

# Guía de Actividades y Programas

ENERO | FEBRERO | MARZO | ABRIL | 2022



If you would like this guide in English, please call (760) 347-3484.



## ¡BIENVENIDOS AL INVIERNO EN EL VALLE DE COACHELLA!



A menudo en esta época del año, el resto del país tiene que abrigarse y permanecer en el interior debido al duro clima invernal. Pero somos muy afortunados de tener temperaturas suaves que a menudo hacen que esta sea la época perfecta del año para disfrutar de estar al aire libre, y Desert Recreation District ofrece muchas formas de estar activos en este gran clima.

2022 marca el regreso de Palm Desert Senior Games & International Sports Festival. Los juegos se llevarán a cabo del 1 al 6 de febrero de 2022 en varios lugares en Palm Desert y sus alrededores, y cuenta con deportes como golf de 9 hoyos, atletismo, pickleball, voleibol y más, jugado por competidores que provienen de los diferentes 50 estados de Estados Unidos y países vecinos. Es posible que todavía haya lugares disponibles para competir, o puede venir a animar a los participantes en uno de los lugares cerca de usted.

Si está familiarizado con todo lo que ofrecemos, sabe que tenemos clases para los más pequeños, como Dance Play & Pretend o T-Ball, también clases de fitness para adultos como Zumba, Kickbox Cardio o Hula Dancing para estar en forma y divertirse, y muchos de nuestros centros comunitarios también ofrecen programas para personas mayores. Quizás desee comenzar el nuevo año con una mentalidad fresca, si es así, nuestros Talleres de Bienestar Holístico, donde cada mes se ofrece una clase con un enfoque diferente, podría ser justo lo que estás buscando.

Para aquellos que quieren disfrutar de un paseo por el parque, tenemos muchos parques hermosos en todo el Valle (consulte la página 62 para conocer las ubicaciones), y recientemente inauguramos el Parque Oasis del Desierto en la zona de Thermal/Oasis. El más nuevo de nuestros parques cuenta con un área de juegos para niños, equipos de fitness, una cancha de fútbol, una cancha de básquetbol y más. Este proyecto trajo infraestructura crítica, incluida una línea de agua para suministrar agua potable limpia y segura a la comunidad. Y esto es solo la Fase I: la construcción futura incluirá comodidades adicionales que incluyen un centro comunitario. Por último, no olvide nuestros eventos especiales como Eggstravaganza - algunas de las mejores búsquedas de huevos de pascua - y nuestros eventos asociados como Conciertos en el Parque y también el regalar vestidos de graduación para estudiantes en su último año de secundaria en el Valle de Coachella.

Les deseamos a todos un feliz y saludable 2022 y visítenos en persona en cualquiera de nuestras instalaciones; en línea en [MyRecreationDistrict.com](http://MyRecreationDistrict.com); síguenos en Facebook, Twitter, o Instagram, o llámenos al 760-347-3484 para obtener más información. **ENCUENTRA DIVERSIÓN, ENCUENTRA AMIGOS y ENCUENTRA COMUNIDAD con Desert Recreation District.**

Atentamente,

Kevin Kalman, Gerente General

# Tabla de Contenido

Golf.....	5	Mecca .....	37–40
Bermuda Dunes.....	6–8	North Shore .....	41–44
Cathedral City.....	9	Oasis.....	45–46
Coachella.....	10–13	Palm Desert .....	47–56
Indian Wells.....	14	Thermal.....	57–59
Indio .....	15–28	Thousand Palms .....	60–61
Indio Hills .....	29	Where We Are.....	62
La Quinta .....	31–35	Financial Assistance .....	63



## ÚNASE AL “EQUIPO DE DIVERSIÓN” EN ¡DISTRITO RECREATIVO DEL DESIERTO!

¿Te encanta la recreación y el fitness? ¿Te gusta trabajar con personas? ¿Quieren divertirse? Si ha respondido “sí” a estas preguntas, entonces el Distrito de Recreación del Desierto puede ser ideal para usted. Estamos reclutando para diversas oportunidades de empleo para ayudar a nuestra creciente línea de programas y actividades. Consulte a continuación las vacantes de trabajo actuales.

### FERIA DE EMPLEO DE ACUÁTICOS

2 de abril de 2022 en Pawley Pool en Indio, de 9

Deportes acuáticos  
Especialista en Acuáticos - Tiempo completo  
Instructores de natación / salvavidas  
Entrenador de gimnasia recreativo

Después del colegio  
Líderes de recreación infantil – Varias áreas  
Paraeducator/Recreation Leader – Varias áreas



Solicite en línea en:  
[MyRecreationDistrict.com/employment-opportunities](https://www.MyRecreationDistrict.com/employment-opportunities)

# Desert Recreation District

## JUNTA DIRECTIVA

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



*Silva Paz*

**VICEPRESIDENTA**

**División 1**

**PLAZO:** 12/1/17 al 12/3/22  
Indio, La Quinta,  
Mecca, North Shore,  
Oasis, Thermal,  
Vista Santa Rosa  
and 1000 Palms



*Rudy Gutierrez*

**DIRECTOR**

**División 2**

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



*Jonathan Becerra*

**DIRECTOR**

**División 3**

**PLAZO:** 12/4/20 al 12/6/24  
Indio



*Rudy Acosta*

**PRESIDENTE**

**División 4**

**PLAZO:** 12/1/17 al 12/3/22  
Bermuda Dunes,  
Desert Palms,  
Indian Wells,  
La Quinta and  
Palm Desert



*Laura McGalliard*

**DIRECTOR**

**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, llame al (760) 347-3484, donde también puede solicitar información sobre las tarifas de nuestros programas y clases para no residentes del Distrito.

### 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

Desert Recreation District (DRD) se reserva el derecho de fotografiar instalaciones, actividades, programas y participantes de eventos especiales para un posible uso futuro. Todas las fotografías, ya sean digitales o impresas, seguirán siendo propiedad de DRD y podrán utilizarse únicamente con fines publicitarios o promocionales.

### Política de Reembolso/Prorrato/Recuperación

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.



First Tee - Coachella Valley, es parte de una organización internacional de desarrollo juvenil que ofrece programas educativos, que construyen el carácter y promueven la salud a través del juego del golf. Las clases están disponibles para todos los niveles para participantes de 4 a 18 años. Se proporciona equipo de golf y ayuda financiera a cualquier participante que lo necesite.

## PROGRAMACIÓN DE INVIERNO

**SIGLOS:** 4 – 18 años de edad

**TARIFA:** \$65 por sesión de nueve semanas

*Las inscripciones se abren el 29 de diciembre*

## PROGRAMACIÓN DE PRIMAVERA

**SIGLOS:** 4 – 18 años de edad

**TARIFA:** \$65 por sesión de nueve semanas

*Las inscripciones se abren el 9 de marzo*

## CLASES SEMANALES DE FIRST TEE

10 de enero - 12 de marzo (9 semanas)

21 de marzo - 21 de mayo (9 semanas)

**POR FAVOR REGÍSTRESE PARA  
FIRST TEE – VALLE DE COACHELLA  
CLASES AQUÍ: [FTCV.ORG](http://FTCV.ORG)**

Oportunidades de voluntariado disponibles para Entrenadores asistentes, eventos especiales y tutoría

### ¿CONSULTAS?

Envíe un correo electrónico a

Charles DeLorey: [cdelorey@ftcv.org](mailto:cdelorey@ftcv.org)

O llame al 760-834-3847



## The Golf Center

### La mejor instalación de mejora del juego en el Valle de Coachella!

Convenientemente ubicado en el corazón de Palm Desert a la salida de Cook Street, The Golf Center at Palm Desert ofrece un amplio campo de prácticas con iluminación para uso nocturno, además de prácticas de juego corto y putting greens. Cuando haya terminado de perfeccionar su juego en el Range, 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).



### TASAS DE GOLF (9 HOYOS)

<b>Juniors</b> (menores de 17 años).....	\$10
<b>Adultos</b> .....	\$19
<b>Mayores</b> (más de 55) .....	\$16
<b>Repetición de 9 hoyos el mismo día</b> .....	\$5

### ÁREA DE MANEJO

<b>Cubo Mediano</b> .....	\$8
<b>Cubo Grande</b> .....	\$12

**CLÍNICAS DE GOLF** ..... Llame para más detalles.

### ALQUILERES

<b>Carro de arrastre</b> .....	\$3
<b>Conjunto de palos</b> .....	\$7
<b>Clubes individuales</b> .....	\$3

Para obtener información adicional, llame al la tienda de golf al (760) 779-1877 o visite [GolfCenterPD.com](http://GolfCenterPD.com)

# 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.

## DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

### APTITUD ADAPTATIVA

**(Se ofrecen clases presenciales y en línea)**

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

DIA: jueves HORA: 10 – 11 a.m.

EDADES: 16 años o más con discapacidad o necesidades especiales

COSTO: \$25 por Mes



### KARATE ADAPTATIVO – SOLO EN LÍNEA

Esta clase en línea enseña conciencia espacial, disciplina, autocontrol, autodefensa y Shito-Ryu Karate & Kobudo en un formato adaptable, trabajando con cada estudiante para lograr su mejor yo.

INSCRIPCIÓN: En curso

DIA: lunes HORA: 2:30 – 3:30 p.m.

EDADES: 4 años o más con discapacidad o necesidades especiales

COSTO: \$50 por Mes

### APTITUD ADAPTATIVA SENTADO

**(Se ofrecen clases presenciales y en línea)**

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

DIA: viernes HORA: 10 – 11 a.m.

EDADES: 16 años o más con discapacidad o necesidades especiales

COSTO: \$25 por Mes

## CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

### DESPUÉS DE LA ESCUELA TRADICIONAL – MONROE

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 saludable todos los días y los estudiantes son supervisados por miembros del personal capacitados y profesionales.

UBICACIÓN: Escuela Primaria Monroe

INSCRIPCIÓN: Continua durante el año escolar  
(puede excluir días festivos)

DÍAS: lunes a Viernes

HORA: Salida de la escuela – 5:30 p.m.

GRADOS: Kindergarten hasta el 3er.

COSTO: \$165 por mes para enero, febrero y marzo  
\$124 para abril

## BAILE

### 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.

INSCRIPCIÓN: En Curso

DÍAS: martes HORA: 5:30 – 6:15 p.m.

EDADES: 2 ½ – 5 Años de edad

COSTO: \$36 Por Mes



**¡Encuentra  
fascinación!**

# Bermuda Dunes

Para obtener información o para registrarse, visite [MyRecreationDistrict.com](http://MyRecreationDistrict.com) o llame al (760) 347-3484

## SALUD Y ESTADO FISICO

### CHAIR YOGA DANCE



Esta clase es un programa divertido e interactivo en el que los participantes, tanto sentados como de pie, harán movimientos de yoga al ritmo. La clase lo mantiene en movimiento para el bienestar de la mente, el cuerpo y el espíritu.

INSCRIPCIÓN: En curso

DIAS: Martes HORA: 12:45 – 1:30 p.m.

EDADES: 18 años de edad o más COSTO: \$39 por Mes

### 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 mediante una variedad de técnicas y posiciones de yoga.

INSCRIPCIÓN: En curso

Sesión de dos veces por semana:

DIAS Y HORAS: lunes, 9:30 – 10:15 a.m.

Y jueves de , 9 – 9:45 a.m.

