyan el enriquecimiento académico. Sigue el Calendario del Distrito Escolar Unificado Desert Sands (DSUSD).

UBICACIÓN: Vista Dunes Apartment Complex EDADES: 5 – 17 años de edad COSTO: Gratis

#### Fechas mientras la escuela está en sesión :

(Tenga en cuenta que los días festivos pueden estar excluidos) 1 – 31 de mayo • 1 y 2 de junio • 15 – 31 de agosto DÍAS: lunes viernes HORA: 3 – 6 p.m.

#### Fechas durante las vacaciones de verano:

6-29 de junio • 6-27 de julio • 1-3 de agosto DÍAS: martes y jueves HORA: 1-4 p.m.

#### MUESTRA DEL CAMPAMENTO DE VERANO

Los niños pueden unirse a nosotros para una experiencia similar a un campamento de verano, con los días temáticos que se enumeran a continuación. La descripción de cada tema se puede ver en línea antes de registrarse. ¡Inscriba a su hijo para días individuales o para toda la semana!

HORA: 8:30 a.m. – 12 p.m. EDADES: 4 – 11 años de edad

COSTO: \$55 para la semana, \$15 por día

FECHAS: **Sesión de junio:** 12 – 16 de junio DÍAS Y TEMAS:

Lunes – ¡Campamento Rocks!

Martes – *La vuelta al mundo* 

Miércoles – Slip & Slime

Jueves – ¡Juego encendido!

Viernes – Luau hawaiano

FECHAS: **Sesión de julio:** 10 – 14 de julio

DÍAS Y TEMAS:

Lunes - Lunes misterioso

Martes - Colisión de colores

Miércoles – Juegos acuáticos locos

Jueves – Artesanía de arte y "mente"

Viernes – Superhéroe



## **BALLET PRINCIPIANTE**

Los niños dejan salir sus bailarinas internas mientras se les enseñan los conceptos básicos del ballet en esta clase para principiantes. Los padres son bienvenidos a ver a sus hijos aprender en este ambiente divertido.

INSCRIPCIÓN: mayo, junio y agosto DÍAS Y HORARIOS:

jueves, 5:30 – 6:15 p.m. **O** viernes, 4 – 4:45 p.m.

EDADES: 5 – 10 años de edad COSTO: \$42 por Mes

#### BAILAR, JUGAR Y FINGER

Los niños pequeños aprenden a bailar con la ayuda de juegos imaginativos y de fantasía y se les enseñan movimientos básicos de ballet. Zapatillas de ballet para niñas; Se requiere camiseta, pantalones cortos y calcetines para niños.

INSCRIPCIÓN: mayo, junio y agosto DÍAS Y HORARIOS: lunes, 4 – 4:45 p.m. **O** miércoles, 5:30 – 6:15 p.m. **O** viernes, 9 – 9:45 a.m.

EDADES: 2½ – 5 Años de edad COSTO: \$42 por Mes



# SALUD Y ESTADO FISICO INTRODUCCIÓN AL TAI CHI - SESIONES DE BIENESTAR DE VERANO

Este Programa permite a los participantes experimentar los beneficios de los movimientos de Tai Chi, mejorando el equilibrio, aumentando la capacidad pulmonar a través de la respiración enfocada y aquietando la mente.

DÍAS: miércoles

FECHAS: 3 de mayo • 10 de mayo • 14 de junio

21 de junio 19 de julio

HORA: 9 – 9:45 a.m. EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$15 por sección

35



**Tenga en cuenta**: Todas las actividades serán en el **Centro Comunitario de La Quinta** a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad que siquen.

# SALUD Y ESTADO FISICO

# TERAPIA DE BAÑO DE SONIDO

¡Ven a relajarte con nosotros! Un baño de sonido utiliza instrumentos musicales para crear una experiencia de meditación relajante. Los beneficios de un baño de sonido incluyen



relajación, reducción del estrés y mejora del sueño.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: Primer martes de cada mes HORA: 10:30 – 11:30 a.m.

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: Gratis para los miembros de las instalaciones de DRD o \$5 para el pase de uso de las instalaciones

#### **ZUMBA**

¡Cada persona de todas las edades ama Zumba! La música alegre te hará pasar a un baile que quema calorías que es divertido y saludable para ti, independientemente de tu nivel de condición física.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes, miércoles, sábados

HORA: 10 – 11 a.m. EDADES: 16 años de edad y más COSTO: \$60 por Mes TARIFA DE INGRESO: \$8

#### NOCHE DE ZUMBA

¡Continúe con la diversión de Zumba todos los jueves por la noche!

FECHAS: mayo junio

DÍAS: jueves TIME: 6:30 – 7:30 p.m.

COSTO: \$25 por Mes TARIFA DE INGRESO: \$8





#### **NOCHE DE PADRES**

¡Esta es una oportunidad para que los padres disfruten de una salida nocturna mientras su hijo disfruta de una noche divertida en casa! Los mantendremos entretenidos con actividades (al aire libre y bajo techo), manualidades y una comida para niños mientras usted disfruta del descanso y la relajación que tanto necesita. Los niños deben usar ropa cómoda y zapatos cerrados.

DÍAS: sábados HORA: 5 – 8:30 p.m.

FECHAS: 13 de mayo • 10 de junio • 8 de julio • 12 de agosto

EDADES: 4 – 12 años de edad COSTO: \$25



# LIGA DE SOFTBOL DE LANZAMIENTO LENTO PARA ADULTOS

¡Jugar a la pelota! ¡Reúna a sus amigos y familiares para pasar un momento de calidad al aire libre jugando uno de los mejores deportes de todos los tiempos en Estados Unidos! Los playoffs se llevarán a cabo para los 4 mejores equipos la semana después de que finalice la liga.

UBICACIÓN: Francis Hack Field en el parque comunitario La Quinta LIGAS, DÍAS Y FECHAS:

#### **Lunes COED**

Requisito mínimo de 3 mujeres por equipo para unirse a la liga

5 de junio – 31 de julio

#### martes de hombres

6 de junio – 1 de agosto

HORA: 6:15 – 10:15 p.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$400 por equipo



#### **VIERNES DE BOCHAS**

¿Está interesado en jugar Bocce Ball o ha oído hablar de él y quiere saber más sobre el juego? Venga a La Quinta Community Park los viernes y disfrute de algunos juegos con otros entusiastas de Bocce Ball de nuestra comunidad.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes HORA: 8 – 10 a.m. EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: libre y abierto a la comunidad



### La Quinta

Para obtener información o para registrarse, visite MyRecreationDistrict.com o llame al (760) 347-3484

### LE ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA

TODAS LAS ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y ACUÁTICO MENCIONADAS A CONTINUACIÓN TIENEN LUGAR EN LA PISCINA FRITZ BURNS A MENOS QUE SE INDIQUE LO CONTRARIO

\*\* POR FAVOR, CONSULTE NUESTRA SECCIÓN DE DEPORTES Y RECREACIÓN ADAPTATIVOS / TERAPÉUTICOS PARA PROGRAMAS ADAPTATIVOS DE NATACIÓN / AGUA – GRACIAS \*\*

### CUOTA DE ADMISIÓN PARA NADO ABIERTO O NADO DE VUELTA:

NIÑOS: \$3 (menores de 3 años de edad son gratis)

**ADULTOS: \$4** 

#### FECHAS Y HORARIOS DE LA PISCINA:

Primer día – 5 de junio • Último día – 4 de septiembre

#### LUNES - JUEVES:

9 – 11 a.m. (Clases de ejercicios acuáticos/natación de vuelta) 11 a.m. – 12 p.m. (Lecciones para jóvenes/natación de vuelta/ natación abierta)

- 12 2 p.m. (Natación de vuelta/natación abierta)
- 2 5 p.m. (Lecciones para jóvenes)
- 5 7 p.m. (Clases de ejercicios acuáticos/natación de vuelta)

#### **VIERNES:**

8 - 10 a.m. (Natación de vuelta/natación abierta)

10 – 11 a.m. (Clases para adultos/natación de vuelta)

11 a.m. – 2 p.m. (Natación de vuelta/natación abierta)

- 4 5 p.m. (Juego de chapoteo adaptativo)
- 5 9 p.m. (Natación de vuelta/natación abierta)

#### SÁBADOS:

8 – 9 a.m. (Clases de ejercicios acuáticos/natación de vuelta)

9 - 10 a.m. (Clases para jóvenes/natación de vuelta)

10 – 11 a.m. (Clases para adultos/natación de vuelta)

11 a.m. – 2 p.m. (Natación de vuelta/natación abierta)

5 – 9 p.m. (Natación de vuelta/natación abierta)

DOMINGOS: Cerrado

#### **EVENTOS ESPECIALESEN LA PISCINA**

Únase a nosotros el viernes 9 de junio para el "Free Swim Friday" de 5 – 9 p.m.

#### PELÍCULAS DE BUCEO

Únase a nosotros de 7:30 a 10:30 p. m. el viernes 23 de junio para una proyección de la película MINIONS: THE RISE OF GRU, el 14 de julio para LIGHTYEAR, -O- el 4 de agosto para Puss in Boots: The Last Wish en Fritz Burns Pool (las películas comienzan al anochecer): consulte nuestro sitio web



en MyRecreationDistrict. com/movies para obtener detalles sobre estas y todas las excelentes películas que ofrecemos.



#### DÍA DE NATACIÓN GRATUITA PARA VETERANOS

Los veteranos tendrán la oportunidad de unirse a una clase o nadar gratis el martes 4 de julio.

#### **CLASES DE AGUA PARA ADULTOS**

#### CLASES DE NATACIÓN PARA ADULTOS

Nunca es demasiado tarde para aprender a nadar o perfeccionar esas habilidades. Presentaremos habilidades a nuestros nadadores principiantes y trabajaremos en brazadas y resistencia para nadadores intermedios.

DÍAS: viernes y sábados

FECHAS: 9 de junio – 1 de julio • 7 – 29 de julio

4 – 26 de Agosto

HORA: 10 – 10:45 a.m. EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$72.50 por sección

#### AERÓBIC ACUÁTICO PARA ADULTOS

Esta clase en aguas poco profundas está diseñada para desarrollar fuerza mientras se divierte. La clase incorporará herramientas de resistencia como pesas de agua flotantes y

fideos. No se requiere habilidad para nadar.

#### **EDADES:**

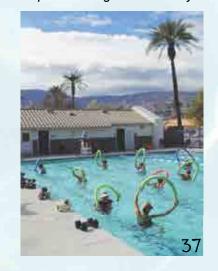
18 años de edad y más

COSTO: \$50

HORA: 8 - 8:45 a.m. DÍAS Y FECHAS:

#### sábados:

29 de abril – 17 de junio 24 de junio – 12 de agosto 19 de agosto – 7 de octubre





**Tenga en cuenta**: Todas las actividades serán en el **Centro Comunitario de La Quinta** a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad que siguen.

# ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA AERÓBIC ACUÁTICO PARA ADULTOS CONT.

HORA: 10 - 10:45 a.m. **0** 6 - 6:45 p.m.

Para cualquiera de las combinaciones de días siguientes:

#### DÍAS Y FECHAS:

#### martes y jueves:

23 de mayo – 15 de junio • 20 de junio – 13 de julio 18 de julio – 10 de agosto • 15 de agosto – 7 de septiembre

#### DÍAS Y FECHAS:

#### lunes y miércoles:

22 de mayo – 14 de junio • 19 de junio – 12 de julio 17 de julio – 9 de agosto • 14 de agosto – 6 de septiembre



#### **CLASE SENIOR SPLASH**

Senior Splash es una clase de fuerza y aeróbicos acuáticos diseñada para todos los niveles, incluso para aquellos que no saben nadar, para ayudar a mantener un mayor control de su salud.

EDADES: 18 años de edad y más HORA: 9 – 9:45 a.m. **0** 4 – 4:45 p.m.

Para cualquiera de las combinaciones de días siguientes:

#### DÍAS Y FECHAS:

#### lunes y miércoles:

22 de mayo – 14 de junio • 19 de junio – 12 de julio 17 de julio – 9 de agosto • 14 de agosto – 6 de septiembre COSTO: \$25 por sección

#### DÍAS Y FECHAS:

#### martes y jueves:

23 de mayo — 15 de junio • 20 de junio — 13 de julio 18 de julio — 10 de agosto • 15 de agosto — 7 de septiembre COSTO: \$25 por Mes

#### **CLASE SENIOR SPLASH CONTINUADO**

#### DÍAS Y FECHAS:

**lunes a jueves:** 22 de mayo – 15 de junio 19 de junio – 13 de julio • 17 de julio – 10 de agosto

14 de agosto – 6 de septiembre COSTO: \$50 por sección

### CLASES DE NATACIÓN PARA NIÑOS Y JÓVENES

El costo de todas las siguientes clases es de \$62.50 por sesión, las clases se llevan a cabo los lunes, martes, miércoles y jueves, y las fechas de las clases de natación son las siguientes, a menos que se indique lo contrario:

#### SESIONES DE PRIMAVERA (SI CORRESPONDE):

1 – 11 de mayo • 15 – 25 de mayo

#### SESIONES DE VERANO:

SESIÓN 1: 5-15 de junio SESIÓN 2: 19-29 de junio SESIÓN 3: 3-13 de julio SESIÓN 4: 17-27 de julio

SESIÓN 5: 31 de julio – 10 de agosto

#### **LECCIONES DE NATACIÓN PARA BEBÉS**

Nuestras clases de natación para bebés los ayudan a sentirse

cómodos dentro y alrededor del agua, ¡y comienzan un amor por las actividades acuáticas para toda la vida! Los padres aprenden habilidades básicas con su hijo y un padre o adulto debe acompañar al niño en el agua.



#### CLASES PARA PADRES Y YO

#### Padre y yo Nivel 1:

EDADES: 18 meses – 3 años de edad HORA DE LA SESIÓN DE PRIMAVERA: 11 – 11:45 a.m. HORARIOS DE LAS SESIONES DE VERANO:

11 – 11:45 a.m. • 2 – 2:45 p.m.

#### Padre y yo Nivel 2:

Las actividades incluyen las del Nivel 1 más habilidades básicas de natación.

EDADES:  $2 - 3 \frac{1}{2}$  años de edad HORA: 4 - 4:45 p.m.

### La Quinta

Para obtener información o para registrarse, visite MyRecreationDistrict.com o llame al (760) 347-3484

#### CLASES DE NATACIÓN PREESCOLAR

¡Vamos a nadar! A esta edad, los niños que se sienten cómodos en el agua aprenden los fundamentos de la natación segura y eficaz.

#### **GUPPIES CLASSES**

Los niños se colocan en clases según su capacidad y los padres no acompañan a los niños en esta clase.

#### Sábados solamente – Guppies:

10 de junio -29 de julio  $\cdot 9 - 9:45$  a.m. 5 de agosto -23 de septiembre  $\cdot 9 - 9:45$  a.m.

Hora de la sesión de primavera: 12 – 12:45 p.m.

#### Horarios de las sesiones de verano:

11 - 11:45 a.m. • 2 - 2:45 p.m. • 3 - 3:45 p.m.

PINGÜINOS 1 Y 2: Haga que los niños con poca o ninguna experiencia en natación comiencen con lo básico. La seguridad en el agua, la flotación, las patadas, la acción de los brazos y el uso de las piernas introducen a los niños a este fantástico deporte.

#### Pingüinos 1

EDADES: 6 ½ - 12 años de edad

#### Solo sábados – Pingüinos 1:

10 de junio – 29 de julio • 9 – 9:45 a.m. 5 de agosto -23 de septiembre  $\cdot 9 - 9:45$  a.m.

#### Horarios de las sesiones de verano:

 $2 - 2:45 \text{ p.m.} \cdot 4 - 4:45 \text{ p.m.}$ 

#### Pingüinos 2

EDADES: 8 - 12 años de edad

Hora de la sesión de verano: 3 – 3:45 p.m.

RAYAS: Los nadadores deben demostrar todas las habilidades enumeradas en Penguins, así como la capacidad de nadar 10 yardas sin apoyo. Las habilidades que se enseñan incluyen estilo libre, braza y patada de mariposa, espalda elemental y seguridad adicional en el agua.

EDADES:  $6 \frac{1}{2} - 12$  años de edad

#### Sábados solamente – Rayas:

10 de junio – 29 de julio • 9 – 9:45 a.m. 5 de agosto -23 de septiembre  $\cdot 9 - 9:45$  a.m.

#### Horarios de las sesiones de verano:

 $2 - 2:45 \text{ p.m.} \cdot 4 - 4:45 \text{ p.m.}$ 

BARRACUDAS: El crol frontal, el crol hacia atrás, la brazada de espalda, la braza y la patada lateral, junto con el agua a flote, hacen que esta clase sea divertida a medida que los niños mejoran y amplían sus habilidades de natación.

EDADES: 7 – 13 años de edad

HORA: 3 - 3.45 p.m.

TIBURONES: Los tiburones son agudos ya que se enfocan en la resistencia con la espalda y el estilo libre, dominan la respiración de estilo libre y se basan en la mariposa y la espalda elemental. Se introduce el giro en la pared. Los requisitos incluyen estilo libre con respiración lateral, espalda y espalda elemental para 25 yardas.

EDADES: 8 – 14 años de edad

HORA: 4 - 4:45 p.m.





Tenga en cuenta: Todas las actividades serán en el Centro Comunitario de Mecca a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad que siguen

Una nota sobre las tarifas: para actividades mensuales en curso que pueden tener menos días o días adicionales durante algunos meses del año, las tarifas pueden ajustarse. Si hay ajustes, los verás reflejados en el precio cuando te registres. Gracias.

#### Centro Comunitario de Mecca



65-250 Coahuilla Street, Mecca, CA 92254 (760) 396-0257 HORAS: lunes a viernes: 8 a.m. – 2 p.m. Sábado y Domingo: Cerrado

#### Piscina comunitaria de Mecca



65-250 Coahuilla Street, Mecca, CA 92254 (760) 347-3484 Reserve alquileres de primavera y verano ahora

#### 50 ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

#### PROGRAMA PARA PERSONAS MAYORES DE MECCA

Únase a nosotros para el programa de Mecca Seniors, donde podrá disfrutar de manualidades, Fit After

50, arte, oradores invitados, recursos y mucho más. Los calendarios mensuales están disponibles en la recepción.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes a jueves HORA: 9 a.m. – 1 p.m. EDADES: 50 años de edad y más COSTO: Gratis



#### DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

#### UNA NOCHE DE MANUALIDADES FAMILIARES

¡Únase a nosotros en Mecca para una noche de artes y manualidades! El programa está diseñado para satisfacer las necesidades de las personas con discapacidades, todos los niveles de habilidad son bienvenidos. Invitamos a los hermanos y amigos de personas con discapacidades a unirse también.

FECHA: viernes, 14 de julio HORA: 6 – 8 p.m.

EDADES: Todas las edades con una discapacidad o una

necesidad especial COSTO: Gratis

#### JUEGO DE AGUA ADAPTIVO

Las personas con una discapacidad o necesidad especial son bienvenidas a unirse a un Open Swim temprano, brindando la oportunidad de practicar habilidades de natación y divertirse con amigos y familiares.



UBICACIÓN: Piscina comunitaria de Mecca DÍAS: sábados HORA: 4 – 4:45 p.m.

FECHAS: 10 al 24 de junio • 1 al 29 de julio • 5 al 26 de agosto EDADES: 4 años de edad y más con una discapacidad o una

necesidad especial

COSTO: Gratis



#### CLUB DE NIÑOS - PASEO DE LOS HEROES

En asociación con Coachella Valley Housing Coalition, esta ubicación del Kids Club es exclusivamente para los residentes de Paseo De Los Heroes Apartments II. Este programa después de la escuela, en un ambiente seguro, brinda tutoría, un refrigerio saludable, ayuda con la tarea y actividades que apoyan el enriquecimiento académico.



Para obtener información o para registrarse, visite MyRecreationDistrict.com o llame al (760) 347-3484

#### CLUB DE NIÑOS – PASEO DE LOS HEROES CONTINUADO

UBICACIÓN: Paseo De Los Heroes II Apartments
INSCRIPCIÓN: Continuo durante el año escolar
(se pueden excluir los días festivos)

(una vez que termine el año escolar, el programa comenzará nuevamente en agosto)

HORA: 3 – 6 p.m. EDADES: lunes a viernes

EDADES: 5 – 17 años de edad COSTO: Gratis

#### CASA CLUB DESPUÉS DE LA ESCUELA MECCA

Nuestros programas extracurriculares brindan un ambiente seguro, divertido y social después de completar el día escolar. Los estudiantes pasan la tarde haciendo tareas, actividades



físicas, proyectos de arte, juegos y participando en eventos especiales. Se proporciona un refrigerio diario y los estudiantes son supervisados por nuestro personal capacitado y profesional.

INSCRIPCIÓN: Continuo durante el año escolar (se pueden excluir los días festivos)

HORA: Salida de la escuela 6 p.m.

DÍAS: lunes a viernes

LOS GRADOS: Kindergarten through 12th Grade

COSTO: Gratis\*

\*La tarifa del programa extracurricular de Mecca suele ser de \$200 por mes. Debido a los subsidios del programa para quienes califiquen, el programa será gratuito hasta que se agoten los fondos.



#### **EVENTOS DE LA COMUNIDAD**

#### FAMILIA RESPLANDOR GOLF

Tendremos una noche llena de minigolf brillante para todas las familias de Mecca. Familias, no quieran perderse de este evento. ¡Registración es necesaria, así que inscriba a la familia hoy!



FECHA: jueves, 3 de agosto HORA: 6. – 7:30 p.m. EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis



#### **DEJA QUE BRILLE**

¡Damos la bienvenida a todos los jóvenes de Mecca y las comunidades circundantes a unirse a nosotros para una noche de diversión, baile, música y juegos! Tendremos una Silent Disco para los primeros 50 participantes, así como un campo de golf resplandeciente. No querrás perderte este evento, ¡es necesario registrarse! El espacio es limitado, ¡así que inscríbete hoy!

FFECHA: viernes, 2 de junio HORA: 6 – 7:30 p.m.

EDADES: 6 – 14 años de edad

COSTO: Gratis gracias a la financiación de la Anderson

Children's Foundation



#### NOCHE DE JUEGOS FAMILIARES EN MECCA

¡Damos la bienvenida a todas las familias de Mecca y a las comunidades circundantes a una noche de juegos, música, artesanías, una película y, por supuesto, diversión! Se brindarán refrescos, bocadillos y materiales.

DÍAS: jueves

FECHAS: 25 de mayo • 29 de junio • 13 de julio HORA: 6 – 7:30 p.m. EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis





**Tenga en cuenta**: Todas las actividades serán en el **Centro Comunitario de Mecca** a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad que siquen

#### **EVENTOS DE LA COMUNIDAD**

#### NOCHE DE LA LOTERÍA EN MECCA

¡Estamos muy contentos de dar la bienvenida a la comunidad de Mecca y a las comunidades circundantes para que se unan a nosotros para una noche de juegos, comunidad y diversión! Todas las edades son bienvenidas a participar en un juego rápido y divertido de Loteria.

FECHA: jueves, 24 de agosto HORA: 6 – 7 p.m. EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis



#### **PELÍCULAS**

#### PELÍCULAS EN EL PARQUE/NOCHES DE CINE

Nos complace traerle películas en el Parque / Noches de Cine. Consulte los listados en nuestro sitio web en MyRecreationDistrict.com/movies para obtener los títulos, ubicaciones, fechas y horarios de películas más actualizados. Traiga una silla de jardín de respaldo o una manta de picnic para una experiencia cinematográfica familiar. Actualmente estamos planeando una película el 7 de julio en Mecca. Tenga en cuenta que las inclemencias del tiempo, como los fuertes vientos, pueden alterar el horario.



#### NIÑOS EN LA COCINA

Los niños se llevarán a casa las recetas utilizadas para las comidas que aprenden a crear, y se les proporcionarán ingredientes y las habilidades / herramientas para incorporar un estilo de vida saludable y activo en sus rutinas diarias y vida familiar.



#### FECHAS Y HORARIOS:

23 • 5 de mayo – 6:30 p.m.  $\blacksquare$  20 de junio • 3:30 – 5 p.m.

18 • 2 de julio − 3:30 p.m. ■ 29 de agosto • 5 − 6:30 p.m.