COSTO: \$69 por Mes

Sesión única por semana:

DIAS Y HORAS: lunes, 9:30 – 10:15 a.m.

O jueves, 9 – 9:45 a.m.

EDADES: 18 años o más

COSTO DIARIO: \$12 por clase



### TALLERES DE BIENESTAR HOLÍSTICO – (ENERO – ABRIL)

Cada uno de los siguientes talleres tendrá un enfoque diferente pero con el objetivo común de mejorar su vida a través de ejercicios saludables, buena nutrición y más. Cada taller será los martes de 11 a.m. a 12:15 p.m., \$ 55 por taller, y son para mayores de 18 años

#### CEREBRO SANO, CUERPO FELIZ – ENERO

Este taller enseñará a los participantes cómo la nutrición, los jugos, el ejercicio, las técnicas de meditación / manejo del estrés, el cambio de hábitos de sueño y más pueden ayudarlo a lograr un estilo de vida saludable y aumentar la longevidad del cerebro.

INSCRIPCIÓN: 4 al 25 de enero de 2022

#### NUTRICIÓN PARA SU SALUD – FEBRERO

Los temas de este taller incluirán el aprendizaje sobre buenos hábitos alimenticios, proteínas, carbohidratos, la importancia de comer frutas y verduras orgánicas, así como los pros y contras de los conservantes en nuestros alimentos. El curso también incluirá cómo entender las etiquetas de los alimentos.

INSCRIPCIÓN: 1 al 22 de febrero de 2022

#### INTRODUCCIÓN AL TAI CHI – MARCHA

Quienes se inscriban en nuestra Introducción al Tai Chi, aprenderán los beneficios del Tai Chi, mejorarán el equilibrio, la coordinación y la concentración. Aprenderá técnicas para aliviar el estrés, respiración concentrada, fortalecimiento de la fuerza y mucho más.

INSCRIPCIÓN: 1 al 22 de marzo de 2022

#### INTRODUCCIÓN AL YOGA – ABRIL

En este taller, los participantes conocerán los beneficios del Yoga y la Terapia de Yoga. Se enseñarán posturas para una variedad de desafíos físicos, incluso para la espalda, el cuello, los hombros, la rigidez, la artritis y más.

INSCRIPCIÓN: 5 al 26 de abril de 2022



# 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.

## ★ INTERÉS ESPECIAL

### **K9 NOSE WORK–BASIC–TALLER DE INTRODUCCIÓN AL TRABAJO DEL OLFATO**

*Esta serie para principiantes se centra en enseñarle cómo fomentar y desarrollar las habilidades olfativas naturales de su perro. Los perros aprenden divertidos juegos de rompecabezas utilizando su deseo de cazar y su amor por la comida y los juguetes.*

INSCRIPCIÓN: Mensual   DÍA: miércoles

HORA: 5 – 5:50 p.m. EDADES: 18 años de edad o más

COSTO: \$125 por sesión de 4 semanas

### **K9 NOSE WORK–INTERMEDIATE–WORKSHOP**

*Esta serie (requisito previo **Nose Work Basic**) se centra en introducir a su perro en los tres olores objetivo: aceites esenciales que los perros están entrenados para encontrar. Las búsquedas de contenedores e interiores continúan, y se introducen búsquedas de vehículos. Los juegos de búsqueda se vuelven más divertidos y desafiantes.*

INSCRIPCIÓN: Mensual

DÍA: miércoles

HORA: 6 – 6:50 p.m.

EDADES: 18 años de edad o más

COSTO: \$125 por sesión de 4 semanas

### **K9 NOSE WORK–ADVANCED DETECTIVE**

*Esta serie (requisito previo de **Scent Work Intermediate**) está orientada a equipos con olores y ha sido introducida en todos los elementos para que puedan ampliar sus conocimientos y habilidades en el entrenamiento de detección de olores desde Novice hasta Detective Dog.*

INSCRIPCIÓN: Mensual   DÍA: miércoles

HORA: 7 – 7:50 p.m. EDADES: 18 años de edad o más

COSTO: \$125 por sesión de 4 semanas

**¡Encuentra enseñanza!**



## **BERMUDA DUNES REUNIONES DEL CONSEJO COMUNITARIO**

**El Consejo Comunitario se reúne a las 6 p.m. el segundo jueves de enero, marzo, mayo, septiembre y noviembre, y el público es bienvenido a asistir**

**Consulte [www.Rivco4.org](http://www.Rivco4.org) para confirmar las fechas y si las reuniones son en persona o mediante ZOOM.**

**Gracias.**

# Cathedral City

Para obtener información o para registrarse, visite [MyRecreationDistrict.com](http://MyRecreationDistrict.com) o llame al (760) 347-3484

## Acerca Desert Recreation District

El Distrito de Recreación del Desierto (DRD) se enfoca en brindar recreación en toda el área de servicio del Valle de Coachella. Creado en 1950 y cubriendo más de 1,800 millas cuadradas, somos el distrito de parques y recreación más grande del estado de California. Con la responsabilidad de más de 30 instalaciones recreativas que incluyen centros comunitarios y de fitness, campos deportivos, piscinas, un campo de golf y un campo de prácticas, y varios parques y espacios abiertos, servimos a más de 380.000 residentes.

Creemos en el fomento de comunidades saludables y alentamos a todos a participar en los numerosos programas, eventos y actividades que planificamos a lo largo del año para mantener un equilibrio entre el trabajo y la vida personal y oportunidades para crear y expandir el bienestar en sus vecindarios a través de la salud y el estado físico.

## Nuestra misión

Enriquecer la calidad de vida de los residentes del Valle de Coachella adquiriendo, desarrollando, operando y manteniendo un sistema de parques y recreación enfocado en la comunidad y preservándolo para las generaciones futuras.

## Nuestra visión

A través de un enfoque de colaboración comunitaria, DRD será el proveedor regional de parques y servicios recreativos de primer nivel en el Valle de Coachella. Garantizar que todos los residentes tengan oportunidades equitativas y sin barreras que contribuyan al bienestar general de nuestras comunidades.



Cathedral City

## Desert Recreation District y la ciudad de Cathedral City

Si bien en Desert Recreation District y la ciudad de Cathedral City estamos trabajando actualmente en una colaboración bajo la cual el DRD planificaría y operaría servicios de recreación para los residentes de Cathedral City, no dude en asistir a una de las clases, actividades o eventos que ofrecemos en una comunidad cercana, como pickleball o tenis en Palm Desert, o inscribáse en un deporte en el Palm Desert Senior Games & International Sports Festival. También se ofrecen eventos de baile, acondicionamiento físico y de la comunidad en varios de nuestros lugares, ¡y algunos están a solo minutos de distancia!



## CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

### CLUB DE NIÑOS RIVER CANYON

En asociación con Hope through Housing, esta ubicación del Club de niños es exclusivamente para los niños y adolescentes que residen en River Canyon Apartment Complex; este programa brinda tutoría, un refrigerio saludable, ayuda con las tareas y actividades que apoyan el enriquecimiento académico.



UBICACIÓN: River Canyon Apartment Complex

INSCRIPCIÓN: Continuo durante el año escolar

(se pueden excluir los días festivos)

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

EDADES: 5 – 17 Años de edad COSTO: Gratis



**¡Encuentra una nueva recreación!**

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

## 50+ ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

### FORMA FÍSICA DESPUÉS DE 50

¡Fortalece los músculos, mantiene la flexibilidad de las articulaciones y aumenta el flujo de sangre con ejercicios que benefician a todo el cuerpo mientras te diviertes!



INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes y miércoles HORA: 8:30 – 9:30 a.m.

EDADES: 50 años y mayores COSTO: Gratis

## ARTES Y MÚSICA

### ESCENA DE ARTE

Este programa les dará a los participantes un lugar seguro para que sus mentes creativas exploren el arte. Cada clase estará dirigida por un instructor y los participantes podrán llevar la pintura completa a casa al final de la clase.

INSCRIPCIÓN: 24 de enero, 28 de febrero  
21 de marzo, 25 de abril

DÍAS: lunes HORA: 5:30 – 7 p.m.

EDADES: 6 – 12 años de edad COSTO: \$10 Por Clase



**Irene W. & Guy L. Anderson  
Children's Foundation**

TODOS LOS SIGUIENTES PROGRAMAS SE OFRECEN GRATIS A GRACIAS AL FINANCIAMIENTO DE ANDERSON CHILDREN'S FOUNDATION. LOS PARTICIPANTES DEBEN SER RESIDENTES DE COACHELLA, THERMAL, OASIS, MECCA O NORTH SHORE PARA PARTICIPAR DEBIDO A SU FINANCIAMIENTO. EL ESPACIO ES LIMITADO.

### ARTE Y ARTESANÍA

El programa de Artes y Oficios es una excelente manera de presentar a nuestros jóvenes del este del Valle de Coachella una variedad de artes y oficios diferentes.

UBICACIÓN: Coachella Library

INSCRIPCIÓN: 14 y 28 de enero, 11 y 25 de febrero  
11 y 25 de marzo, 11 y 25 de abril

DÍAS: Viernes HORA: 4:30 – 5:30 p.m.

EDADES: 5 – 11 años de edad COSTO: Gratis

## GUITARRA

Aprenda los conceptos básicos, como el rasgueo, el ritmo, la selección de 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

TIEMPOS Y NIVELES:

5:15 – 6:15 p.m., Principiante

6:15 – 7:15 p.m., Por invitación, nivel 2

EDADES: 7 – 17 años de edad

COSTO: Gratis



## TAMBORES

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes HORA: 5:15 – 6:15 p.m.

EDADES: 9 – 12 años de edad

COSTO: Gratis

## CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

### LAS CASAS KIDS CLUB

En asociación con Coachella Valley Housing Coalition, este Kids Club es exclusivamente para los residentes de Las Casas Apartments. 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.

UBICACIÓN: Las Casas Apartments

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

HORA: 2:30 – 6 p.m.

DÍAS: lunes a jueves

EDADES: 5–17 años de edad

COSTO: Gratis

## EVENTOS DE LA COMUNIDAD

### REUNIÓN COMUNITARIA DE RECREACIÓN DE COACHELLA

Alentamos a todos los residentes de Coachella a unirse a nosotros para brindar comentarios y sugerencias para la programación recreativa futura en la comunidad de Coachella. Discutiremos eventos futuros y los tipos de programas que disfrutaría la comunidad. Habrá rifas y actividades para los niños, así como refrigerios.

**UBICACIÓN:** Centro Comunitario del Parque Bagdoura  
**CUANDO:** miércoles 16 de febrero de 2022, a las 6 p.m.

### EGGSTRAVAGANZA

No tendrás que buscar una de las mejores búsquedas de huevos de Pascua en el valle: nuestras Eggstravaganzas incluyen muchas actividades divertidas como pintura facial, carreras de sacos de papas, concursos de hula-hoop y más, así que trae tu canasta de Pascua y dirígete a la ubicación más cercana a usted. La búsqueda de huevos se dividirá en grupos de edad.



**UBICACIÓN:** Parque Comunitario Bagdoura  
**FECHA:** sábado, April 16  
**HORA:** 11 a.m. – 2 p.m.  
**EDADES:** 12 años o menos  
**COSTO:** Gratis

### TALLER DE ARTESANÍAS DE SAN VALENTÍN

Ven y comparte el amor estos días festivos uniéndose a nuestras actividades de San Valentín. Los primeros 40 niños que se inscriban recibirán una caja de tarjetas de San Valentín GRATIS.

**FECHA:** miércoles, 9 de febrero  
**HORA:** 5:30 al 7:30 p.m.  
**EDADES:** 5 – 12 Años de edad  
**COSTO:** Gratis



### SORTEO DE VESTIDO DE FIESTA

Abierto a todos los estudiantes del último año de la escuela secundaria en el Valle de Coachella, este programa ofrecerá vestidos de fiesta gratuitos en una variedad de tamaños, colores y estilos. Si bien hacemos todo lo posible para tener suficientes vestidos para todos, se ofrecen por orden de llegada SOLAMENTE CON CITA. Envíe un correo electrónico a



**promdressgiveaway@drd.us.com** para programar su cita y debe traer una tarjeta de identificación escolar válida. Este programa se ofrece en colaboración con Desert Best Friend's Closet.



**FECHA:** viernes, 25 de marzo **HORA:** 2 – 8 p.m.  
**PARTICIPANTES ELEGIBLES:** Estudiantes de último año de secundaria en el Valle de Coachella  
**COSTO:** Gratis

### BAILE

#### BALLET PARA PRINCIPIANTES

Los niños dejan que sus bailarinas internas salgan mientras se les enseña los conceptos básicos del balé en esta clase de inicio. Las clases también pueden mejorar el equilibrio, el equilibrio y la coordinación.

**INSCRIPCIÓN:** En curso  
**DÍAS:** viernes  
**HORA:** 5:30 – 6:15 p.m.  
**EDADES:** 5 - 10 años de edad  
**COSTO:** \$36 por Mes



#### BAILE JUEGUE Y PRETENDA

Los niños pequeños aprenden a bailar con la ayuda de la fantasía y el juego imaginativo. Zapatillas de ballet para niñas; Se requiere camiseta, pantalón corto y medias para niños.

**INSCRIPCIÓN:** En Curso **DÍA:** jueves  
**HORA:** 4 – 4:45 p.m. **EDADES:** 2 ½ – 5 años de edad  
**COSTO:** \$36 Por Mes

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

## BAILE

### FOLKLORICO (BAILE FOLKLORICO)

Aprende los muchos estilos diferentes de la danza que se originó en México, Folklorico. 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: En Curso DIA: martes

HORA Y EDADES:

6:15 – 7:15 p.m., 4 – 7 años de edad

7:15 – 8:15 p.m., 8 – 14 años de edad

COSTO: \$40 Por Mes

(Zapatos y vestido se pueden comprar con el instructor.)

## SALUD Y ESTADO FISICO

### TITAN FITNESS

Los entrenamientos de Titan Fitness consistirán en cardio HIIT para aumentar la capacidad aeróbica y ejercicios de peso corporal para desarrollar la resistencia muscular. También se incluirán consejos sobre cómo elegir un estilo de vida saludable.

INSCRIPCIÓN: En Curso

DÍAS: martes

HORA: 4:15 – 5:15 p.m.

EDADES: 7 – 13 años de edad

COSTO: Gratis gracias a la financiación de USDA Snap/ CalFresh



## SPECIAL INTEREST

### NIÑOS EN LA COCINA

En este programa, los niños crearán un recetario con las comidas que aprenden a preparar. Se proporcionarán presentaciones e ingredientes frescos en asociación con CAL Fresh, Anderson Children's Foundation y FIND Food Bank. Se les proporcionará las habilidades / herramientas para incorporar un estilo de vida saludable y activo en sus rutinas diarias y vida familiar.



INSCRIPCIÓN: 5 al 26 de enero (sesión de cuatro semanas)

DÍAS: miércoles HORA: 6 – 7:30 p.m.

EDADES: 9 – 11 años de edad

COSTO: Gratis gracias a la financiación de USDA Snap / CalFresh, Anderson Children's Foundation y FIND Food Bank



Irene W. & Guy L. Anderson  
Children's Foundation

### ROBÓTICA

Los jóvenes trabajarán de forma práctica con kits robóticos y aprenderán los conceptos básicos de la ingeniería robótica. Al trabajar en equipo, participarán en actividades grupales para diseñar, construir y programar sus robots. Al final del programa, tendrán un robot propio.

FECHAS: 2 al 23 de marzo, 6 al 27 de abril

DÍAS: miércoles

HORA: 4:30 – 5:30 p.m.

EDADES: 9 – 13 años de edad

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

## DEPORTES

### ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO

Basketball Training Zone es un programa de todo el año que le permite inscribirse durante el mes o asistir cuando sea conveniente para usted. Esta clase te ofrece ejercicios e instrucción de calidad que te ayudarán a desarrollar tus habilidades de baloncesto.

UBICACIÓN: Parque Comunitario Bagdouma

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes HORA: 5:30 – 6:30 p.m.

EDADES: 7 – 10 años de edad COSTO: \$40 por Mes

### TORNEO DE VOLEIBOL DE ARENA MIXTA DE ADULTOS DRD – DOBLES

¡Atención, jugadores de voleibol de arena del Valle de Coachella y más allá! DRD organizará un torneo de doble eliminación 2 contra 2 en las canchas de voleibol de arena de Bagdouma Park. Pon a prueba tus habilidades mientras compites para ganar la MEDALLA DE ORO para el ganador. Máximo 8 equipos permitidos para ingresar. Envíe un correo electrónico a Sam a [ssalinas@drd.us.com](mailto:ssalinas@drd.us.com).

UBICACIÓN: Canchas de voleibol de arena en el parque Bagdouma

INSCRIPCIÓN: 19 de marzo DÍAS: sábado

HORA: 8 a.m. EDADES: 18 años de edad o más

COSTO: \$80 por equipo de dos

### DRD YOUTH FLAG FOOTBALL LEAGUE

La Liga Juvenil de Fútbol Americano de Bandera ofrecerá entrenadores voluntarios entusiastas y experimentados de múltiples edades.

Divisiones de edad: 10u, 12u, 14u, 16u

La liga seguirá las reglas del fútbol americano con banderas de la NFL. Los entrenadores en jefe reciben un reembolso del cheque del 50% de la tarifa de inscripción al final de la temporada.

UBICACIÓN: Parque Comunitario Bagdouma

INSCRIPCIÓN: 1 de abril - 3 de junio

DÍAS: jueves, viernes HORA: 6 – 9 p.m.

EDADES: 9 – 17 años de edad

COSTO: \$80

### READY, SET, RUN

Este programa de carreras para desarrollar el carácter entrena a niños de 8 a 13 años para participar en una carrera de 5 km. Este programa basado en el plan de estudios equipa a los niños con el entrenamiento físico y la mentalidad de establecimiento de objetivos necesarios para lograr sus objetivos de carrera.

UBICACIÓN: Parque Comunitario Bagdouma

INSCRIPCIÓN: 3 de enero - 30 de marzo

DÍAS: lunes y miércoles HORA: 5 – 6 p.m.

EDADES: 8 – 13 años de edad

COSTO: Gratis gracias a la financiación de Anderson

Children's Foundation  Irene W. & Guy L. Anderson Children's Foundation

### ACONDICIONAMIENTO DE FÚTBOL DE BANDERA JUVENIL

¡Entra en acción! Este programa de fútbol de bandera para jóvenes le enseñará las habilidades necesarias para participar en nuestra próxima Liga de fútbol de bandera para jóvenes en Bagdouma Park. Venga a aprender de entrenadores experimentados sobre técnicas de posición de habilidad, reglas del juego, ejercicios de acondicionamiento para que esté listo para competir. Lleve ropa cómoda para hacer ejercicio para moverse.

UBICACIÓN: Parque Comunitario Bagdouma

INSCRIPCIÓN: 1 al 31 de marzo

DÍAS: Martes y jueves HORA: 6 – 7 p.m.

EDADES: 9 – 14 años de edad

COSTO: \$60

### ACONDICIONAMIENTO DEPORTIVO JUVENIL

Mejora tus habilidades atléticas, agilidad y juego de pies. Esta clase incorpora ejercicios de velocidad, ejercicios de peso corporal, ejercicios de cardio y ejercicios pliométricos. Esta clase realmente es un entrenamiento para todo el cuerpo. Esta clase está orientada al acondicionamiento para todos los deportes.

UBICACIÓN: De Oro Park INSCRIPCIÓN:

En curso DÍAS: miércoles HORA: 6 – 7 p.m.

EDADES: 14 – 16 años de edad

COSTO: Gratis gracias a la financiación de la Anderson

Children's Foundation  Irene W. & Guy L. Anderson Children's Foundation

# Indian Wells

For more information, visit the City of Indian Wells website at [www.cityofindianwells.org](http://www.cityofindianwells.org) or call City Hall at (760) 346-2489.

## Are You Looking For a New & Fun Nighttime Experience?

- ✓ Glow Golf and Laser Lights
- ✓ Gourmet Food Truck and Craft Cocktails
- ✓ Music With Live DJ
- ✓ Reserve Your Spot Thursday - Saturday Nights
- ✓ Not a Golfer? No Problem! Socialize and Have Fun

SHOTS IN THE NIGHT

INDIAN WELLS GOLF RESORT

IndianWellsGolfResort.com  
44-500 INDIAN WELLS LN,  
INDIAN WELLS, CA / 760.346.4653

## Organizar un Evento

en una de nuestras Zonas de Alquiler!

¿Sabía que las instalaciones y parques DRD están disponibles para uso privado? Seguro que encontrará el espacio perfecto en uno de nuestros centros comunitarios, salas de reuniones, campos de juego o parques.

Haga de DRD su socio de eventos para:

*Fiestas de cumpleaños • Reuniones de negocios  
Ceremonias de premios • Banquetes • ¡Y más!*



## 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

#### Gimnasio Comunitario La Quinta

77-865 Avenida Montezuma

#### Centro Comunitario Palm Desert

43-900 San Pablo

#### Club de yates y playa de North Shore

99-155 Sea View Drive

Visite [MyRecreationDistrict.com](http://MyRecreationDistrict.com)  
o Llame al (760) 347-3484

\*Las comodidades exactas pueden variar según la ubicación.

## 50+ ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

### PARACAÍDAS DE ORO

Aumente su rango de movimiento y nivel de actividad participando en esta clase divertida y gratuita que desarrolla músculo a través de una variedad de ejercicios fáciles mientras se mueve a la música.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes y jueves

HORA: 6:30 – 7:30 a.m.

EDADES: 50 años y mayores

COSTO: GRATIS para los miembros del DRD Get Fit Pass

## DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

### TIRO CON ARCO ADAPTATIVO

El tiro con arco es un deporte que ayuda al desarrollo muscular, la precisión, el equilibrio, la coordinación y la paciencia. El programa se lleva a cabo en un entorno altamente supervisado donde se brinda estímulo positivo e instrucción individualizada para fomentar el éxito de los participantes.

### TIRO CON ARCO ADAPTATIVO – ADULTOS

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes

HORA: 2:30 – 3:30 p.m.

EDADES: 18 años de edad o más con una discapacidad o necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes

### TIRO CON ARCO ADAPTATIVO – DE JUVENTUD

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes

HORA: 3:30 – 4:30 p.m.