DÍAS: martes

EDADES: 7 - 10 años de edad

COSTO: Gratis gracias a la financiación de la Anderson Children's Foundation





#### ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA

TODAS LAS ACTIVIDADES DE NADAR Y AGUA QUE SE ENCUENTRAN EN ESTA SECCIÓN TENDRÁN LUGAR EN LA PISCINA COMUNITARIA DE MECCA

#### CUOTA DE ADMISIÓN PARA NADO ABIERTO O

#### NADO DE VUELTA:

NIÑOS: \$3 (menores de 3 años de edad son gratis)

**ADULTOS: \$4** 

#### FECHAS Y HORARIOS DE LA PISCINA:

Primer día – 5 de junio • Último día – 4 de septiembre (Las horas se reducirán a fines de semana solo a partir del 12 de agosto)

#### **LUNES - JUEVES:**

4 – 7 p.m. (Lecciones para jóvenes)

7 – 9 p.m. (Natación de vuelta/natación abierta)

#### VIERNES Y SÁBADOS:

4 – 5 p.m. (Juego de chapoteo para personas mayores/ Juego de chapoteo adaptable)

5 – 9 p.m. (Natación de vuelta/natación abierta)

DOMINGOS: Cerrado

POR FAVOR, CONSULTE NUESTRA SECCIÓN DE DEPORTES Y RECREACIÓN ADAPTATIVOS / TERAPÉUTICOS PARA PROGRAMAS ADAPTATIVOS DE NATACIÓN / AGUA – GRACIAS

#### **EVENTOS ESPECIALESEN LA PISCINA**

**Únase a nosotros el viernes 9 de junio para** el **"Free Swim Friday"** de 5 – 9 p.m.





Para obtener información o para registrarse, visite MyRecreationDistrict.com o llame al (760) 347-3484

### CLASE DE GIMNASIA ACUÁTICA PARA ADULTOS

#### **CLASE SENIOR SPLASH**

Senior Splash es una clase de aeróbic acuático y fuerza diseñada para todos los niveles de habilidad, incluso para aquellos que no son nadadores, para ayudar a mantener un mayor control de su salud.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$25por sección

HORA: 4 - 4:45 p.m. DÍAS: viernes y sábados FECHAS: 6 de junio - 1 de julio  $\cdot$  Julio 7 - 29

### CLASES DE NATACIÓN PARA NIÑOS Y JÓVENES

El costo de todas las siguientes clases es de \$62.50 por sesión, las clases se llevan a cabo los lunes, martes, miércoles y jueves, y las fechas de las sesiones de la clase de natación son las siguientes a menos que se indique lo contrario:

SESIÓN 1: 5 – 15 de junio

SESIÓN 2: 19 - 29 de junio

SESIÓN 3: 3 – 13 de julio

SESIÓN 4: 17 – 27 de julio

SESIÓN 5: 31 de julio – 10 de agosto

#### CLASES DE NATACIÓN PREESCOLAR

¡Vamos a nadar! A esta edad, los niños que se sienten cómodos alrededor del agua son introducidos a los fundamentos de la natación segura y efectiva.

**GUPPIES:** Los niños son colocados en clases basadas en su capacidad, y los padres no acompañan a los niños en esta clase.

EDADES: 3 – 6 años de edad

HORA:

4 – 4:45 p.m.

5 - 5:45 p.m.

6 – 6:45 p.m.



#### CLASES DE NATACIÓN EN LA ESCUELA PRIMARIA

La natación es una excelente manera de mantenerse en forma y activo, y ofrecemos cinco niveles de clases para jóvenes, según la edad y la capacidad de natación.

#### **PINGÜINOS 1 Y 2:**

Haga que los niños con poca o ninguna experiencia en natación comiencen con lo básico. La seguridad en el agua, la flotación, las patadas, la acción de los brazos y el uso de las piernas introducen a los niños a este excelente deporte.

#### Pingüinos 1

**EDADES:** 

 $6 \frac{1}{2} - 12$  años de edad

HORA:

4 – 4:45 p.m.

5 – 5:45 p.m.

6 - 6:45 p.m.

#### Pingüinos 2

**EDADES:** 

8 – 12 años de edad

HORA:

 $4 - 4:45 \text{ p.m.} \cdot 5 - 5:45 \text{ p.m.} \cdot 6 - 6:45 \text{ p.m.}$ 



RAYAS: Los nadadores deben demostrar todas las habilidades enumeradas en Penguins, así como la capacidad de nadar 10 yardas sin apoyo. Las habilidades enseñadas incluyen estilo libre, braza y patada de mariposa, espalda elemental, así como seguridad adicional en el agua.

EDADES:  $6 \frac{1}{2} - 12$  años de edad HORA: 4 - 4:45 p.m.  $\cdot 6 - 6:45$  p.m.

BARRACUDAS: El rastreo frontal, el rastreo hacia atrás, el estilo de espalda, el braza y la patada lateral, junto con pisar el agua hacen que esta clase sea divertida a medida que los niños agudizan y amplían sus habilidades de natación.

EDADES: 7 – 13 años de edad

HORA: 5 – 5:45 p.m.







Tenga en cuenta: Todas las actividades serán en North Shore Beach & Yacht Club a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad que siguen.

Una nota sobre las tarifas: para actividades mensuales en curso que pueden tener menos días o días adicionales durante algunos meses del año, las tarifas pueden ajustarse. Si hay ajustes, los verás reflejados en el precio cuando te registres. Gracias.

#### North Shore Beach & Yacht Club



99-155 Sea View Drive, North Shore, CA 92254 (760) 393-0602

HORAS: lunes a viernes: 8 a.m. - 12 p.m. and

4 - 8 p.m.

Sábado y Domingo: Cerrado

#### Parque comunitario de North Shore



99-480 70th Avenue, North Shore, CA 92254 (760) 393-0602 HORAS: Abierto durante Actividades. Le recomendamos

llamar al centro para mas detalles

#### 50 ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

#### NORTH SHORE PROGRAMA SENIOR

Únase a nosotros todos los martes y jueves para el programa de North Shore Senior. Las personas mayores se unen y disfrutan del ejercicio, el arte, los oradores invitados, los recursos, las excursiones y mucho más. ¡Pasa por el centro y recoge un calendario mensual!

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes y jueves HORA: 9 a.m. - 1 p.m.EDADES:50 años y mayores COSTO: Gratis



#### DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

#### NOCHE DE RESPLANDOR ADAPTATIVO (MINI GLOW GOLF Y SILENT DISCO)

Únase a nosotros en el mini campo de golf de resplandor establecido en todo el North Shore Beach & Yacht Club. seguido de una discoteca silenciosa. El programa está diseñado para satisfacer las necesidades de las personas con discapacidades. ¡Trae tus zapatos de baile!

FECHA: viernes, 23 de junio HORA: 6 – 8 p.m.

EDADES: Todas las edades con una discapacidad o una

necesidad especial

COSTO: Gratis

#### CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

#### CASA CLUB DESPUÉS DE LA ESCUELA DE **NORTH SHORE**

Nuestros programas escolares proporcionan un ambiente seguro, divertido y social después de completar el día escolar. Los estudiantes pasan la tarde haciendo tareas, actividades físicas, proyectos de arte, jugando juegos y participando en eventos especiales. Se proporciona un refrigerio diario, y los estudiantes son supervisados por nuestro personal capacitado y profesional.

INSCRIPCIÓN: En curso durante el año escolar (se pueden excluir los días festivos)

HORA: Salida de la escuela a las 6 p.m.

DÍAS: lunes a viernes

GRADOS: Kindergarten hasta 12th grado

COSTO: Gratis\*

\*La tarifa del programa extracurricular de North Shore suele ser de \$200 por mes. Debido a los subsidios del programa para aquellos que califiquen, el programa será gratuito hasta que se agoten los fondos.





Para obtener información o para registrarse, visite MyRecreationDistrict.com o llame al (760) 347-3484

#### VERANO EN LA ORILLA DE LA PLAYA

¡Entra y únete a las divertidas actividades como juegos temáticos, proyectos de artes creativas, manualidades, torneos de juegos de mesa, karaoke y mucho más! Los participantes pueden aprender nuevas habilidades y desarrollar la autoestima a través de actividades deportivas, artes y manualidades creativas y juegos grupales. Todos los días se proporciona un aperitivo.

FECHAS: 10 - 28 de julio HORA: 7 a.m. -12 p.m. DÍAS: lunes - viernes EDADES: 5 - 11 años de edad

COSTO: Gratis

# EVENTOS DE LA COMUNIDAD CATHOLIC CHARITIES DISTRIBUCIÓN DE COMIDA

No se requiere ningún papeleo para obtener alimentos en este evento gratuito; la comida se distribuye por orden de llegada a partir de las 8 a.m. hasta que se acaba la comida. Esta es una distribución de autoservicio y la comida se colocará en su vehículo.

DÍAS: miércoles FRECUENCIA: Cada semana

HORA: 8 – 9 a.m.

#### FAMILIA RESPLANDOR GOLF

Tendremos una noche llena de minigolf brillante. Familias, no quieran perderse de este evento. ¡Registración es necesaria, así que inscriba a la familia hoy!

FECHA: jueves, 27 de julio HORA: 6 – 7:30 p.m. EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

#### **DEJA QUE BRILLE**

¡Damos la bienvenida a todos los jóvenes de North Shore y a las comunidades circundantes a unirse a nosotros para una noche de diversión, baile, música y juegos! Tendremos una Silent Disco para los primeros 50 participantes, así como un campo de golf resplandeciente. No querrás perderte este evento, ¡es necesario registrarse! El espacio es limitado, ¡así que inscríbete hoy!

FECHA: viernes, 19 de mayo HORA: 7 – 8:30 p.m.

EDADES: 6 - 14 años de edad

COSTO: Gratis gracias a la financiación de la Anderson

Children's Foundation



### NOCHE DE JUEGOS FAMILIARES EN NORTH SHORE

¡Damos la bienvenida a todas las familias de North Shore y a las comunidades circundantes a una noche de juegos, música, artesanías, una película y, por supuesto,



diversión! Se brindarán refrescos, bocadillos y materiales.

DÍAS: jueves

FECHAS: 11 de mayo • 22 de junio • 20 de julio HORA: 6 – 7:30 p.m. EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis

#### NOCHE DE LA LOTERÍA NORTH SHORE

¡Estamos muy contentos de dar la bienvenida a la comunidad de North Shore y las comunidades circundantes para que se unan a nosotros



para una noche de juegos, comunidad y diversión! Todas las edades son bienvenidas a participar en un juego rápido y divertido de Lotería.

FECHA: martes, 22 de agosto HORA: 6-7 p.m. EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis



#### **ZUMBA**

Esta es la clase de fitness latina de la que todo el mundo habla. La música alegre te hará entrar en un baile de quema de calorías que es divertido y saludable para ti, independientemente de tu nivel de condición física.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes, miércoles, jueves

HORA: 6-7 p.m.

EDADES: 14 años de edad y más

COSTO: \$40 por Mes

COSTO DIARIO DE ENTREGA: \$5





**Tenga en cuenta**: Todas las actividades serán en **North Shore Beach & Yacht Club** a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad que siquen.



#### PELÍCULAS EN EL PARQUE/NOCHES DE CINE

Nos complace traerle películas en el Parque / Noches de Cine. Consulte los listados en nuestro sitio web en My RecreationDistrict.com/movies para obtener los títulos, ubicaciones, fechas y horarios de películas más actualizados, y traiga una silla de jardín de respaldo bajo o una manta de picnic para una experiencia cinematográfica familiar. Actualmente estamos planeando una película el viernes 30 de junio en North Shore Community Park. Tenga en cuenta que las inclemencias del tiempo, como los fuertes vientos, pueden alterar el horario.



### 😭 INTERÉS ESPECIAL

#### NIÑOS EN LA COCINA

Los niños se llevarán a casa las recetas utilizadas para las comidas que aprenden a crear, y se les proporcionarán ingredientes y las habilidades



/ herramientas para incorporar un estilo de vida saludable y activo en sus rutinas diarias y vida familiar.

DÍAS: martes

#### **FECHAS Y HORAS:**

23 de mayo • 5 – 6:30 p.m.  $\blacksquare$  20 de junio • 3:30 – 5 p.m. 18 de julio • 1 – 2:30 p.m.  $\blacksquare$  29 de agosto • 5 – 6:30 p.m.

EDADES: 7 - 10 años de edad

COSTO: Gratis gracias a la financiación de USDA Snap / CalFresh y la Fundación Anderson Children's









#### Para obtener información o para registrarse, visite MyRecreationDistrict.com o llame al (760) 347-3484

**Una nota sobre las tarifas:** para actividades mensuales en curso que pueden tener menos días o días adicionales durante algunos meses del año, las tarifas pueden ajustarse. Si hay ajustes, los verás reflejados en el precio cuando te registres. Gracias.