EDADES:

7 – 17 años de edad con discapacidad o necesidades especiales

COSTO: \$25 por Mes



### BALONCESTO ADAPTATIVO – KELSEY'S HEROES

Este programa de baloncesto se adapta a las habilidades de los participantes de Kelsey's Heroes. Trabajaremos en el desarrollo de habilidades y progresaremos en el juego. La clase está diseñada para personas con discapacidades y necesidades especiales y miembros de la familia. Para registrarse en este programa, comuníquese con Daniel con Kelsey's Heroes, [coach@kelseysheroes.org](mailto:coach@kelseysheroes.org).



INSCRIPCIÓN: 2 al 30 de abril

DÍAS: sábado HORA: 10 – 11:30 a.m.

EDADES: 10 años de edad o más con una discapacidad o necesidad especial

COSTO: \$25

### CLASE DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ADAPTATIVO

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes HORA: 4 – 4:45 p.m.

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

COSTO: \$25 por Mes

### GIMNASIA ADAPTATIVA

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: sábado HORA: 9 – 9:50 a.m.

EDADES: 5 – 13 años de edad con discapacidad o necesidades especiales

COSTO: \$25 por Mes

**CONSULTE LA PÁGINA 27 EN LA SECCIÓN NATACIÓN Y AGUA PARA CONOCER LOS PROGRAMAS DE NATACIÓN ADAPTADA**

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

## ARTES Y MÚSICA

### **GUITARRA PARA PRINCIPIANTES**

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

SESIONES: 6 de enero – 3 de febrero  
17 de febrero – 17 de marzo, 31 de marzo – 28 de abril

DÍAS: jueves HORA: 6 – 7 p.m.

EDADES: 9 años de edad y más

COSTO: \$70 por sesione

### **SEGUNDO NIVEL GUITARRA**

Los estudiantes en esta clase de continuación aprenderán cómo tocar canciones reales de artistas reales. Adquirirás las habilidades de leer música y tocar música de los libros de canciones.

SESIONES: 6 de enero – 3 de febrero  
17 de febrero – 17 de marzo, 31 de marzo – 28 de abril

DÍA: jueves HORA: 7 – 8 p.m.

EDADES: 9 años y mayores

COSTO: \$70 por sesione

### **PIANO – PRINCIPIANTE E INTERMEDIO**

Esta clase prepara a los niños de 6 a 16 años aprenderá a leer música y tocar piano con el uso de un teclado. Esta clase enseñará la técnica adecuada y la teoría.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: sábados HORAS: 10:30 – 11:50 a.m.

EDADES: 6 – 16 años de edad

COSTO: \$120 Por Mes



## CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

### **CLUB DE NIÑOS – DESERT MEADOWS**

En asociación con Hope Through Housing y CVCT Collaborative, le ofrecemos una ubicación de New Kids Club exclusivamente para los residentes de Desert Meadows Apartments. 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.



UBICACIÓN: Desert Meadows Apartment Complex

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

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

EDADES: 5 - 17 años de edad COSTO: Gratis

### **CLUB DE NIÑOS – VILLA HERMOSA**

En asociación con Coachella Valley Housing Coalition, esta ubicación del Kids Club es exclusivamente para los residentes de Villa Hermosa Apartments. 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.



UBICACIÓN: Villa Hermosa Apartments

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

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

EDADES: 5 - 17 años de edad COSTO: Gratis

### **CAMPAMENTO DE PRIMAVERA**

Cada día, los campistas aprenderán nuevas habilidades y desarrollarán su autoestima a través de deportes, actividades, búsquedas del tesoro, artes creativas y toneladas de juegos grupales. Todas las actividades se llevan a cabo bajo la atenta mirada de nuestro personal del campamento.

FECHAS: 18 al 22 de abril

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

EDADES: 5 a 14 años de edad

CUOTA: \$110 Por semana

CUOTA POR DÍA: \$25

Para obtener información o para registrarse, visite [MyRecreationDistrict.com](http://MyRecreationDistrict.com) o llame al (760) 347-3484

## DESPUÉS DE LA ESCUELA TRADICIONAL

Este programa ofrece un espacio seguro y divertido para que los niños estén activos, obtengan ayuda con las tareas y sean sociables. Se proporciona una merienda diaria saludable, y los estudiantes son supervisados por miembros capacitados y profesionales del personal.

UBICACIÓN: Mountain Vista Escuela primaria

INSCRIPCIÓN: Continua durante el año escolar  
(puede excluir vacaciones)

DÍAS: lunes a viernes

HORA: Despedido Escolar a 6 p.m.

EDADES: 5 a 12 años de edad

COSTO: \$124 para enero y abril

\$165 para febrero y marzo

## EVENTOS DE LA COMUNIDAD

### ALICE IN WONDERLAND TEA PARTY

¡Estás cordialmente invitado a una fiesta de té de Alicia en el país de las maravillas! Ven vestido con tu mejor atuendo o vestido de fiesta. Juega divertidos juegos temáticos de Wonderland, crea proyectos de manualidades y disfruta de la fiesta del té con bocadillos!



FECHA: viernes 8 de abril

HORA: 4 - 5:30 p.m.

EDADES: 3 - 9 años de edad COSTO: \$15

### EGGSTRAVAGANZA

¡Ven a saltar por el sendero del conejito y únete a la diversión en algunas de las mejores cacerías de huevos de Pascua! Nuestras Eggstravaganzas incluyen muchas actividades divertidas, por favor traiga su propia canasta.

UBICACIÓN:

Parque Comunitario de Indio

FECHA: sábado 16 de abril

HORA: 10 a.m. al 1 p.m.

EDADES: 12 años y más joven

COSTA: Gratis



## REGALO DE UN VESTIDO PARA PROM

Abierto a todos los estudiantes del último año de secundaria en el Valle de Coachella, este programa ofrecerá vestidos de baile gratis en una variedad de tamaños, colores y estilos. Consulte la página 33 para obtener todos los detalles y cómo programar una cita, que será necesaria.

UBICACIÓN: Indio Teen Center

FECHA: viernes, 1 de abril

HORA: 2 al 7 p.m.

PARTICIPANTES ELEGIBLES:

Estudiantes de último año de secundaria en el Valle de Coachella

COSTO: Gratis



## CAZA DE DUENDES DEL DÍA DE SAN PATRICIO

¡Lucky the Leprechaun ha escondido oro por todo el parque y necesitamos tu ayuda para encontrarlo! Ven a buscar por todo el Parque del Centro Comunitario de Indio la olla de oro de la suerte. Este evento se llevará a cabo al aire libre y tendrá varias estaciones de manualidades instaladas después de la caza de duendes.

FECHA: sábado, 12 de marzo

HORA: 10 a.m. – 1 p.m.

EDADES: 4 – 9 años de edad

COSTA: Gratis



## EVENTO DE ARTESANÍA DE SAN VALENTÍN

Ven a nuestro evento de artesanía de San Valentín. Esta es una excelente manera de celebrar el Día de San Valentín haciendo un San Valentín hecho a mano para uno de sus seres queridos. Este evento se llevará a cabo al aire libre y contará con varias estaciones de manualidades con temas de San Valentín.

FECHA: sábado, 12 de febrero

HORA: 9:30 a.m. – 12:30 p.m.

EDADES: 4 – 16 años de edad

COSTA: Gratis



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



## BAILE

### BALLET PARA PRINCIPIANTES

Los niños dejan que sus bailarinas internas salgan mientras se les enseña los conceptos básicos del balé en esta clase de inicio. Las clases también pueden mejorar el equilibrio, el equilibrio y la coordinación.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS & HORAS: lunes 5:30 – 6:15 p.m. ●  
miércoles 4 – 4:45 p.m.

EDADES: 5 - 10 años de edad COSTO: \$36 por Mes

### BAILE JUEGUE Y PRETENDA

Los niños pequeños aprenden a bailar con la ayuda de la fantasía y el juego imaginativo. Zapatillas de balé para niñas; Se requiere camiseta, pantalón corto y medias para niños.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: martes HORA: 9 – 9:45 a.m.

EDADES: 2 ½ – 5 años de edad COSTO: \$36 por Mes



## RITMO

El ritmo nos rodea. Cuando escuchamos un latido, ¡por lo general hace que nuestros pies golpeen! Si te gusta crear ritmos y tocar el tambor, únete a nuestra clase de ritmo.

UBICACIÓN: Indio Teen Center

DÍAS: jueves

FECHAS: 6 al 27 de enero, 3 al 24 de febrero  
3 al 24 de marzo, 7 al 28 de abril

HORA: 7:30 – 8:15 p.m.

EDADES: 8 años y mayores COSTO: \$100 por Mes



## GIMNASIA

**Ubicación de las clases:** 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

¡A ti y a tu amiguito les encantará esta clase! Los niños pequeños tienen la oportunidad de divertirse aprendiendo habilidades de coordinación como balancearse, trepar, dar vueltas, balancearse y rebotar. Dar vueltas juntos es estimulante.

EDADES: 1 – 3 Años de edad

DÍAS: miércoles HORA: 2:15 – 2:45 p.m.

COSTO: \$32 por sesión de 4 semanas (un día por semana)

### 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: 3 – 6 Años de edad

DÍAS & HORAS:

Martes 2 - 2:45 p.m. ● Jueves 2 - 2:45 p.m. ● Sábados 10 - 10:45 am

COSTO: \$47 por sesión de un mes  
(un día a la semana)



Para obtener información o para registrarse, visite [MyRecreationDistrict.com](http://MyRecreationDistrict.com) o llame al (760) 347-3484

## GIMNASIA PRINCIPIANTE NIÑOS

Aquí es donde comienza todo. Esta clase enseña los seis eventos olímpicos de gimnasia masculina de salto, barra horizontal, barras paralelas, caballo con arcos, piso y anillos. La clase se centrará 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., 6:30 – 8 p.m.

COSTO: \$70 por sesión de 4 semanas

## GIMNASIA PRINCIPIANTE FEMENINA

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 Y HORARIOS:

lunes **O** martes **O** miércoles **O**

jueves 3 – 4:30 p.m., 4:30 – 6 p.m.

COSTO: \$70 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 Y HORARIOS: lunes 3:15 – 4:45 p.m. **O**  
jueves 5:15 – 6:45 p.m.

COSTO: \$70 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: \$70 por sesión de 4 semanas

## GIMNASIA TUMBLING

Aprenda a dar vueltas en el suelo y en pista. Esta clase se enfoca en ejercicios específicos para aprender la forma correcta y se recomienda para aquellos que quieran adquirir habilidades de porristas.

DÍAS: jueves

HORA: 6:15 – 7:15 p.m.

COSTO: \$60 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: lunes, miércoles, viernes **O** martes, jueves y viernes

HORA: 3:30 – 6:30 p.m.

COSTO: \$170 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, jueves, viernes

HORA: 3 – 7 p.m.

COSTO: \$250 por Mes

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

## GIMNASIA

### JAMBOREE DE GIMNASIA

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

#### DÍAS Y HORA:

viernes, 6:30 – 7:30 p.m. **O**

sábado, 12:30 – 2 p.m.\*

\*Provisional para el sábado, consultar.

#### COSTO:

\$10 por gimnasta/por día



## SALUD Y ESTADO FISICO

### ZUMBA®

Esta clase de ejercicios de cuerpo completo con música que ayudará a reafirmar esos músculos y te hará sentir genial. ¡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: \$40 por Mes

COSTO POR DÍA: \$7

**¡Encuentra energía!**

**Síguenos en [facebook.com/drdgym](https://facebook.com/drdgym)**

**¡Celebra tu cumpleaños!**



¡Qué 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.

#### FIESTA DE 2,5 HORAS

(1 ½ horas de gimnasia y 1 hora de uso del salón de usos múltiples)

1–10 personas, \$190 -OR- 11 – 20 personas, \$295

#### FIESTA SOLO DE GIMNASIA DE 1,5 HORAS

1–10 personas, \$140 -OR-

11–20 personas, \$230

**¡LLAMA Y RESERVA TU FIESTA HOY!**

Para obtener información o para registrarse, visite [MyRecreationDistrict.com](http://MyRecreationDistrict.com) o llame al (760) 347-3484

## SALSAEROBICS

A la gente le encanta bailar salsa. La música, los movimientos de baile, el ejercicio que obtienes de ella y el aspecto social de la misma. Agrega ejercicios aeróbicos y tienes una clase que te ayuda con la flexibilidad, el acondicionamiento, el perfilado y más.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: lunes, miércoles, viernes  
HORA: 8 – 10 a.m. EDADES: 18 años y mayores  
COSTO: \$40 por Mes COSTO POR DÍA: \$7 por Clase

## TITAN FITNESS

Los entrenamientos de Titan Fitness consistirán en cardio HIIT para aumentar la capacidad aeróbica y ejercicios de peso corporal para desarrollar la resistencia muscular. También se incluirán consejos sobre cómo elegir un estilo de vida saludable

INSCRIPCIÓN: En curso DIA: jueves  
HORA: 3:30 – 4 p.m. EDADES: 7 – 13 años de edad  
COSTO: Gratis gracias a la financiación de  
USDA Snap / CalFresh



## ARTES MARCIALES

### COMBO DE KARATE – 2 DÍAS

Estas clases se enfocan en una combinación de las filosofías de las artes marciales tradicionales con las estrategias modernas de defensa personal del Día a la vez que obtienen autoestima y disciplina.

INSCRIPCIÓN: En curso  
DÍAS & HORAS: lunes y miércoles, 6:45 – 7:45 p.m. ○  
martes y jueves, 6:30 – 7:30 p.m.  
EDADES: 7 años y mayores  
COSTO: \$40 por Mes



## PEQUEÑO PROGRAMA DE KARATE DRAGONES

Nuestro programa Little Dragones enseña a los niños el equilibrio, la coordinación, las habilidades de escucha y el respeto. También es una forma divertida para que los niños aprendan el arte de la autodefensa utilizando todas las partes del cuerpo.

INSCRIPCIÓN: En curso  
DÍAS: martes y jueves HORA: 6 – 6:30 p.m.  
EDADES: 4 – 7 años de edad  
COSTO: \$50 por Mes

## PELICULAS

### PELÍCULAS EN EL PARQUE – NOCHES DE PELÍCULAS

Nos complace asociarnos con la Cámara de Comercio del Valle de Coachella y la Ciudad de Indio para poder ofrecerle películas en Park / Movie Nights. Consulte los listados en nuestro sitio web en [MyRecreationDistrict.com/movies](http://MyRecreationDistrict.com/movies) para obtener los títulos de películas, lugares, fechas y horas más actualizados.



## PROGRAMA AL AIRE LIBRE

### ¡TOME UN DÍA DE CAMINATA! BADLANDS TRAIL

¡Llamando a todas las familias en Indio para que vengan el DÍA DE “HACER UNA CAMINATA”! Esta será una caminata grupal organizada a través del hermoso sendero East Indio Hills Badlands Trail en Indio; tenga en cuenta que debe estar registrado para unirse al grupo de excursionistas.

UBICACIÓN: <https://www.alltrails.com/trail/us/california/east-indio-hills-badlands> para obtener información adicional e indicaciones para llegar al sendero donde nos encontraremos.

FECHA: Sábado 8 de enero HORA: 8 a.m. – 12 p.m.  
EDADES: 8 años de edad o más COSTO: Gratis

## INTERÉS ESPECIAL

### K9 NOSE WORK–BASIC–TALLER DE INTRODUCCIÓN AL TRABAJO DEL OLFATO

Estamos ampliando esta clase popular para incluir a Indio, así que consulte nuestro sitio web en <https://www.myrecreationdistrict.com/special-interests> para obtener más detalles.

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

## DEPORTES

### TIRO AL ARCO

#### TIRO AL ARCO – JUVENTUD

Nuestro programa de tiro con arco enseña los fundamentos del tiro con arco, incluida la forma adecuada de tiro.

Este programa se lleva a cabo en un entorno altamente supervisado donde se brinda estímulo positivo e instrucción individualizada para fomentar el éxito de los participantes.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes **O** jueves

EDADES: 7 – 17 años de edad

HORA: 4:30 – 5:30 p.m. **O** 5:30 – 6:30 p.m.

COSTO: \$40 por Mes\*

\*Tarifa promedio por mes; Los meses con menos o más días de programa pueden tener tarifas diferentes.

### BALONCESTO

#### ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO

Estas clases para principiantes, durante todo el año, ofrecen simulacros e instrucción de calidad que ayudarán a los participantes a desarrollar habilidades de baloncesto.

¡Esta clase es perfecta para que un jugador de baloncesto comience su aventura atlética!

#### ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO – NIÑAS, 5 Y 6 AÑOS

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes

HORA: 4:30 – 5 p.m.

COSTO: \$20 por Mes\*

#### ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO – NIÑAS, 7 Y 14 AÑOS

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves

HORA: 4 – 5 p.m.

COSTO: \$40 por Mes\*



#### ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO – COED, 5 Y 6 AÑOS DE EDAD

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes HORA: 4 – 4:30 p.m.

COSTO: \$20 por Mes\*

#### ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO – COED, 7 Y 14 AÑOS DE EDAD

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes HORA: 4 – 5 p.m.

COSTO: \$40 por Mes\*

\* Tarifa promedio por mes; Los meses con menos o más días de programa pueden tener tarifas diferentes.

#### INDIO YOUTH BASKETBALL CLINIC – INDIO TEEN CENTER

Nuestra Clínica de Baloncesto Juvenil ofrece instrucción motivadora y de calidad en un ambiente divertido y

competitivo en las canchas al aire libre del Indio Teen Center.

Este programa cubre ejercicios de estiramiento adecuados, ofensivos y defensivos, y prácticas correctas de tiro.

UBICACIÓN:

Indio Teen Center

DÍAS: sábado

FECHAS: 2 al 30 de abril de 2022

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

COSTO: \$40 por Partícipe



#### ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO INTERMEDIO / AVANZADO PARA NIÑOS

Esta clase está formulada para jugadores de baloncesto de siguiente nivel. Incorporaremos ejercicios de alta intensidad y alto nivel de habilidad que desafiarán constantemente a los jugadores jóvenes serios que aspiran a alcanzar su máximo potencial.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes HORA: 4 – 5 p.m.

EDADES: 10 – 17 años de edad COSTO: \$40 por Mes\*

\* Tarifa promedio por mes; Los meses con menos o más días de programa pueden tener tarifas diferentes.

## CLÍNICAS DE BALONCESTO DE PRIMAVERA

Estos campamentos de baloncesto ofrecen a los jugadores instrucción motivadora y de calidad en un entorno divertido y competitivo. El programa cubre ejercicios de estiramiento adecuados, ofensivos y defensivos, y prácticas correctas de tiro..

**COSTO:** \$25 por Partícipe\*

\*Tarifa promedio por mes; Los meses con menos o más días de programa pueden tener tarifas diferentes.

## CLÍNICAS PARA NIÑAS

**FECHAS:** 19 y 21 de abril

**DÍAS:** martes jueves

**HORAS & EDADES:**

10 – 10:45 a.m., 5 & 6 años de edad

11 a.m. – 12 p.m., 7 – 10 años de edad

12:15 – 1:15 p.m., 11 – 14 años de edad

## CLÍNICAS COED

**FECHAS:** 18 y 20 de abril

**DÍAS:** lunes y miércoles

**HORAS & EDADES:**

10 – 10:45 a.m., 5 & 6 años de edad

11 a.m. – 12 p.m., 7 – 10 años de edad

12:15 – 1:15 p.m., 11 – 14 años de edad

## LIGA DE BALONCESTO JUVENIL DE INVIERNO

¡El baloncesto juvenil de invierno está de moda! Nuestros equipos más jóvenes se centran en el desarrollo, no en victorias y derrotas. Los Campeones de la División serán coronados de la División C y D al final de la temporada. ¡Esta es una excelente manera para que los niños aprendan nuevas habilidades, jueguen en equipo y se mantengan en forma!

**FECHAS:** 8 de febrero - 17 de marzo (sesión de 6 semanas)

**DÍAS:** martes y jueves

**AÑOS DIVISIONES & HORARIOS:**

**División A (7 – 8 Años)** – 5:20 – 6 p.m.

**División B (9 – 10 Años)** – 6:30 – 7:10 p.m.

**División C (11 – 12 Años)** – 7:45 – 8:30 p.m.

**COSTO:** \$100 por jugador

**DÍAS:** sábados

**AÑOS DIVISIONES & HORARIOS:**

**División D (13 - 14 Años)** – 10 – 10:45 a.m.

**COSTO:** \$80 por jugador



## LIGA DE BALONCESTO JUVENIL DE INVIERNO - DÍAS DE BORRADOR

**División A (7 - 8 Años de edad)**

sábado, 8 de enero - 10 a.m. – 12 p.m.

**División B (9 - 10 Años de edad):**

sábado, 8 de enero - 12 – 2 p.m.

**División C (11 - 12 Años de edad):**

viernes, 7 de enero - 5 – 7 p.m.

**División D (13 - 14 Años de edad):**

viernes, 7 de enero - 7 – 9 p.m.

## LIGA DE BALONCESTO JUVENIL DE INVIERNO - LITTLE DRIBBLERS

Ahora estamos ofreciendo nuestra División Little Dribblers de 5 a 6 años y los juegos se jugarán en el Centro Comunitario Indio los sábados. Los tiempos de práctica son seleccionados por cada entrenador para cada equipo. Jerseys y oficiales del juego provistos.

**FECHAS:** : 5 de febrero - 19 de marzo (sesión de 6 semanas)

**DÍAS:** sábado **HORARIO:** 9 – 10 a.m.

**EDADES:** 5 & 6 años de edad **COSTO:** \$80

**¡Encuentra  
Trabajo en  
equipo!**

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

## DEPORTES

### FOOTBALL

#### INDIO YOUTH FOOTBALL CLINIC

Y los jóvenes entre las edades de 7 y 10 años que son entusiastas del fútbol y desean mejorar su juego de pies, velocidad y habilidades están invitados a unirse a nuestra Clínica de Habilidades de Fútbol Juvenil de Indio. Este programa enseñará ejercicios de fútbol americano, ejercicios de juego de pies y habilidades de agilidad de velocidad.

FECHAS: 18 al 21 de abril

DÍAS: De lunes a jueves HORA: 8 – 9 a.m.