#### Parque Oasis del Desierto



88-775 Avenue 76, Thermal, CA 92274 (760) 347-3484 HORAS: Abierto durante Actividades. Le recomendamos

llamar al centro para mas detalles

#### **Escuela Primaria Oasis**

88175 74th Ave, Thermal, CA 92274



#### DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

#### DÍA DE CAMPO FAMILIAR ADAPTATIVO

¡Únase a nosotros en el Oasis Park para una mañana de campo familiar adaptativa! Al tratar de combatir el calor, tendremos varias actividades relacionadas con el agua para mantenernos frescos: lanzamiento de globos, relevos de agua, desafíos de obstáculos, etc. Esta actividad está diseñada para satisfacer las necesidades de las personas con discapacidades, todos los niveles de habilidad son bienvenidos. ¡Alentamos a los hermanos y amigos de personas con discapacidades a unirse también! Use su traje de baño, o algo que no le importe mojarse [se secarán eventualmente]. Use zapatos cerrados y agua decanillo.

FECHA: martes, 18 de julio HORA: 9 - 10 a.m.

EDADES: Todas las edades con una discapacidad o una necesidad especial y miembros de la familia

COSTO: Gratis

¡Encuentra Aventura!



#### ARTES Y MANUALIDADES

El programa Arts and Crafts es una excelente manera de presentar a los jóvenes en el este del Valle de Coachella una variedad de diferentes artes y artesanías, incluyendo dibujo y pintura. Cada clase será dirigida por un instructor donde los estudiantes recibirán instrucciones paso a paso para crear su propia obra maestra.

DÍAS: miércoles

FECHAS: 10 – 24 de mayo • 14 – 28 de junio

12 – 26 de julio • 9 – 30 de agosto

HORA: 5:30 – 6:30 p.m. EDADES: 5 – 12 años de edad

COSTO: Gratis gracias a la financiación de la Anderson Children's Foundation



## EVENTOS DE LA COMUNIDAD H 2-OASIS: DÍA DEL AGUA EN EL PARQUE

Ven a darte un chapuzón con nosotros y combate el calor del verano en el primer día de agua H 2-Oasis. Animamos a todos los participantes a traer toallas y ropa que no les importe mojarse. ¡Habrá música, actividades temáticas acuáticas y diversión!

FECHA: jueves, 8 de junio HORA: 9 – 11 a.m. EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis





**Tenga en cuenta**: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el **Parque Oasis del Desierto** a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.





#### **EVENTOS DE LA COMUNIDAD**

#### LET IT GLOW SOCIAL JUVENIL

¡Damos la bienvenida a todos los jóvenes y adolescentes en Oasis y las comunidades circundantes para que se unan a nosotros para una noche divertida de diversión, baile, música y juegos! Tendremos una Silente Disco para los primeros 50 participantes, así como un campo de golf brillante instalado en el Parque Oasis del Desierto. Es necesario una reorientación

FECHA: viernes, 28 de julio

HORA: 6 – 7:30 p.m. EDADES: 6 – 14 años de edad COSTO: Gratis gracias a la financiación de la Anderson

Children's Foundation



#### **OASIS NOCHE DE JUEGO**

¡Damos la bienvenida a la comunidad de Oasis y las comunidades circundantes a unirse a nosotros para una noche de juegos, música, manualidades y, por supuesto, diversión! Se proporcionarán refrigerios, bocadillos y material.

FECHAS: lunes 15 de mayo • Jueves 6 de julio

HORA: 6:30 – 7:30 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

#### FIESTA DE BAILE FAMILIAR OASIS

Únete a nosotros para la primera fiesta de baile familiar en Oasis. ¡Aquí tendremos música, instrucción de baile, bailes en línea, rifas, concursos y más! No olvides traer tus zapatos de baile a esta noche de diversión, familia y comunidad.

UBICACIÓN: Por determinar

FECHA: lunes, 24 de julio HORA: 6-7 p.m. EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

#### **OASIS SOCIAL COMUNITARIA**

Entra y disfruta de nuestros Sociales de familia. Las actividades divertidas incluirán arte, manualidades, deportes, baile, fitness, juegos grupales y mucho más. El espacio es limitado por favor regístrese con anticipación.

UBICACIÓN: Escuela Primaria Oasis

FECHA: miércoles, 31 de mayo HORA: 5 – 6 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

#### NOCHE DE LOTERÍA OASIS

¡Estamos muy contentos de dar la bienvenida a la comunidad de Oasis y las comunidades circundantes para que se unan a nosotros para una



noche de juegos, comunidad y diversión! Todas las edades son bienvenidas a participar en un juego rápido y divertido de Lotería.

FECHA: lunes, 21 de agosto HORA: 7 – 8 p.m. EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

#### FERIA DE RECURSOS DE VERANO OASIS

Únase a DRD en la Escuela Primaria Oasis para una Feria de Recursos de Verano. Habrá muchas organizaciones que proporcionarán información y recursos a la comunidad. ¡También tendremos actividades y premios para todas las edades! Únete a nosotros para combatir el calor en este evento.

UBICACIÓN: Escuela Primaria Oasis

FECHA: sábado, 13 de mayo HORA: 10 a.m. – 12 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis



#### PELÍCULAS EN EL PARQUE/NOCHES DE CINE

Nos complace traerle películas en el Parque / Noches de Cine. Consulte los listados en nuestro sitio web en My RecreationDistrict.com/movies



para obtener los títulos, ubicaciones, fechas y horarios de películas más actualizados, y traiga una silla de jardín de bajo o una manta de picnic para una experiencia cinematográfica familiar. Actualmente estamos planeando una película el viernes 16 de junio en el Parque Oasis del Desierto. Tenga en cuenta que las inclemencias del tiempo, como los fuertes vientos, pueden alterar el horario.

#### Para obtener información o para registrarse, visite MyRecreationDistrict.com o llame al (760) 347-3484

**Una nota sobre las tarifas:** para actividades mensuales en curso que pueden tener menos días o días adicionales durante algunos meses del año, las tarifas pueden ajustarse. Si hay ajustes, los verás reflejados en el precio cuando te registres. Gracias.

#### Centro Comunitario de Palm Desert



43-900 San Pablo Avenue, Palm Desert (760) 568-9697 HORAS: lunes a viernes: 6 a.m. - 9 p.m. sábado: 9 a.m. - 2 p.m. Domingo: Cerrado

#### **Centro Comunitario Portola**



45-480 Portola Avenue, Palm Desert (760) 568-2560 HORAS: lunes a viernes: 8 a.m. - 8:30 p.m. Sábado y Domingo: Cerrado

#### El centro de golf en Palm Desert



74-945 Sheryl Avenue, Palm Desert (760) 779-1877 HORAS: Abierto durante Actividades. Le recomendamos llamar al centro para mas detalles

#### Parque de las colinas de Cahuilla

45-825 Edgehill Drive, Palm Desert, CA 92260 (760) 776-6481 • HORAS: 6 a.m. – 10 p.m. Diariamente

#### Parque de la libertad

77-400 Country Club Drive, Palm Desert, CA 92260 (760) 776-6481 • HORAS: 6 a.m. – 10 p.m. Diariamente

#### Parque de fútbol Palm Desert

74-735 Hovley Lane, Palm Desert, CA 92260 (760) 776-6481 • HORAS: 6 a.m. – 9 p.m. Diariamente

#### Parque de la comunidad de Olsen

43-005 Magnesia Falls Drive, Palm Desert, CA 92260 (760) 776-6481 • HORAS: 6 a.m. – 10 p.m. Diariamente

#### Parque universitario

74-802 University Park Drive, Palm Desert, CA 92260 (760) 776-6481 • HORAS: 6 a.m. – 10 p.m. Diariamente



### DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

TENGA EN CUENTA: Las sillas deportivas están disponibles para su uso durante el programa adaptativo. Las instrucciones para solicitar una silla deportiva se darán durante el registro.

Muchos de nuestros programas adaptativos se ofrecen en colaboración con SoCal Adaptive Sports



#### **BALONCESTO ADAPTATIVO**

El baloncesto puede mejorar el nivel de condición física de un jugador mientras trabaja en conjuntos de habilidades, incluidos tiros y regates.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: lunes HORA: 2:15 – 3:15 p.m. **0** 3:15 – 4:15 p.m.

#### **EDADES:**

16 años de edad y más con una discapacidad o una necesidad especial COSTO:

\$25 por Mes





**Tenga en cuenta**: Todas las actividades serán en el **Centro Comunitario de Palm Desert** a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad que siguen



#### **DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN**

#### PICKLEBALL ADAPTATIVO

Trabaje en la coordinación ojomano y desarrolle sus habilidades de pickleball y bádminton con nosotros.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves HORA: 4 – 5 p.m.

EDADES: 10 años de edad y más

con una discapacidad o una

necesidad especial COSTO: \$25 por Mes



#### SCOOTER ADAPTATIVO DE FÚTBOL

Esta es una versión modificada del fútbol jugado en scooters con opciones de pelota gigante disponibles para todos.

FECHAS: 6 – 28 de julio

DÍAS: jueves HORA: 3 – 4 p.m.

EDADES: 10 años de edad y más con una

discapacidad o una necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes

#### TENIS DE MESA ADAPTABLE

Verdaderamente un juego de todas las habilidades, el tenis de mesa es una gran oportunidad para desafiar su tiempo y coordinación mano-ojo.

FECHAS: 1 – 29 de junio • 3 – 31 de agosto

DÍAS: jueves HORA: 3 – 4 p.m.

EDADES: 10 años de edad y más con una

discapacidad o una necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes



### CLUB DE CAMINATA ADAPTADA, CARRERA, ROLLO

Puede caminar, correr o incluso rodar en una de nuestras sillas de ruedas deportivas mientras hacemos que nuestros cuerpos se muevan nuevamente en Civic Center Park. A medida que el clima se enfríe, trabajaremos en habilidades técnicas de carrera y resistencia.

FECHAS: 1 – 22 de mayo

DÍAS: lunes HORA: 4:30 – 5:15 p.m.

EDADES: 10 años de edad y más con una discapacidad

o una necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes

#### WALLYBALL ADAPTATIVO

Trabaje en la coordinación mano-ojo y las habilidades de voleibol con nosotros en un mes emocionante de wallyball [también conocido como voleibol de rebote].

FECHAS: Mayo

DÍAS: jueves HORA: 3-4 p.m.

AGES: 10 años de edad y más con una discapacidad

o una necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes

### ARTES Y MÚSICA

#### **GUITARRA**

Comenzar la clase enseña los conceptos básicos que necesitas para comenzar a tocar la guitarra. Aprenda a leer tablas de acordes y tablaturas, y desarrolle habilidades como rasgueo, ritmo, selección de dedos y afinación. ¡Aprende a tocar canciones de inmediato!

La clase de segundo nivel enseña nuevos acordes, ritmos y canciones de Johnny Cash, Sheryl Crow, Rod Stewart y otros. También disfrute de una introducción fácil a la lectura de notación estándar para aprender solos de guitarra simples.

INSCRIPCIÓN: 24 de mayo – 21 de junio

5 de julio – 2 de agosto

DÍAS: miércoles

EDADES: 9 años de edad y más

NIVELES Y TIEMPOS: **Inicio** • 6 – 7 p.m.

**Segundo Nivel** • 7 – 8 p.m.

COSTO: \$80 por sesión

Para obtener información o para registrarse, visite MyRecreationDistrict.com o llame al (760) 347-3484

#### PIANO/TECLADO - COMIENZO I Y II

Los niños aprenderán a leer música que consiste en clave de sol y bajo, pentagrama, nombres de notas y firmas simples de clave y tiempo.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: miércoles

EDADES: 8 – 12 Years of Age HORA: **Comienzo I •** 4 – 5 p.m. **Comienzo II •** 5 – 6 p.m.

COSTO: \$50 por Mes



### 湯

#### CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

#### CAMPAMENTO DE VERANO

Los campistas tienen la oportunidad de aprender nuevas habilidades y desarrollar la autoestima a través de actividades deportivas, artes y manualidades creativas y juegos grupales. Todas las actividades se llevan a cabo bajo la atenta mirada de nuestro personal del campamento.

#### **FECHAS:**

Sesión 1 de tres semanas: del 5 al 23 de junio Sesión 2 de tres semanas: 26 de junio – 14 de julio Sesión 3 de tres semanas: 17 de julio – 4 de agosto

Las sesiones semanales comienzan el:

5, 12, 19, 26 de junio, 3, 10, 17, 24 y 31 de julio

DÍAS: lunes – viernes

EDADES: 5 - 15 años de edad

(el niño debe haber completado el jardín de infantes)

#### Campamento de verano - Días completos:

HORA: 7:30 a.m. - 6 p.m.

COSTO:

\$360 por sesión de tres semanas

\$140 por sesión semanal

\$30 Drop-in diario disponible en días que no sean de excursión

### jEncuentra la risa!

#### PROGRAMAS TRADICIONALES DESPUÉS DE LA ESCUELA (TAS)

Desert Recreation District se está asociando con las escuelas a continuación para presentar el Programa de Oportunidad de Aprendizaje Ampliado (ELOP) financiado por AB 130 para permitir a los estudiantes la oportunidad de asistir a la programación después de la escuela sin cargo.

DÍAS: lunes – viernes

HORA: Salida de la escuela a las 6 p.m.

(El programa de Kinder en Ronald Reagan termina a las 5:30 p.m.)

**GRADOS:** Kindergarten a Quinto

#### TAS – Escuela Primaria Ronald Reagan

UBICACIÓN: Escuela Primaria Ronald Reagan INSCRIPCIÓN:

En curso durante el año escolar (puede excluir días festivos) 1 de mayo — 2 de junio y 15 - 31 de agosto

#### TAS – Programa de Washington Chárter School en Portola

UBICACIÓN: Portola Community Center

(abierto solo para estudiantes de Washington Chárter School) INSCRIPCIÓN: Comuníquese directamente con Washington

Chárter Elementary al 760-862-4350

Solo durante el año escolar; 1 de mayo — 2 de junio y 15 — 31 de agosto



#### BAILE

#### SALÓN DE BAILE: CLASES DE SWING Y SALSA

Estas clases le darán una instrucción sólida en el siempre tan popular baile de salón, swing, salsa, Fox trot, así como una introducción al cha-cha. Parejas sólo por favor para esta clase.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: miércoles HORA: 7 – 8 p.m.

**EDADES:** 

18 años de edad y más COSTO: \$52 por Mes



**Tenga en cuenta**: Todas las actividades serán en el **Centro Comunitario de Palm Desert** a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad que siguen



#### **BALLET PRINCIPIANTE**

Esta clase también está diseñada para mejorar la coordinación y el equilibrio de los niños al tiempo que introduce la apreciación musical y las interpretaciones.

INSCRIPCIÓN: mayo, junio y agosto DÍAS: sábados HORA: 10 – 10:45 a.m.

EDADES: 5 – 11 años de edad

COSTO: \$42 por Mes

#### DANZA DEL VIENTRE

#### INICIO DE BELLY DANCE

Los estudiantes aprenderán moderno danza del vientre teniques en esta clase que se centra en la conciencia de todo el cuerpo, aprendiendo muchos tipos de shimmies, caminos y posicionamiento de brazos y combinaciones creativas.

INSCRIPCIÓN: Mayo, Junio, Julio DÍAS: viernes HORA: 6:30 – 7:30 p.m.

EDADES: 13 años de edad y más

COSTO: \$70 por Mes

#### DANZA DEL VIENTRE AVANZADA/ESCÉNICA

Centrándose en el arte de la danza del vientre y las oportunidades para actuar en una compañía de danza. El enfoque será la coreografía.

INSCRIPCIÓN: Mayo, Junio, Julio DÍAS: jueves HORA: 7 – 8:30 p.m. EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$65 por Mes

#### ACTUACIÓN Y ENSAYO DANZA DEL VIENTRE

**Solo para estudiantes que regresan.** Centrándose en el arte de la danza del vientre y las oportunidades para

actuar en compañía de danza.

FECHAS: 3 – 31 de agosto DÍAS: jueves y viernes HORA: 6:30 – 8:30 p.m.

AGES: 16 años de edad y más

COSTO: \$65 por Mes



#### BAILA, JUEGA Y FINGE

Los niños pequeños son introducidos al baile a través de la ayuda de la fantasía y el juego imaginativo y se les enseñan movimientos básicos de ballet.

INSCRIPCIÓN: mayo, junio y agosto DÍAS: sábados HORA: 9 – 9:45 a.m.

EDADES: 2½ – 5 años de edad COSTO: \$42 por Mes

### IINTRODUCCIÓN A LA DANZA Y LA PERCUSIÓN

El objetivo de la percusión grupal será comenzar y terminar juntos, ¡eventualmente teniendo a la mitad de la clase tocando la batería y la otra mitad bailando!

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves HORA: 10:30 – 11:30 a.m.

EDADES: 2 – 4 años de edad COSTO: \$40 por Mes



#### BAILE EN LÍNEA

¡Estas clases te levantarán el ánimo, mantendrán tu mente aguda y son una excelente manera de hacer ejercicio y ponerte en forma! Se impartirá lo último en bailes populares.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: miércoles HORA: 6 – 7 p.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$43 por Mes **O** \$13 Drop-in diario



Para obtener información o para registrarse, visite MyRecreationDistrict.com o llame al (760) 347-3484

#### TALLER DE DANZA SWING PARA PRINCIPIANTES

Aprendizaje rápido, divertido y fácil del baile de salón más popular, el Clásica Swing. Tanto los ingleses como las parejas son bienvenidos.

FECHA: miércoles, 31 de mayo HORA: 7 – 9 p.m.

EDADES: 18 años de edad y más COSTO: \$28 por persona por clase

#### TALLER DE BAILE DE SWING Y SALSA PARA PRINCIPIANTES

¡Aprende a bailar salsa en esta clase divertida y fácil de 2 horas que se concentra en el baile latino más popular, la salsa! Tanto los ingleses como las parejas son bienvenidos.

FECHAS: 15 de junio • 30 de agosto

HORA: 7 - 9 p.m.

EDADES: 18 años de edad y más COSTO: \$28 por persona por clase

### SALUD Y ESTADO FISICO

#### **YOGA EN SILLA**

Chair Yoga Dance es un divertido programa interactivo donde los participantes, sentados y de pie, hacen movimientos de yoga al ritmo.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves HORA: 12 – 12:45 p.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$45 por Mes

#### HULA PARA FITNESS Y DIVERSIÓN

Desarrolla resistencia, flexibilidad, gracia, ritmo y equilibrio mientras aprietas tu núcleo, brazos y muslos con esta danza tradicional.

FECHAS: 24 de julio – 28 de agosto DÍAS: lunes HORA: 6 – 8 p.m. EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$66 por sesión

### ENTRENAMIENTO A INTERVALOS PARA ADULTOS ACTIVOS

Esta clase de entrenamiento de intervalos modificados utilizará todos los grupos musculares principales junto con el trabajo abdominal / central y un período de cardio. Todos los niveles son bienvenidos.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: miércoles y viernes HORA: 9 – 10 a.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$25 por Mes

#### KICKBOX FUSIÓN

Este entrenamiento de alta energía desafía tanto a los principiantes como a los atletas de élite. Es un entrenamiento sin contacto, ya que todos los golpes y patadas se lanzan al aire.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves HORA: 6 – 7 p.m.

EDADES: 16 años de edad y más COSTO: \$25 por Mes







Tenga en cuenta: Todas las actividades serán en el Centro Comunitario de Palm Desert a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad que siguen



#### SALUD Y ESTADO FISICO

#### **SALSAEROBICS**

A la gente le encanta bailar salsa - agregar aeróbicos y tienes una clase que ayuda con la flexibilidad, el acondicionamiento, la forma en forma y más.

INSCRIPCIÓN: Mayo, Junio, Julio

DÍAS: martes y jueves HORA: 8:15 - 9:15 a.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$35 por Mes

DROP-IN COSTO: \$7 por día

#### TAI CHI

(ambas clases de Tai Chi se llevan a cabo en Centro Comunitario Portola, y son para aquellos 18 años de edad y más)

#### INTRODUCCIÓN AL TAI CHI -SESIONES DE BIENESTAR DE VERANO

Este programa permite a los participantes experimentar los beneficios de los movimientos de Tai Chi y calmar mente.

DÍAS: jueves

FECHAS: 11 y 18 de mayo

1 y 8 de junio

HORA: 12 - 12:45 p.m. COSTO: \$15 por sesión

#### TAI CHI PARA TU **SALUD**

Tai Chi para la Salud, se enfoca en mejorar el

equilibrio, calmar la mente y la respiración rítmica.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes HORA: 12 – 12:45 p.m.

COSTO: \$55 por Mes

DROP-IN COSTO: \$15 por día



#### YOGA - SESIONES DE BIENESTAR DE VERANO DE INTRODUCCIÓN AL YOGA

Este programa permite a los participantes experimentar los beneficios de las posturas de yoga, estiramientos, equilibrio, estiramientos de piso, relajación y rejuvenecimiento, meditaciones.

UBICACIÓN: Centro Comunitario Portola DÍAS: jueves HORA: 12 – 12:45 p.m.

FECHAS Y EDADES:

22 de junio • 10 años de edad y más (**nota especial**: *estas* clases de yoga están abiertas a jóvenes practicantes de yoga si están acompañados por un padre o tutor participante)

13 y 20 de julio • 18 años de edad y más COSTO: \$15 por sesión, por persona



#### ARTES MARCIALES

#### PEQUEÑAS PATADAS

Esta introducción a las artes marciales está diseñada para que los niños se familiaricen con las actividades grupales, el espíritu deportivo, el juego limpio, así como el acondicionamiento mental y físico.



MES Y DÍAS: Mayo, Jueves • Junio, Martes **EDADES Y TIEMPOS:** 

**Nivel 1:** 3 - 5 años de edad • 3 - 3.45 p.m. **Nivel 2:** 6 - 8 años de edad • 4 - 4:45 p.m.

COSTO: \$30 por Mes



#### INTERÉS ESPECIAL

#### **AJEDREZ**

#### AJEDREZ PRINCIPIANTE

Este programa está estructurado para aprender los fundamentos y aprender las estrategias para dar jaque mate a su oponente con tácticas de pensamiento crítico y habilidades para resolver problemas.

INSCRIPCIÓN: Mayo, Junio, Julio DÍAS: Viernes HORA: 3:30 – 4:15 p.m.

EDADES: 7 – 14 años de edad

COSTO: \$30 por Mes



# **9** first tee<sup>™</sup>

coachella valley



A program of Desert Recreation District

First Tee - Coachella Valley es parte de una organización internacional de desarrollo juvenil que ofrece programas educativos que desarrollan el carácter y promueven opciones saludables a través del juego de golf. Las clases están disponibles para todos los niveles de habilidad para los participantes de 4 a 18 años de edad. Se proporcionan equipos de golf y ayuda financiera para cualquier participante que tenga una necesidad.

LOS PROGRAMAS DE VERANO ESTÁN ABIERTOS A PERSONAS DE 4 A 18 AÑOS DE EDAD.

#### PROGRAMACIÓN DE VERANO

Las inscripciones se abren el miércoles 24 de mayo

Clases semanales de First Tee \$65 POR SESIÓN DE SEIS SEMANAS Junio 5 – Julio 15 (6 – semanas)

#### **CAMPAMENTO DE VERANO**

Las inscripciones se abren el miércoles 29 de marzo

Campamentos de verano First Tee \$99 Por campamento de 5 días (8:30 a.m. – 11:30 a.m.) Se ofrece del 5 de junio al 28 de julio (7 semanas de campamento)



REGÍSTRESE PARA LAS CLASES DE FIRST TEE - COACHELLA VALLEY AQUÍ: FTCV.ORG

Oportunidades de voluntariado disponibles para entrenadores asistentes, eventos especiales y tutoría

INVESTIGACIONES? Por favor, envíe un correo electrónico a Kyle Winn: kwinn@ftcv.org O llame al 760-834-6791



## La mejor instalación de mejora de juegos en el Valle de Coachella!

Convenientemente ubicado en el corazón de Palm Desert, cerca de Cook Street, Té Golf Center at Palm Desert ofrece un gran campo de prácticas con iluminación para uso nocturno, junto con juegos cortos de práctica y putting greens. Cuando haya terminado de perfeccionar su juego en el rango, juegue una ronda en nuestro campo de golf de 9 hoyos par 3. El campo de golf es el lugar perfecto para mejorar su juego, con greens pequeños y ondulados y es el lugar perfecto para trabajar en la parte de puntuación de su juego (80 – 130 yardas).



#### **TARIFAS DE GOLF (9 HOYOS)**

(1 de junio – 31 de agosto: la tarifa incluye Pull Cart y Small bucket of Balls) Adultos.....

Adultos	\$20
Personas mayores (mayores de 55 años)	\$17
Junior (menores de 17 años)	. \$10
Repetición de 9 hoyos el mismo día	\$7

#### **CAMPO DE PRÁCTICAS**

Cubo	mediano	\$9
Cubo	grande	\$13

#### CLÍNICAS DE GOLF.....Llame para más detalles.

#### **ALQUILER**

Carro tirador	\$4
Conjunto de palos	\$10
Clubes individuales	\$4

Para obtener información adicional, llame a la tienda de golf al (760) 779–1877 o visite GolfCenterPD.com

**Tenga en cuenta**: Todas las actividades serán en el **Centro Comunitario de Palm Desert** a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad que siquen

### INTERÉS ESPECIAL

#### AJEDREZ INTERMEDIO

En estas sesiones, dominarás la paciencia, la estrategia y el pensamiento crítico. Trae tu propio tablero y piezas.