EDADES: 7 – 10 años de edad COSTO: \$40

#### INDIO YOUTH FOOTBALL CLINIC – INDIO TEEN CENTER

¿Eres un entusiasta del fútbol que quiere mejorar tu juego de pies, velocidad y habilidades? ¡Si la respuesta es sí! Venga y únase a este programa que le enseñará ejercicios de fútbol, ejercicios de juego de pies y habilidades de agilidad de velocidad para llevar su juego al siguiente nivel.

FECHAS: Indio Teen Center

DÍAS: sábado HORA: 15 al 29 de enero

HORA: 9 – 10 a.m. EDADES: 6 – 10 años de edad

COSTO: \$30 por Partícipe



### PICKLEBALL

#### PICKLEBALL DE INTERIOR - JUEGO ABIERTO

Ofrecemos competencia amistosa y diversión de Pickleball dentro de nuestro Centro Comunitario de Palm Desert. ¡No hay que preocuparse por las condiciones climáticas exteriores o las canchas de tenis llenas de gente!

INSCRIPCIÓN: 3 de enero - 27 de abril

DÍAS: lunes y miércoles HORA: 7 – 9 a.m.

EDADES: 10 años de edad y más

COSTO: \$5 por día o GRATIS para los miembros del DRD Get Fit Pass

### EJECUTAR

#### DESERT RUNNERS

Ven y participa en nuestro programa Desert Runners. Nuestro programa de carrera les enseñará a los participantes las habilidades básicas para correr, como correr, trotar y caminar, además de los ejercicios de resistencia, que ayudan a los corredores a desarrollar su resistencia.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes y jueves

HORA, EDADES Y COSTO:

3:30 - 4 p.m., 5 - 9 años de edad, \$40\*

4 a 4:45 p.m., 10 a 14 años de edad, \$50\*

\* Tarifa promedio por mes; Los meses con menos o más días de programa pueden tener tarifas diferentes.



### FÚTBOL

#### CLÍNICA DE FÚTBOL JUVENIL INDIO – INDIO TEEN CENTER

Esta clínica será para niños de 6 a 10 años. Nuestra clínica se enfocará en varios ejercicios para mejorar sus habilidades futbolísticas. Para todas las clases también cubriremos los fundamentos del deporte del fútbol. Animamos a todos los atletas a traer espinilleras y zapatos o tacos deportivos antideslizantes.

UBICACIÓN: Indio Teen Center

DÍAS: sábado FECHAS: 5 al 26 de febrero

HORA: 9 – 10 a.m. EDADES: 6 – 10 años de edad

COSTO: \$40 por Partícipe

## PEQUEÑAS ESTRELLAS DE FÚTBOL

Nuestros instructores de *Tiny Soccer Stars* guiarán a los participantes hacia el desarrollo de sus habilidades futbolísticas, que incluyen pases, trampas, tiros y defensa. También cubriremos los fundamentos del deporte del fútbol. Este programa es ideal para los participantes que tienen poca o ninguna experiencia en el fútbol.

INSCRIPCIÓN: En curso

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

EDADES: 4 – 6 Años de edad

COSTO: \$20 por Mes\*

## CLÍNICA DE PRIMAVERA DE TINY SOCCER STARS

Nuestra clínica de primavera *Tiny Soccer Stars* guiará a los participantes hacia el desarrollo de sus habilidades futbolísticas, que incluyen pases, trampas, tiros y defensa. También cubriremos los fundamentos del deporte del fútbol. Este programa es ideal para los participantes que tienen poca o ninguna experiencia en el fútbol..

FECHAS: 19, 20 y 21 de abril

DÍAS: martes, miércoles, jueves HORA: 8 – 8:45 a.m

EDADES: 4 – 6 Años de edad

COSTO: \$25 para la sesión

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

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes y miércoles

HORA: 4 – 5 p.m.

EDADES: 6 – 10 Años de edad

COSTO: \$60 por Mes\*

\* Tarifa promedio por mes; Los meses con menos o más días de programa pueden tener tarifas diferentes.

## Clínica de fútbol de primavera, 6 - 10 Años de edad

FECHAS: 19, 20 y 21 de abril

DÍAS: martes, miércoles, jueves

HORA: 9 a.m. – 1 p.m.

COSTO: \$30 para la sesión

## CLÍNICA DE FÚTBOL JUVENIL – 11 – 14 AÑOS DE EDAD

Los jugadores jóvenes en este rango de edad participarán en una clínica que está diseñada para jugadores que buscan perfeccionar su técnica, velocidad y creatividad en general en el campo de fútbol

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes y miércoles

HORA: 5:15 – 6:15 p.m.

EDADES:

11 – 14 Años de edad

COSTO: \$60 por Mes\*

\* Tarifa promedio por mes; Los meses con menos o más días de programa pueden tener tarifas diferentes.



## SOFBOL

### TORNEO DE SOFTBOL MIXTO DE LANZAMIENTO LENTO DRD

El torneo consta de reglas y regulaciones para adultos de lanzamiento lento. Todos los géneros mayores de 18 años son bienvenidos. Los juegos se jugarán en el campo de béisbol de Davis. Los familiares y amigos son bienvenidos para apoyar a su equipo

UBICACIÓN: Davis Ball Field

FECHA: sábado, 30 de Abril

HORA: 8 a.m. – 4 p.m.

EDADES: 16 Años de edad y más

COSTO: \$240/equipo



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

## DEPORTES

### T-BALL

#### INDIO T-BALL ROOKIES – INDIO TEEN CENTER

Para nuestra Clínica de T-Ball Rookies, los instructores guiarán a los participantes hacia el desarrollo de sus habilidades de béisbol, que incluyen atrapar y lanzar la pelota, postura de bateo y carrera de bases. También cubriremos los fundamentos del deporte del béisbol

UBICACIÓN: Indio Teen Center DÍAS: Indio Teen Center  
FECHA: sábado HORA: 9 – 10 a.m.  
EADADES: 4 – 6 Años de edad COSTO: \$30 por Partícipe



### VÓLEIBOL

#### VOLEIBOL AVANZADO

¿Quieres preparar tus habilidades para el torneo y el juego de la escuela secundaria? Estas clases están orientadas a un entrenamiento estructurado, una mejora significativa de las habilidades y un mayor conocimiento del juego. ¡Esperamos verte en la cancha!!

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: viernes  
HORA: 7:15 – 8:15 p.m. EADADES: 10 – 17 años de edad  
COSTO: \$40 por Mes\*

\* Tarifa promedio por mes; Los meses con menos o más días de programa pueden tener tarifas diferentes.

#### VOLEIBOL PRINCIPIANTE

¡Llamando a los que quieran aprender Voleibol! Esta clase para principiantes está diseñada para ayudarlo a aprender y desarrollar una comprensión básica del voleibol. La instrucción incluirá el aprendizaje de las habilidades básicas de servir, pasar, colocar, atacar y bloquear la pelota. Trabajaremos en el juego de pies y te prepararemos para el próximo nivel de voleibol.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: viernes  
HORA: 5:30 – 6 p.m. EADADES: 6 – 10 años de edad  
COSTO: \$20 por Mes\*

\* Tarifa promedio por mes; Los meses con menos o más días de programa pueden tener tarifas diferentes.



### VOLEIBOL INTERMEDIO

¿Eres un jugador de voleibol que está listo para jugar al siguiente nivel? En estas clases, mejorará sus habilidades clave de voleibol para principiantes, como el voleibol, el set, el servicio, el pase y el bloqueo y el ataque. Nuestras clases son muy motivadoras y se adaptan a las necesidades del jugador.

INSCRIPCIÓN: En curso  
DÍA: viernes HORA: 6 – 6:45 p.m.  
EADADES: 9 – 17 años de edad  
COSTO: \$30 por Mes\*

\* Tarifa promedio por mes; Los meses con menos o más días de programa pueden tener tarifas diferentes.



### VOLEIBOL ABIERTO

Solo por diversión, instalamos las redes de voleibol los viernes por la noche e invitamos a nuestros miembros a jugar. ¡Traiga familiares y amigos para crear un equipo o simplemente venga y únase!!

INSCRIPCIÓN: 7 de enero - 29 de abril  
DÍA: viernes HORA: 6 – 9 p.m.  
EADADES: 5 años de edad o más  
COSTO: Gratis con el pase de uso de las instalaciones o tarifa sin cita de \$5

### WRESTLING

#### WRESTLING

A los participantes se les enseñarán las pautas de la lucha libre, así como las técnicas de la lucha Inter escolar. Además, se incorporarán lecciones de vida que son parte del deporte como; deportividad, resiliencia, tenacidad mental y humildad.

INSCRIPCIÓN: En curso  
DÍAS: martes y jueves  
HORA & EADADES: 6 – 7 p.m., 5 – 10 años de edad  
7 – 8 p.m., 10 – 13 años de edad  
COSTO: \$80 por Mes



## CLASES MULTI DEPORTES

### LITTLE CHAMPS

Su "Pequeño Campeón" puede aprender sobre diferentes deportes en una clase que ofrece ejercicios de juego divertidos e instrucción de calidad que ayudará a desarrollar la coordinación ojo-mano de su hijo, correr y habilidades deportivas. Los deportes incluyen baloncesto, fútbol, juegos de relevos, golf y más.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: lunes **O** miércoles

HORA: 1:30 – 2 p.m. EDADES: 3 – 5 años de edad

COSTO: \$20 por Mes\*

\*Tarifa promedio por mes; Los meses con menos o más días de programa pueden tener tarifas diferentes.

### ACONDICIONAMIENTO DEPORTIVO JUVENIL

Mejore sus habilidades atléticas, agilidad y juego de pies.

La clase de acondicionamiento deportivo juvenil incorpora ejercicios de velocidad, ejercicios de peso corporal, ejercicios cardiovasculares y ejercicios pliométricos, que ofrecen un entrenamiento corporal total para ayudar en el acondicionamiento de todos los deportes.



INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes y miércoles

HORA: 4:30 – 5:15 p.m.

EDADES: 7 – 14 años de edad COSTO: \$50 por Mes



## ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA

### ACUÁTICOS ADAPTATIVOS – PRINCIPIANTE

¡Únase a nosotros para recibir lecciones de natación adaptada para personas con necesidades especiales o discapacidades! Las sesiones incluyen lecciones de natación seguidas de una natación al aire libre. Las lecciones de natación para principiantes se enfocan en hacer que los participantes se familiaricen y se sientan cómodos en el agua (es decir, flotar, con la cara en el agua, la cabeza bajo el agua, patear) y se llevan a cabo en la piscina poco profunda

UBICACIÓN: Pawley Pool Aquatic Complex

INSCRIPCIÓN: 12 de marzo - 7 de mayo

DÍAS: sábados HORA: 10 a.m. – 12 p.m.

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

COSTO: \$50



### ACUÁTICOS ADAPTATIVOS – MODERADA A AVANZADA

¡Únase a nosotros para recibir lecciones de natación adaptada para personas con necesidades especiales o discapacidades! Las sesiones incluyen lecciones de natación seguidas de una natación al aire libre. Las lecciones de natación de moderadas a avanzadas se centran en la progresión de la brazada y la resistencia física y se llevan a cabo en la gran piscina

UBICACIÓN: Pawley Pool Aquatic Complex

INSCRIPCIÓN: 12 de marzo - 7 de mayo

DÍAS: sábados HORA: 10 a.m. – 12 p.m.