#### INSCRIPCIÓN:

Mayo, Junio, Julio

DÍAS: viernes

HORA: 4:30 - 5:15 p.m.

EDADES: 7 - 14 años de edad

COSTO: \$40 por Mes



Todas las clases de K9 Nose se llevarán a cabo en el Centro Comunitario de Portola los martes, son clases mensuales continuas para mayores de 18 años, y cuestan \$150 por sesión de 4 semanas.

#### K9 NOSE WORK – BÁSICO- TALLER DE INTRODUCCIÓN AL TRABAJO OLFATIVO

Esta serie para principiantes se centra en enseñarle cómo alentar y desarrollar las habilidades naturales de aroma de su perro. Los perros aprenden divertidos juegos de rompecabezas utilizando su deseo de cazar y su amor por la comida y los juguetes.

HORA: 11 – 11:50 a.m.

#### K9 NOSE WORK - INTERMEDIO - TALLER

Esta serie intermedia se centra en introducir a su perro a varios olores objetivo que serán entrenados para localizar. Los equipos de perros / manejadores comienzan a aprender juegos de rompecabezas más desafiantes, incluidas las búsquedas de vehículos.

Prerrequisito: K9 Nose Work Basic-Intro to Scent Work.

HORA: 12 – 12:50 p.m.



#### **K9 NOSE WORK - DETECTIVE AVANZADO**

Esta serie avanzada está orientada a equipos de perros / manejadores para ampliar sus conocimientos y habilidades en el entrenamiento de detección de olores. Los tipos de búsquedas realizadas incluyen contenedores, vehículos, interiores y exteriores.

Prerrequisito: K9 Nose Work Intermediate Workshop.

HORA: 1 - 1:50 p.m.





#### BALONCESTO

#### ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO

No esperes a que comience la temporada, comienza a entrenar ahora y prepárate para el día del draft. Únete a la

"Zona de entrenamiento de baloncesto" y lleva tu juego al siguiente nivel. Nuestros instructores proporcionan comentarios constructivos destacando sus fortalezas y señalando las áreas que necesitan mejoras.



DÍAS: Miércoles



### ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO: PRINCIPIANTES

HORA: 3:30 - 4:30 p.m.

EDADES: 7 – 9 años de edad

COSTO: \$40 por Mes **O** \$12 por día

### ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO: INTERMEDIO

HORA: 4:30 - 5:30 p.m.

EDADES: 10 - 14 años de edad COSTO: \$40 por Mes  $\underline{\mathbf{0}}$  \$12 por día

### PATINAJE SOBRE HIELO/HOCKEY

Tenga en cuenta que todas las actividades de patinaje sobre hielo y hockey se llevan a cabo en Berger Foundation Iceplex. Por favor regístrese en línea en **BergerFoundationIceplex.com**. Si usa el código de descuento: **DRDsummer**, recibirá \$ 5 de descuento en las clases, si se registra antes del domingo 23 de julio.

Mientras visita el sitio web de la Fundación Berger, consulte sus otros Los campamentos de verano de Hockey y Learn to Skate comienzan en junio.

#### ¡Combata el calor sobre el hielo este verano en Berger Foundation Iceplex!



Todas las clases son los sábados, del 15 de julio al 26 de agosto, y cuesta \$199 por clase.

#### PATINAJE SOBRE HIELO JUVENIL - BÁSICO 1

Esta clase es para jóvenes principiantes y patinadores aprenderán a sentarse en el hielo y ponerse de pie, habilidades de patinaje hacia adelante, paradas y patinaje hacia atrás se introduce.

DÍAS: martes, miércoles, sábados EDADES: 6 – 12 años de edad

### PATINAJE SOBRE HIELO PARA PRINCIPIANTES PARA ADOLESCENTES / ADULTOS

Para patinadores adultos que son nuevos en el hielo y / o no han tenido instrucción formal previa de patinaje. Las habilidades básicas de patinaje hacia adelante y parada se enseñan junto con el equilibrio en uno y dos pies.

DÍAS: martes y sábados

EDADES: 13 años de edad y más

#### **HOCKEY TOT**

Esta clase presentará habilidades de patinaje inicial en un formato de hockey, haciendo que su patinador sea independiente y trabajando en habilidades de patinaje hacia adelante y cómo caer y levantarse, patinar hacia adelante y detenerse.

DÍAS: martes y sábados EDADES: 3 – 5 años de edad

#### TOT & ME

Esta clase es para que los padres patinen con sus hijos en edad preescolar, de 3 a 5 años. Usted será capaz de pasar tiempo de calidad con su hijo, mientras él o ella aprende los FUNdamentals de patinar en un ambiente enriquecedor.

DÍAS: martes y sábados

EDADES: 3 – 5 años de edad con el padre o tutor

#### TOT PRINCIPIANTE

Esta clase presentará habilidades de patinaje iniciales para ayudar a su patinador a ser independiente; Trabajar en habilidades de patinaje hacia adelante, cómo caer y levantarse, patinar hacia adelante y detenerse.

DÍAS: martes y sábados

EDADES: 3 – 5 años de edad con el padre o tutor

#### **HOCKEY APRENDER A JUGAR 1**

### PRERREQUISITO BÁSICO 1 O HOCKEY TOT NO APLICA DESCUENTO.

El jugador aprenderá los fundamentos básicos del hockey y recibirá un juego completo de equipo de hockey NHL Learn To Play personalizado.

FECHAS: 10 de julio – 21 de agosto DÍAS: lunes

COSTO: **\$250** 

**Tenga en cuenta**: Todas las actividades serán en el **Centro Comunitario de Palm Desert** a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad que siquen



#### **PICKLEBALL**

#### INDOOR PICKLEBALL - OPEN PLAY

Ofrecemos competencia amistosa y diversión Pickleball dentro de nuestro Centro Comunitario de Palm Desert. ¡No hay necesidad de preocuparse por el clima!

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS Y HORA: lunes, 9:30 a.m. -2 p.m. miércoles y viernes, 9:30 a.m. -2:30 p.m.

EDADES: Todas las edades

COSTO: \$5 Drop-In por día o FREE para miembros

de DRD Get Fit Pass

#### CLÍNICAS PICKLEBALL - NIVEL PRINCIPIANTE

Las clínicas de pickleball de nivel principiante tienen habilidades grupales y ejercicios para jugadores principiantes. Planifique su horario con el instructor. En este nivel, el jugador es nuevo en pickleball y aprenderá puntuación y reglas.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes HORA: 8 – 9:30 a.m. EDADES: 16 años de edad y más COSTO: \$95 por Mes • \$25 por día

#### CLÍNICAS PICKLEBALL – NIVEL PRINCIPIANTE AVANZADO

Los jugadores en esta categoría son capaces de sostener peloteos más largos y pueden hacer voleas más fáciles y usar su revés con más frecuencia, pero a menudo necesitan trabajar en el desarrollo del golpe. Planifique su horario con el instructor.



INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: miércoles HORA: 8 – 9:30 a.m.

EDADES: 16 años de edad y más COSTO: \$95 por Mes • \$25 por día

### CLÍNICAS PICKLEBALL – SIMULACROS INTERMEDIOS A AVANZADOS

Este nivel de jugador hará habilidades grupales y ejercicios para jugadores intermedios y avanzados, y los jugadores habrán logrado la confiabilidad del golpe con control direccional en la mayoría de los tiros de ritmo medio y algunos golpes más duros, pero aún necesitan desarrollar más profundidad y variedad con sus golpes. Planifique su horario con el instructor.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes HORA: 8 – 9:30 a.m. EDADES: 16 años de edad y más COSTO: \$95 por Mes • \$25 por día

#### **SOCCER**

### PALM DESERT YOUTH SOCCER CLÍNICA -

**PRINCIPIANTES** 

Esta clase desarrollará una comprensión de los aspectos atractivos y emocionantes del fútbol, y mejorará sus habilidades auditivas, sociales y atléticas.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: sábados HORA: 10 – 11 a.m.

EDADES: 5 - 7 años de edad

COSTO: \$40 por Mes



### PALM DESERT YOUTH SOCCER CLÍNICA - INTERMEDIO

El objetivo de esta clínica intermedia es proporcionar un ambiente divertido y estructurado para cada

jugador, lo que ayudará a desarrollar

sus habilidades atléticas.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: sábados

HORA: 11 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 8 - 10 años de edad

COSTO: \$40 por Mes

Para obtener información o para registrarse, visite MyRecreationDistrict.com o llame al (760) 347-3484

#### PADRE Y YO SOCCER

Las mejoras en las habilidades motoras y sociales se realizan a través de divertidos juegos de instrucción y carreras de obstáculos, todo mientras se aprenden los fundamentos del fútbol.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: sábados HORA: 9 – 10 a.m.

EDADES: 2 – 4 años de edad

(con la participación de los padres)

COSTO: \$40 por Mes

#### TENIS DE MESA

#### TENIS DE MESA

Trae una paleta y prepárate para divertirte recreativamente y compitiendo. El tenis de mesa es una excelente manera de mejorar la coordinación ojo-mano, el enfoque y el estado físico general. Si está



buscando una actividad recreativa entretenida que se juegue en el interior, ¡únase a nosotros! Trae tu propio remo.

#### LAS HORAS Y LOS DÍAS ESTÁN SUJETOS A CAMBIOS.

DÍAS Y HORA:

lunes, 1-4 p.m. • martes, 6-9 p.m. • viernes, 12-3 p.m.

EDADES: 5 años de edad y más

COSTO: \$5 Drop-In por día o GRATIS para miembros

de DRD Get Fit Pass

#### **TENIS**

#### TENIS – PRINCIPIANTE JUVENIL / PRINCIPIANTE AVANZADO

Esta clase está destinada a introducir el juego de tenis a su hijo. Los jugadores utilizarán una nueva pelota de tenis modificada que está destinada a que los principiantes aprendan los golpes de tenis adecuados de manera fácil y rápida.

UBICACIÓN: Palm Desert Civic Center Park
INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: lunes y viernes
EDADES Y TIEMPOS:

7 - 10 años de edad • 5:30 - 6:30 p.m. 11 - 14 años de edad • 6:30 - 7:30 p.m.

COSTO: \$60 por Mes

#### **VOLEIBOL**

#### VOLEIBOL DE INTERIOR – PRINCIPIANTE / INTERMEDIO

Para aquellos que recién comienzan, la instrucción incluirá aprender las habilidades básicas de servir, pasar, establecer, atacar y bloquear el balón. Para los jugadores intermedios, mejorarás tus habilidades clave de voleibol inicial, como volea, set, servicio, pase y bloqueo, y ataque.

DÍAS: lunes

COSTO: \$40 por Mes <u>O</u> \$15 por día INSCRIPCIÓN, TIEMPO Y EDADES:

10 – 31 de julio a agosto • 7 – 8 p.m. • 8 – 18 años de edad

#### VOLEIBOL DE INTERIOR INTERMEDIO / AVANZADO

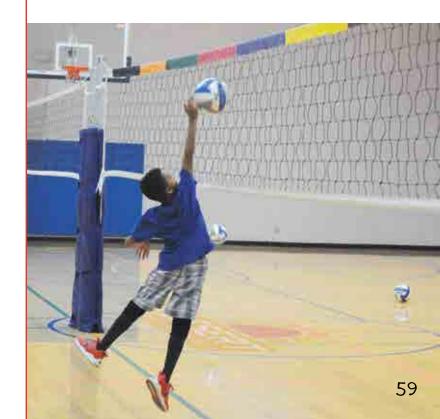
Aprenda cómo preparar sus habilidades para el juego de torneos y el juego de la escuela secundaria en esta clase, que está orientada a la capacitación estructurada, la mejora significativa de las habilidades y el conocimiento del juego. Cada programa cuenta con un instructor de voleibol experto con una experiencia comprobada como entrenador.

FECHAS, DÍAS, HORARIOS Y TARIFAS:

10 – 31 de julio • lunes • 8 – 9 p.m. • \$40

1-31 de agosto • martes y jueves • 8-9 p.m. • \$60

EDADES: 8 - 18 años de edad



Tenga en cuenta: Todas las actividades serán en el Centro Comunitario de Palm Desert a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad que siguen



#### **VOLEIBOL DE SALA – EQUIPOS**

Los participantes que juegan en este nivel tienen un sólido conocimiento y comprensión de las reglas y el juego y han jugado durante algunas temporadas, ya sea recreativamente o en un equipo deportivo de la escuela secundaria.

#### SESIONES DE LOS SÁBADOS:

Julio 1 - 29 • \$40

Nivel  $1 \cdot 9 - 13$  años de edad  $\cdot 12 - 1$  p.m.

#### SESIONES DE MARTES Y JUEVES:

May 2 - 25 • \$60

Nivel  $1 \cdot 9 - 12$  años de edad  $\cdot 4 - 5$  p.m.

Nivel  $2 \cdot 10 - 13$  años de edad  $\cdot 5 - 6$  p.m.

Nivel  $4 \cdot 12 - 15$  años de edad  $\cdot 5 - 6$  p.m.

Nivel  $5 \cdot 13 - 16$  años de edad  $\cdot 8 - 9$  p.m.

Nivel  $6 \cdot 14 - 17$  años de edad  $\cdot 7 - 8$  p.m.

Nivel  $6 \cdot 14 - 17$  años de edad  $\cdot 6 - 7$  p.m.

Nivel  $7 \cdot 15 - 18$  años de edad  $\cdot 8 - 9$  p.m.

#### Junio 1 – 15 • \$37.50

Nivel  $1 \cdot 9 - 12$  años de edad  $\cdot 4 - 5$  p.m.

Nivel  $2 \cdot 10 - 13$  años de edad  $\cdot 5 - 6$  p.m.

Nivel  $4 \cdot 12 - 15$  años de edad  $\cdot 5 - 6$  p.m.

Nivel  $5 \cdot 13 - 16$  años de edad  $\cdot 8 - 9$  p.m.

Nivel  $6 \cdot 14 - 17$  años de edad  $\cdot 6 - 7$  p.m.

Nivel  $6 \cdot 14 - 17$  años de edad  $\cdot 7 - 8$  p.m.

Nivel  $7 \cdot 15 - 18$  años de edad  $\cdot 8 - 9$  p.m.

Todas las clases son los sábados, del 15 de julio al 26 de agosto, y cuesta \$40 por clase.

#### VOLEIBOL - AVANZADO

Los participantes que juegan en este nivel tienen un buen

conocimiento de las reglas y el juego y

están listos para ser más competitivos. La mayoría de los participantes en este nivel han jugado durante algunas temporadas.

HORA: 11 a.m. - 12 p.m.

EDADES: 13 - 18 años de edad

#### CLÍNICA DE VOLEIBOL - PRINCIPIANTE / **INTERMEDIO**

Salga y aprenda cómo servir, bloquear y ser un competidor de equipo en su viaje de voleibol. Además del juego de pies, trabajaremos las técnicas de movimiento del juego y las reglas del juego.

HORA: 9 - 10 a.m. EDADES: 8 - 17 años de edad

#### CLÍNICA DE VOLEIBOL - INTERMEDIO/ **AVANZADO**

Salga y aprenda cómo servir, bloquear y ser un competidor de equipo en su viaje de voleibol. Además del juego de pies, trabajaremos las técnicas de movimiento del juego y las reglas del juego.

HORA: 10 - 11 a.m. EDADES: 8 - 17 años de edad



#### PROGRAMAS DE NIÑOS PEQUEÑOS

#### **TINY TOTS**

Las clases alientan a los niños a participar en nuevas actividades, compartir y más. Los niños aprenden cómo participar en grupos y expresarse creativamente a través de proyectos de arte, historias, canciones, juegos y otras actividades en un tema nuevo cada semana. Las vacunas deben estar al día y los niños deben saber ir al baño.

INSCRIPCIÓN: En curso

EDADES: 3 – 6 años de edad HORA: 9 a.m. – 12 p.m.

INSCRIPCIÓN Y TARIFAS:

3 días por semana – lunes, miércoles, viernes

\$225 por Mes

2 días por semana – martes y jueves

**\$170** por Mes





#### Para obtener información o para registrarse, visite MyRecreationDistrict.com o llame al (760) 347-3484

Una nota sobre las tarifas: para actividades mensuales en curso que pueden tener menos días o días adicionales durante algunos meses del año, las tarifas pueden ajustarse. Si hay ajustes, los verás reflejados en el precio cuando te registres. Gracias.

#### **Jerry Rummond's Senior & Community Center**



87-229 Church Street, Thermal, CA 92274 (760) 399-1368 HORAS: Lunes Miércoles Viernes: 3 – 5 p.m. martes y jueves: 9 – 11 p.m.

Sábado y Domingo: Cerrado

#### 50 ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

#### FORMA FÍSICA DESPUÉS DE 50

Mantenga su fuerza, movilidad y función a través de ejercicios que se centran en la parte superior e inferior del cuerpo, el equilibrio y la flexibilidad.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes y jueves HORA: 9 – 10 a.m. EDADES: 50 años y mayores COSTO: Gratis

#### LET IT GLOW: SOCIAL DE SENIORS

¡Damos la bienvenida a adultos activos y personas mayores en Thermal y las comunidades circundantes para que se unan a

nosotros para una noche de diversión, baile, música y juegos! Tendremos una discoteca silenciosa, así como un campo de golf resplandeciente. Es necesario registrarse.



miércoles, 12 de julio HORA: 6 - 7:30 p.m.

EDADES: años de edad y más

COSTO: Gratis



#### PROGRAMA DE SENIORS THERMAL

¡Únase a nosotros para el programa Termal Senior donde podrá disfrutar de manualidades, Fit After 50, arte, oradores invitados, recursos y mucho más! Pasa y recoge nuestro calendario mensual.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes jueves HORA: 9 a.m. – 1 p.m. EDADES: 50 años y mayores COSTO: Gratis



#### **DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN**

#### NOCHE DE JUEGOS FAMILIARES **ADAPTATIVOS**

¡Damos la bienvenida a las familias termales con necesidades especiales y las comunidades circundantes a unirse a nosotros para una noche de juegos, música, manualidades y, por supuesto, diversión! ¡Todos los niveles de habilidad son bienvenidos y animamos a los hermanos y amigos a unirse también!

FECHA: viernes, 26 de mayo HORA: 6 – 8 p.m. EDADES: Todas las edades con una necesidad especial o discapacidad (familiares y amigos también pueden unirse) COSTO: Gratis

### CAMPAMENTO Y DESPUÉS

#### THERMAL CLUBHOUSE DESPUÉS DE LA **ESCUELA**

Nuestros programas extracurriculares brindan un ambiente seguro, divertido y social después de completar el día escolar. Los estudiantes pasan la tarde haciendo tareas, actividades físicas, proyectos de arte, juegos y participando en eventos especiales. Se proporciona un refrigerio diario y los estudiantes son supervisados por nuestro personal capacitado y profesional.

INSCRIPCIÓN: Continuo durante el año escolar (se pueden excluir los días festivos) 1 de mayo – 6 de junio • agosto 10 – 31 HORA: Salida de la escuela – 6 p.m.

DÍAS: lunes a viernes

LOS GRADOS: Jardín de infantes hasta el grado 12

COSTO: Gratis\*

\*La tarifa del programa termal después de la escuela suele ser de \$200 por mes. Debido a los subsidios del programa para guienes califiquen, el programa será gratuito hasta que se agoten los fondos. 61



Please Note: All in-person activities take place at the Jerry Rummonds' Senior & Community Center unless otherwise noted in the activity details that follow.

#### CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

#### ESCENA DE VERANO THERMAL

Sus días de verano estarán llenos de actividades emocionantes y estructuradas que seguramente interesarán tanto a los participantes nuevos como a los que regresan. Cada día, el personal dirige al grupo en actividades divertidas y animadas del campamento de verano.





FECHAS: 11 – 31 de julio DÍAS: lunes – viernes

HORA: 8 a.m. -1 p.m. EDADES: 5-12 años de edad

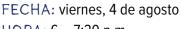
COSTO: Gratis gracias a una colaboración con Community Action Partnership



#### **EVENTOS DE LA COMUNIDAD**

#### **GLOW GOLF DE FAMILIA**

Tendremos una noche llena de minigolf brillante, así que las familias térmicas (y las de las comunidades circundantes), únanse a la diversión y regístrese pronto ya que el espacio es limitado.



HORA: 6 – 7:30 p.m.

EDADES: Todas las familias con niños menores

de 18 años son bienvenidas

COSTO: Gratis gracias a la financiación de Anderson

Children's Foundation





¡Damos la bienvenida a todos los jóvenes de Thermal y las comunidades circundantes a unirse a nosotros para una noche divertida de diversión, baile, música y juegos! Tendremos una discoteca silenciosa para los primeros 50 participantes, así como un campo de golf con brillo interior.

FECHAS: miércoles 17 de mayo • viernes 21 de julio HORA: 6-7:30~p.m. EDADES: 6-14 años de edad COSTO: Gratis gracias a la financiación de Anderson





#### NOCHE DE FAMILIA THERMAL

¡Damos la bienvenida a la comunidad de Thermal y las comunidades circundantes para que se unan a nosotros para una noche de iuegos, música,



manualidades y, por supuesto, diversión! Se proporcionarán refrigerios, bocadillos y material.

FECHAS: 31 de mayo • 20 de junio

HORA: 6 – 7:30 p.m. EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis

#### NOCHE DE LOTERÍA THERMAL

¡Únase a nosotros para una noche de lotería, comunidad y diversión!

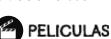
FECHA:

miércoles, 23 de agosto

HORA: 6-7 p.m.

EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis



### PELÍCULAS (IEN EL PARQUE, JUNTO A LA ORILLA Y MÁS!)

Nos complace traerles películas, y el martes 13 de junio estamos planeando una proyección en el Centro Comunitario de Jerry Rummonds para celebrar "School is Out". Consulte los listados en nuestro sitio web en MyRecreationDistrict.com/movies para obtener los títulos, ubicaciones, fechas y horarios de películas más actualizados, y traiga una silla de jardín de respaldo bajo o una manta de picnic para una experiencia familiar de película. Tenga en cuenta que las inclemencias del tiempo, como los fuertes vientos, pueden alterar el horario.







Para obtener información o para registrarse, visite MyRecreationDistrict.com o llame al (760) 347-3484

### INTERÉS ESPECIAL

#### NIÑOS EN LA COCINA

Los niños se llevarán a casa las recetas utilizadas para las comidas que aprenden a crear, y se les proporcionarán ingredientes y las habilidades / herramientas para incorporar un estilo de vida saludable y activo en sus rutinas diarias y vida familiar.

#### FECHAS Y HORARIOS:

23 de mayo, 5 - 6:30 p.m. • 20 de junio, 2 - 3:30 p.m. 18 de julio, 2 − 3:30 p.m. • 29 de agosto, 5 − 6:30 p.m.

DÍAS: martes EDADES: 7 – 10 años de edad

FEE: Gratis gracias a la financiación de USDA Snap / CalFresh y la Fundación de Niños Anderson





#### TALLERES DIGITALES EN THERMAL

Invitamos a los mayores de 18 años a unirse a estos talleres donde repasaremos los conceptos básicos de las computadoras e Internet. Los talleres incluirán vocabulario informático, hardware, creación de cuentas de correo electrónico. configuración de restricciones de Internet para computadoras y teléfonos, ¡y más!



FECHAS: de mayo 19 – 26 • de junio 23 – 30 de julio 21 – 28 • de agosto 18 – 25

DÍAS: viernes HORA: 9:30 – 11 a.m. EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: Gratis

### **OBTENGA PASES DE FIT**

#### **ACCESO A LOS 4 CENTROS**

\*Incluye equipo de fitness, Canchas de ráquetbol, salas de pesas, una pista y gimnasios.

#### **UBICACIONES DISPONIBLES**

Centro Comunitario Indio 45-871 Clinton Street

Centro Comunitario de Palm Desert 43-900 San Pablo

Playa de la costa norte y club náutico 99-155 Sea View Drive

Gimnasio comunitario La Quinta 77-865 Avenida Montezuma

Visite: MyRecreationDistrict.com/class/get-fit-passes o Llame al (760) 347-3484

\*Las comodidades exactas pueden variar según la ubicación.



### **DESERT REC APP**



#### LA APLICACIÓN DEL DISTRITO DE RECREACIÓN DEL DESIERTO ES FÁCIL DE USAR Y DE FÁCIL ACCESO

#### Aspectos destacados de nuestra aplicación:

- Ver programas y actividades
- Membresías digitales
- Regístrese para las clases
- Compatible con IOS y Android
- · Pagos en línea
- \* ¡Más características por venir!
- alertas en vivo

Calendario de registro

¿Necesita ayuda con la aplicación? Encuentre un miembro del equipo que lo ayude a comenzar, escanee el código QR o descargue la aplicación hoy.