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

COSTO: \$50

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

## ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA

### SALVAVIDAS FORMACIÓN (3-DÍAS CURSO)

Prepárese para el verano con este curso de capacitación de tres días. Los participantes deben nadar 300 yardas, pisar el agua durante 2 minutos y realizar una prueba de recuperación de agua al comienzo del curso.



UBICACIÓN: Pawley Pool Family Aquatic Complex

FECHA & HORA:

19, 20 y 21 de abril; 9 a.m. – 5 p.m.

EDADES: 16 años y mayores

COSTO: \$250 por persona, por Curso de tres días

### WATER SAFETY – WITH LENNY THE LANDSHARK

Únase a nosotros para una introducción divertida e interactiva a la seguridad en el agua para niños con Lenny the LandShark. Los temas incluirán seguridad básica en el agua, protección contra el sol, importancia de un chaleco salvavidas, descripción general de una piscina, seguridad en el canal y cómo pedir ayuda. Este es un programa **GRATUITO**, pero deberá registrarse con anticipación para asistir. Abierto a niños de 3 a 12 años.

UBICACIÓN:

Pawley Pool Family  
Aquatic Complex

DIA & HORA:

sábados, 1 – 2 p.m.

FECHAS:

20 y 9 de abril



## PROGRAMAS DE NIÑOS PEQUEÑOS

### 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 divertidas y divertidas para mostrar a mamá y papá.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: viernes HORA: 9 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 3 – 5 años de edad COSTO: \$40 por Mes

### TINY TOTS

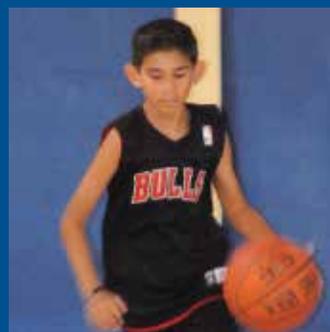
Las clases alientan a los niños a participar en nuevas actividades, compartir y más. Los niños aprenden cómo participar en grupos y expresarse creativamente a través de proyectos de arte, historias, canciones, juegos y otras actividades en un tema nuevo cada semana.

INSCRIPCIÓN: En curso

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

EDADES: 3 – 5 años

COSTO: \$230 por Mes



## INDIO WINTER LIGA DE BALONCESTO JUVENIL

**El registro se abre el 1 de octubre de 2021**

No pierda esta oportunidad de **ahorrar \$20** en las tarifas de registro de las divisiones A a C durante nuestro período de **REGISTRO ANTICIPADO** que finaliza el 24 de noviembre de 2021!

**EL JUEGO DE LIGA COMIENZA EL PRIMERA SEMANA DE FEBRERO 2022.**



# 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.

**50+ ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS**

## INDIO HILLS SENIOR PROGRAM

¡Están sucediendo muchas cosas en nuestros centros!  
Clases de ejercicio, arte, oradores invitados, recursos, excursiones y mucho más. Obtenga sus calendarios mensuales en la recepción.

INSCRIPCIÓN: En curso

DIAS: Martes, miércoles, jueves HORA: 9 a.m – 12 p.m.

EDADES: 50 años o más COSTO: Gratis

## día de San Valentín

### Comida Comunitaria Musical

Únase a nosotros para un evento lleno de amor que tendrá lugar en Centro comunitario en el día de San Valentín..

**Este evento es solo para adultos activos y personas mayores.**

Traiga su plato y postre favorito para compartir con sus comunidad. Ya sea que tengas una cita o no, ven y diviértete en la pista de baile participando en nuestras actividades planificadas para este día tan especial!

FECHA: Lunes 14 de febrero

HORA: 11 a.m – 2 p.m.

EDADES: 50 años o más

COSTO: Gratis

## REUNIÓN DEL CONSEJO COMUNITARIO DE INDIO HILLS

En las fechas especificadas a continuación, el Consejo de la Comunidad 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 por parte de funcionarios gubernamentales, autoridades del condado y el Distrito de Recreación del Desierto.

Comuníquese con [dschemmer@rivco.org](mailto:dschemmer@rivco.org), ya que las reuniones se pueden realizar a través de Zoom o en persona.

DÍA: Martes HORA: 6 p.m.

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

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

**CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA**

## DESPUÉS DE LA ESCUELA TRADICIONAL

Nuestros programas después de la escuela ofrecen un espacio seguro y divertido para que los niños se mantengan activos, obtengan ayuda con las tareas y sean sociables

INSCRIPCIÓN: Continuo durante el año escolar

DIAS: de lunes a viernes

HORA: Despedido Escolar a 5:30 p.m.

EDADES: 5 a 17 años de edad COSTO: Gratis\*

\*La tarifa mensual del Programa Después de la Escuela Tradicional de Indio Hills es de \$150. Debido a los subsidios del programa y al financiamiento exclusivo del Programa Indio Hills, será gratuito hasta que se agoten los fondos.

**EVENTOS DE LA COMUNIDAD**

## FIND DISTRIBUCIÓN DE COMIDA

Traemos la comida del FIND Food Bank como una forma de ayudar a las familias dentro de la comunidad de Indio Hills. Las distribuciones estarán en el estacionamiento del Centro Comunitario de Indio Hills. Por favor adhiérase a las señales de seguridad de drive thru, y la comida se distribuye por orden de llegada

DISTRIBUCIÓN: Segundo viernes del mes

(se pueden excluir los días festivos)

HORA: 9:30 a.m. – 12 p.m.

(o hasta que se haya distribuido toda la comida)

EDADES: Toda Edades COSTO: Gratis



## ESCAPADAS DE UN DÍA A ADAPTIVE PATHFINDER RANCH

Un viaje de un día lleno de diversión y adaptación a Pathfinder Ranch, abierto a personas con discapacidades y necesidades especiales y a sus familias. Actividades exactas por determinar, pero algunos ejemplos son escalada en roca, recorrido de cuerdas altas / bajas, piragüismo, etc. La información completa sobre lo que debe traer estará disponible cuando se registre. Programa ofrecido en asociación con Palms to Pines Parasports.

LOCALIZACIÓN: Pathfinder Ranch

FECHAS:

**Viaje Uno** – sábado 7 de mayo, de 9 a.m. a 2 p.m.

**Viaje Dos** – Domingo 8 de mayo, de 9 a.m. a 2 p.m.

EDAD: Todas las edades con discapacidad o necesidad especial

COSTO: \$40 por viaje de un día

Busque más información sobre nuestras caminatas adaptadas en [MyRecreationDistrict.com](http://MyRecreationDistrict.com).



## Senderismo Adaptativo

Organizaremos caminatas grupales en una variedad de lugares alrededor del Valle de Coachella. Las caminatas se llevarán a cabo los sábados, y la hora de inicio dependerá de la duración de la caminata y del mes / temperatura. Las caminatas están diseñadas para personas con discapacidades o necesidades especiales, pero todas las habilidades son bienvenidas. Caminatas en asociación con Friends of the Desert Mountains y So Cal Adaptive Sports.

DIAS: Sábados

FECHAS:

8, 22 de enero • 5, 19 de febrero

5, 19 de marzo • 16, 30 de abril

EDADES: 8 años de edad o más

COSTO: Gratis



# Día De Nieve AdapTable

## UNITED STATES ADAPTIVE RECREATION CENTER (USARC)

Únase a nosotros para un día de deportes de nieve adaptativos desafiantes, seguros y orientados al éxito en Big Bear.



Utilizando equipo adaptativo y / o técnicas de enseñanza, cada el estudiante puede descubrir la libertad de deslizarse por una montaña cubierta de nieve. La tarifa incluye cinco horas de instrucción privada, equipo de esquí, y ticket de ascensor. Puede traer usted mismo o dejarnos la conducción, (ver tarifas a continuación).

FECHA: 8 de marzo de 2022 HORA: Día completo (aproximadamente de 7 a.m. a 5 p.m.)

EDADES: Todas las edades con necesidades especiales

COSTO: \$ 110 y \$ 20 adicionales si se necesita transporte.

Si tiene alguna pregunta sobre este evento, comuníquese con Kendra Smith en [ksmith@drd.us.com](mailto:ksmith@drd.us.com) o llame al 760-347-3484.

## 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: lunes, miércoles, viernes HORA: 12:30 –1:45 p.m.

EDADES: 50 años y mayores

COSTO: GRATIS para los miembros de DRD Get Fit Pass o tarifa de entrada de \$ 5

### YOGA DINÁMICO SUAVE

Gentle Dynamic Yoga está diseñado para personas mayores activas y es una clase de movimiento consciente que combina yoga, respiración y meditación en un esfuerzo por restablecer el cuerpo y el espíritu.

INSCRIPCIÓN:

Enero Febrero Marzo

DÍAS: jueves

HORA: 9 – 9:50 a.m.

EDADES: 60 años y mayores

COSTO: Gratis



## CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

### CLUB DE NIÑOS VISTA DUNES

Este programa brinda a los niños y adolescentes que residen en Vista Dunes la oportunidad de asistencia con la tarea, deportes / juegos organizados, manualidades y artes especiales y eventos especiales.

UBICACIÓN: Vista Dunes Apartment Complex

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

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

EDADES: 5 – 17 años de edad

COSTO: Gratis

## EVENTOS DE LA COMUNIDAD

### MICRÓFONO ABIERTO EN EL PARQUE

Qué oportunidad para que nuestras bandas locales practiquen en público mientras le dan a nuestra comunidad la oportunidad de venir y disfrutar de un concierto GRATUITO. Todas las actuaciones serán en el anfiteatro del parque, y proporcionaremos el poder.

FECHAS: Sábado 12 de febrero

HORA: 12 – 5 p.m.

EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis para espectadoras y bandas



## BAILE

### BALLET PARA PRINCIPIANTES

Los niños dejan que sus bailarinas internas salgan mientras se les enseña los conceptos básicos del ballet en esta clase de inicio. Los padres son bienvenidos a ver a sus hijos aprender en este ambiente divertido.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS Y HORA:

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

EDADES: 5 – 10 años de edad

COSTO: \$36 por Mes

### 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.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS Y HORARIOS:

Jueves, 5:30 - 6:15 p.m. ●

Viernes, 4 - 4:45 p.m.

EDADES:

5 – 10 años de edad

COSTO: \$36 por Mes



**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.

## SALUD Y ESTADO FISICO

### FUSION FITNESS

Únase a esta clase de fitness que incorporará Yoga, Pilates, Barre y fitness funcional. ¡Gran clase para entrenar todo el cuerpo!

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: martes  
HORA: 9 – 10 a.m. EDADES: 18 años y mayores  
COSTO: \$40 por Mes COSTO DE ENTRADA: \$12 por clase

### HIIT CIRCUIT

Únase a nuestra clase de circuito HIIT para un entrenamiento emocionante; Usando HIIT (Entrenamiento de Intervalos de Alta Intensidad), ¡esta clase hará que tu corazón lata y tu energía se eleve!

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: miércoles  
HORA: 6:30 – 7:30 p.m. EDADES: 18 años y mayores  
COSTO: \$40 por Mes COSTO DE ENTRADA: \$12 por clase

### TALLERES DE BIENESTAR HOLÍSTICO – (ENERO – ABRIL)

Cada uno de los siguientes talleres tendrá un enfoque diferente pero con el objetivo común de mejorar su vida a través de ejercicios saludables, buena nutrición y más.