### Thousand Palms

Tenga en cuenta: Todas las actividades serán en el Centro Comunitario de Thousand Palms a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad que siguen.

Una nota sobre las tarifas: para actividades mensuales en curso que pueden tener menos días o días adicionales durante algunos meses del año, las tarifas pueden ajustarse. Si hay ajustes, los verás reflejados en el precio cuando te registres. Gracias.

#### Parque y centro comunitario **Thousand Palms**



31-189 Robert Road, Thousand Palms (760) 347-3484 HORAS: Abierto durante Actividades. Le recomendamos llamar al centro para mas detalles

#### 50 ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

#### PROGRAMA PARA PERSONAS MAYORES DE THOUSAND PALMS

¡Únase a nosotros para una taza de café, bingo, lotería, manualidades y mucho más! Este divertido grupo se reúne para celebrar cumpleaños, realizar excursiones y hacer amistades eternas. Traer su plato favorito para compartir con el grupo es una excelente manera de conectarse.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes HORA: 10 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 50 años de edad y más COSTO: Gratis

#### DÍA AL AIRE LIBRE PARA ADULTOS ACTIVOS Y PERSONAS MAYORES

Este evento orientado a adultos activos / personas mayores brindará la oportunidad de explorar el hermoso aire libre y dar un paseo por uno de los



senderos más bellos del sur de California. No se necesita experiencia. Transporte proporcionado bajo petición.

FECHA: viernes 5 de mayo HORA: 8:30 – 10 a.m. EDADES: 50 años de edad y más COSTO: Gratis

#### CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA CAMPAMENTO DE VERANO

Sus días de campamento estarán llenos de actividades emocionantes y estructuradas que seguramente interesarán tanto a los campistas nuevos como a los que regresan. Cada día, la verdadera experiencia del campamento comienza de inmediato, ya que el personal dirige al grupo en actividades divertidas y animadas del campamento. Todas las actividades se llevan a cabo bajo la atenta mirada de nuestro campamento.

FECHAS: Las sesiones semanales comienzan el

12, 19, 26 de junio, 3, 10, 17, 24 y 31 de julio

DÍAS: lunes – jueves HORA: 8 a.m. – 1 p.m.

EDADES: 5 – 12 años de edad

(el niño debe haber completado el jardín infantil)

COSTO: \$50 por sesión semanal



#### EVENTOS DE LA COMUNIDAD CELEBRACIÓN DE FIN DE AÑO ESCOLAR

¿Únase a nosotros para un día divertido en el que podemos celebrar todos los éxitos de nuestros estudiantes mientras dejan atrás un año escolar para ingresar a un período muy esperado, EL VERANO! Traiga traje de baño y toalla para disfrutar de las actividades acuáticas divertidas. Los padres deberán completar la exención de actividad para poder participar.

FECHA: viernes, 9 de junio HORA: 12 – 3 p.m. EDADES: 5 – 13 años de edad COSTO: Gratis

### Thousand Palms

Para obtener información o para registrarse, visite MyRecreationDistrict.com o llame al (760) 347-3484



#### FOLKLORICO (Ballet Folklorico)

Aprende los muchos estilos diferentes de la danza que se originó en México, Folklórico. La coreografía refleja la diversa composición étnica de México a través de pasos de baile influenciados por las culturas española, europea, africana y caribeña.

INSCRIPCIÓN: mayo y agosto DIAS: martes HORA Y EDADES:

5 – 6 p.m. • 3 – 11 años de edad 6:15 – 7:15 p.m. • 12 años o más

COSTO: \$45 por Mes



# SALUD Y ESTADO FISICO CORAZONES SANOS NUEVO

¡El movimiento hace que el corazón sea FELIZ! Esta clase combina juegos al aire libre, juegos y actividades grupales con acondicionamiento físico. Los niños disfrutarán de 60 minutos de juego activo y movimiento.

DÍAS: martes

FECHAS: de junio 13 – 27

de julio 11 - 25 • de agosto 1 - 29

HOTA: 9-10 a.m. EDADES: 5-12 años de edad

COSTO: Gratis





#### SALTAR A LA SALUD



Saltar a la salud es una nueva clase que viene a Thousand Palms! ¡Únase a nosotros durante 60 minutos de todo lo relacionado con el movimiento, el acondicionamiento y la diversión! Esta clase combina juegos al aire libre, juegos y actividades grupales con acondicionamiento físico.

DÍAS: Miércoles

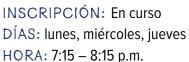
FECHAS:

de junio 14 – 28 • de julio 5 – 26 • de agosto 2 – 30 HORA: 9 – 10 a.m. EDADES: 5 – 12 años de edad

COSTO: Gratis

#### **ZUMBA**

Esta es la clase de fitness latina de la que todo el mundo habla. La música alegre te hará entrar en un baile de quema de calorías que es divertido y saludable para ti, independientemente de tu nivel de condición física.



EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$45 por Mes COSTO DIARIO: \$7 por clase



# REUNIÓN DEL CONSEJO COMUNITARIO DE THOUSAND PALMS

En las fechas especificadas a continuación, el Consejo Comunitario de Thousand Palms celebrará su reunión informativa para todos los que viven en la comunidad de Thousand Palms, durante la cual puede escuchar las últimas noticias del Condado de Riverside sobre su comunidad de funcionarios gubernamentales, autoridades del condado y el Distrito de Recreación del Desierto.

PComuníquese con alexperez@rivco.org ya que las reuniones pueden celebrarse a través de Zoom o pueden ser en persona.

FECHA: Jueves, 25 de mayo HORA: 6 – 8 p.m. EDADES: Todas las edades

Gracias.

### Donde Estamos

### ENCUENTRE SU UBICACIÓN DRD MÁS CERCANA

El Distrito de Recreación del Desierto (DRD) es su fuente de todas las cosas recreativas en el Valle de Coachella. En todo el valle contamos con clases, actividades deportivas y recreativas, eventos especiales y programas para todas las edades. Desde niños pequeños hasta personas mayores, nuestras instalaciones y hermosos parques tienen algo para todos.

### **ILEVÁNTESE DEL SOFÁ Y DISFRUTE DE MOMENTOS DIVERTIDOS Y DIVERTIDOS!**

#### **BERMUDA DUNES**

Centro Comunitario Bermuda Dunes 78–400 Avenue 42, Bermuda Dunes

#### **CATHEDRAL CITY**

Escuela secundaria de Cathedral City (Piscina) 69-250 Dinah Shore Drive, Cathedral City

#### **COACHELLA**

Parque y centro comunitario de Bagdouma 51–251 Douma Street, Coachella

#### Piscina Bagdouma

84-599 Avenue 52, Coachella

#### INDIO

Parque y centro comunitario de Indio

45-871 Clinton Street, Indio

Campo de golf municipal Indio

83-040 Avenue 42, Indio

Indio Teen Center

81-678 Avenue 46, Indio

Complejo acuático familiar Pawley Pool

46–350 Jackson Street, Indio

#### INDIO HILLS

Parque y centro comunitario de Indio Hills 80–400 Dillon Road, Indio Hills

#### **LA QUINTA**

**PISCINA FRITZ BURNS** 

78–107 Avenue 52, La Quinta

Parque y gimnasio comunitario La Quinta

77–865 Avenida Montezuma, La Quinta

#### **MECCA**

Centro comunitario, parque y piscina de La Meca 65–250 Coahuilla Street, Mecca

#### **NORTH SHORE**

Club de yates y playa de North Shore 99–155 Sea View Drive, North Shore

Parque comunitario de North Shore 99–480 70th Avenue. North Shore

#### **OASIS**

Oasis del Desierto Parque 88–775 Avenue 76. Thermal

#### PALM DESERT

Parque Cahuilla Hills

45-825 Edgehill Drive, Palm Desert

Centro y parque comunitario de Palm Desert

43–900 San Pablo Avenue, Palm Desert

Freedom Park

77–400 Country Club Drive, Palm Desert

Parque de fútbol Palm Desert

74–735 Hovley Lane, Palm Desert

Parque comunitario de Olsen

43-005 Magnesia Falls Drive, Palm Desert

Centro Comunitario Portola

45-480 Portola Avenue, Palm Desert

El Centro de Golf en Palm Desert y Primera camiseta – Valle de Coachella

74-945 Sheryl Drive, Palm Desert

Parque universitario

74–802 University Park Drive, Palm Desert

#### RANCHO MIRAGE

Parque comunitario Rancho Mirage

71-560 San Jacinto Drive, Rancho Mirage

#### THERMAL

Centro comunitario y para personas mayores de Jerry Rummonds

87-229 Church Street, Thermal

#### THOUSAND PALMS

Parque y centro comunitario Thousand Palms 31–189 Robert Road, Thousand Palms



#### **OFICINA ADMINISTRATIVA**

45–305 Oasis Street, Indio, CA 92201 (760) 347–3484 Info@MyRecreationDistrict.com

MyRecreationDistrict.com







# Programa de asistencia financiera iobtenga los hechos y solicite hoy!

Llame al (760) 347-3484 o MyRecreationDistrict.com



Para obtener más información sobre cómo calificar para el Programa de asistencia financiera, llame al (760) 347–3484, o visite MyRecreationDistrict.com/financial-assistance o pregúntele a un miembro del equipo DRD en uno de nuestros Centros Comunitarios.

Tómese un momento para revisar la tabla de pautas de calificación de ingresos para ver si califica. Si su ingreso es extremadamente bajo, puede recibir un 75% de descuento en el costo de las actividades o hasta un máximo de \$150 en asistencia financiera por miembro de la familia por año fiscal. Si su ingreso es Muy Bajo, puede recibir un 50% de descuento en el costo de las actividades o hasta un máximo de \$150 en asistencia financiera por miembro de la familia por año fiscal. Para obtener más información o para solicitar asistencia financiera, vaya a **MyRecreationDistrict.com** para descargar una solicitud, o pase a recoger una solicitud en la oficina del Distrito en Indio.

### Diversión para Todos!

Para obtener más información sobre cómo calificar para el Programa de asistencia financiera, llame al (760) 347–3484, o visite MyRecreationDistrict.com/financial-assistance o pregúntele a un miembro del equipo DRD en uno de nuestros Centros Comunitarios.



# ¡Tu apoyo lo hace posible hoy y para las generaciones venideras!

#### NUESTRO MISION

In calidad de vida de los residentes. Nosotros hacemos esto recaudando fondos y obteniendo apoyo para comprar, desarrollar, mejorar, preservar, promover y expandir las actividades recreativas, los programas, los parques, las propiedades y las instalaciones del Valle de Coachella.

### CREEMOS QUE LOS PARQUES Y LA RECREACIÓN DEBEN ESTAR DISPONIBLES PARA TODOS EN NUESTRA COMUNIDAD SIN IMPORTAR SUS INGRESOS O CAPACIDAD.

¿Te imaginas una comunidad sin parques y recreación? ¡Nosotros tampoco! Es por eso que la Fundación de Recreación del Desierto apoya al Distrito de Recreación del Desierto a través de esfuerzos de recaudación de fondos. Nuestro trabajo garantiza que los parques de calidad, las oportunidades recreativas y los programas educativos estén disponibles para TODOS los residentes del Valle de Coachella, independientemente de sus ingresos o capacidad. Su donación financiera no solo respalda el Programa de



asistencia financiera para familias de bajos ingresos y nuestros Programas de deportes adaptados para personas con discapacidades, sino que también contribuye al desarrollo de nuevos parques y la renovación de las instalaciones existentes, así como ayuda en la compra de nuevos equipo.

### justed puede marcar la diferencia donando hoy!

Donar 🍑 Dejar un legado 🔯 Grandes regalos 🍑 Oportunidades de patrocinio

### Julio es el Mes del Parque Nacional y la Recreación



PRESORTED STD **US POSTAGE** PAID PALM DESERT, CA PERMIT NO 149

Celebre el papel vital de los programas de parques y recreación Jugar a unir a las personas y proporcionar servicios esenciales: esto es...

#### **IDONDE CRECE LA COMUNIDAD!**



### Tarde en el Vasis

**ÚNASE A LA FUNDACIÓN DE RECREACIÓN DEL DESIERTO** para una velada con sensaciones de teclado



Desde Dallas, Texas

sábado, 20 de mayo de 2023 Museo de Historia del Valle de Coachella

Puertas abiertas a las 5:30 p.m. • Hora del evento: 6 - 9 p.m.

\$100 por persona

El evento incluirá oportunidades gastronómicas junto con el entretenimiento de J's Dueling Pianos.





Beneficiándose FOUNDATION