Cada taller será los martes de 2:15 a 3:30 p.m., \$ 55 por taller, y son para mayores de 18 años



### INTRODUCCIÓN AL YOGA – ENERO

En este taller, los participantes conocerán los beneficios del Yoga y la Terapia de Yoga. Se enseñarán posturas para una variedad de desafíos físicos, incluso para la espalda, el cuello, los hombros, la rigidez, la artritis y más.

INSCRIPCIÓN: 4 al 25 de enero de 2022

### INTRODUCCIÓN AL TAI CHI – FEBRERO

Quienes se inscriban en nuestra Introducción al Tai Chi, aprenderán los beneficios del Tai Chi, mejorarán el equilibrio, la coordinación y la concentración. Aprenderá técnicas para aliviar el estrés, respiración concentrada, fortalecimiento de la fuerza y mucho más.

INSCRIPCIÓN: 1 al 22 de febrero de 2022

### NUTRICIÓN PARA TU SALUD – MARZO

Los temas de este taller incluirán el aprendizaje sobre buenos hábitos alimenticios, proteínas, carbohidratos, la importancia de comer frutas y verduras orgánicas, así como los pros y contras de los conservantes en nuestros alimentos. El curso también incluirá cómo entender las etiquetas de los alimentos.

INSCRIPCIÓN: 1 al 22 de marzo de 2022

### CEREBRO SANO, CUERPO FELIZ – ABRIL

Este taller enseñará a los participantes cómo la nutrición, los jugos, el ejercicio, las técnicas de meditación / manejo del estrés, el cambio de hábitos de sueño y más pueden ayudarlo a lograr un estilo de vida saludable y aumentar la longevidad del cerebro.

INSCRIPCIÓN: 5 al 26 de abril de 2022

### ZUMBA

¡Todas las personas de todas las edades adoran Zumba! La música animada te llevará a un baile para quemar 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 y mayores

COSTO: \$60 por Mes

COSTO POR DÍA: \$7



**¡Encuentra salud!**

## ★ INTERÉS ESPECIAL

### **K9 NOSE WORK-BASIC-TALLER DE INTRODUCCIÓN AL TRABAJO DEL OLFATO**

Esta serie para principiantes se centra en enseñarle cómo fomentar y desarrollar las habilidades olfativas naturales de su perro. Los perros aprenden divertidos juegos de rompecabezas utilizando su deseo de cazar y su amor por la comida y los juguetes.

INSCRIPCIÓN: Mensual

DÍA: martes

HORA: 2:30 – 3:20 p.m.

EDADES: 18 años de edad o más

COSTO: \$125 por sesión de 4 semanas



### **K9 NOSE WORK- INTERMEDIATE- WORKSHOP**

Esta serie (requisito previo *Nose Work Basic*) se centra en introducir a su perro en los tres olores objetivo: aceites esenciales que los perros están entrenados para encontrar. Las búsquedas de contenedores e interiores continúan, y se introducen búsquedas de vehículos. Los juegos de búsqueda se vuelven más divertidos y desafiantes.

INSCRIPCIÓN: Mensual

DÍA: martes

HORA: 3:30 – 4:20 p.m.

EDADES: 18 años de edad o más

COSTO: \$125 por sesión de 4 semanas



### **K9 NOSE WORK-ADVANCED DETECTIVE**

Esta serie (requisito previo de *Scent Work Intermediate*) está orientada a equipos con olores y ha sido introducida en todos los elementos para que puedan ampliar sus conocimientos y habilidades en el entrenamiento de detección de olores desde *Novice* hasta *Detective Dog*.

INSCRIPCIÓN: Mensual

DÍA: martes

HORA: 4:30 – 5:20 p.m.

EDADES: 18 años de edad o más

COSTO: \$125 por sesión de 4 semanas

## 🏆 DEPORTES

### **ADULT SLOW PITCH SOFTBALL LEAGUE**

Nuestra liga de adultos está de vuelta en Frances Hack Park. Reúna a su equipo y regístrese en esta popular liga para adultos. Regístrese rápidamente, ya que los lugares para esta liga se agotan muy rápidamente.

**Lunes COED**

FECHAS: 10 de enero – 14 de marzo, 4 de abril – 13 de junio

HORA: 6 – 10 p.m.

DÍAS: Lunes

EDADES: 18 años y mayores COSTO: \$400 / Equipo

**HOMBRES jueves**

FECHAS: 13 de enero – 3 de marzo, 7 de abril – 26 de mayo

HORA: 6 – 10 p.m.

DÍAS: Jueves

EDADES: 18 años y mayores COSTO: \$400 / Equipo

### **LIGA DE VOLEIBOL PARA ADULTOS**

¡Llamando a todos los entusiastas del voleibol! ¡Tenemos una nueva liga para ti! Ubicado en nuestras instalaciones recién asociadas Boys and Girls Club of La Quinta Gymnasium. Playoff al final de la temporada con un campeón coronado. Reglas de voleibol de EE. UU. Con modificaciones menores para el juego recreativo.

**Para todas las ligas de voleibol:**

HORA: 7 – 9 p.m.

EDADES: 18 años y mayores

COSTO: \$400 / Equipo

**COED martes**

INSCRIPCIÓN:

5 de abril – 24 de mayo

DÍAS: Martes

**Lunes de HOMBRES**

INSCRIPCIÓN:

4 de abril – 23 de mayo

DÍAS: Lunes

**Jueves de MUJERES**

INSCRIPCIÓN:

7 de abril – 26 de mayo

DÍAS: Jueves



**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.

## DEPORTES

### **BOCCE BALL VIERNES**

*Si siempre quisiste aprender sobre el juego de Bocce Ball, ahora es el momento de aprovechar este programa GRATUITO que te introduce en los conceptos básicos de la estrategia y la competencia.*

**UBICACIÓN:** Área al aire libre del parque comunitario La Quinta

**INSCRIPCIÓN:** En curso **DÍA:** viernes

**HORA:** 9 – 11 a.m. **EDADES:** 18 años y mayores

**COSTO:** Gratis

### **LIGA DE BALONCESTO JUVENIL DE INVIERNO**

*¡El baloncesto juvenil de invierno está de moda! Nuestros equipos más jóvenes se enfocan en el desarrollo, no en victorias y derrotas. Los campeones de la división serán coronados de la división B al final de la temporada. Esta es una excelente manera para que los niños aprendan nuevas habilidades, jueguen en un equipo y se mantengan en forma!*

**UBICACIÓN:** Gimnasio La Quinta Boys and Girls Club

**INSCRIPCIÓN:** 8 de febrero - 17 de marzo  
(sesión de 6 semanas)

**DÍAS:** **División A** Lunes y martes

**División B** miércoles y jueves

**EDADES, EDADES, DIVISIONES Y HORA:**

**División A (7 a 8 años)** • 6:45 - 9 p.m.

**División B (9 a 10 años)** • 6:45 - 9 p.m.

**COSTO:** \$80 por jugadora

### **Liga de baloncesto juvenil de invierno - BORRADOR DE DÍAS**

**UBICACIÓN:** Gimnasio La Quinta Boys and Girls Club

**División A (7 a 8 años):** martes 11 de enero, de 7 a 9 p.m.

**División B (9 a 10 años):** jueves 13 de enero, de 7 a 9 p.m.

### **DEPORTES JUVENILES: VELOCIDAD Y ACONDICIONAMIENTO**

*Mejore sus habilidades atléticas, agilidad y juego de pies en esta clase que incorpora ejercicios de velocidad, ejercicios de peso corporal, ejercicios de cardio y ejercicios pliométricos*

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

**HORA Y EDADES:** 4 – 5 p.m., 7 – 9 años de edad  
5 – 6 p.m., 10 – 13 años de edad

**COSTO:** \$60

## ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA

**TODAS LAS ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA LISTADAS EN ESTA SECCIÓN SE REALIZARÁN EN FRITZ BURNS POOL**

### **AERÓBICOS ACUÁTICOS 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 agua flotantes y fideos. No se requiere habilidad para nadar*

**EDADES:** 18 años de edad y más

**martes y jueves:**

**HORA:** 10 – 10:45 a.m.

**DÍAS, FECHAS Y COSTO:**

4 al 27 de enero (\$ 40), 1 al 24 de febrero (\$ 40)

1 - 31 de marzo (\$ 50), 5 al 28 de abril (\$ 40)

**lunes y miércoles:**

**HORA:** 10 – 10:45 a.m. **O** 6 – 6:45 p.m.

**DÍAS, FECHAS Y COSTO:**

3 al 26 de enero (\$ 40), 31 de enero – 23 de febrero (\$ 40)

28 de febrero – 30 de marzo (\$ 50), 4 al 27 de abril (\$ 40)

### **AQUA FIT (esta clase es un entrenamiento de mayor impacto que los aeróbicos acuáticos para adultos)**

*¡Quema calorías, tonifica los músculos y aumenta tu nivel cardiovascular! Dirigido a adultos de todos los niveles de condición física.*

**EDADES:** 18 años de edad y más

**martes & jueves:**

**HORA:** 9 – 9:45 a.m.

**FECHAS Y COSTO:**

4 al 27 de enero (\$ 40), 1 al 24 de febrero (\$ 40)

1 – 31 de marzo (\$ 50), 5 al 28 de abril (\$ 40)

**Lunes y miércoles:**

**HORA:** 5 – 5:45 p.m.

**FECHAS Y COSTO:**

3 al 26 de enero (\$ 40), 31 de enero – 23 de febrero (\$ 40)

28 de febrero – 30 de marzo (\$ 50), 4 al 27 de abril (\$ 40)

# La Quinta

Para obtener información o para registrarse, visite [MyRecreationDistrict.com](http://MyRecreationDistrict.com) o llame al (760) 347-3484



## CLASE DE SALPICADURAS PARA PERSONAS MAYORES

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

EDADES: 18 años de edad y más

**Lunes y miércoles**

INSCRIPCIÓN:

3 al 26 de enero, 31 de enero – 23 de febrero

28 de febrero – 30 de marzo, 4 al 27 de abril

HORA: 8 – 8:45 a.m. ● 4 – 4:45 p.m.

COSTO: \$20 por sesión (la tarifa se ajustará para sesiones con menos o más días de programa)

**Martes y jueves**

INSCRIPCIÓN: En marcha

HORA: 8 – 8:45 a.m.

FEE: \$20 por mes (la tarifa se ajustará para los meses con menos o más días de programa)

**De lunes a jueves**

INSCRIPCIÓN:

3 al 27 de enero, 31 de enero – 24 de febrero

28 de febrero – 31 de marzo, 4 al 28 de abril

HORA: 8 – 8:45 a.m.

COSTO: \$40 por sesión (la tarifa se ajustará por meses con menos o más días de programa)

## LAS VETERANAS NADAN – OPERACIÓN CONFORT

Programa acuático para veteranos militares. Nuestra misión es ayudar a tantos veteranos como sea posible que se beneficiarían de las actividades acuáticas, que ayudan a desarrollar fuerza, promover el equilibrio y calmar la mente.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: sábados HORA: 8 – 9:30 a.m.

EDADES: Veteranas de todas las edades COSTO: Gratis

## SEGURIDAD EN EL AGUA CON LENNY THE LANDSHARK

Únase a nosotros para una introducción divertida e interactiva a la seguridad en el agua para niños con Lenny the LandShark. Los temas incluirán seguridad básica en el agua, protección solar, importancia de un chaleco salvavidas, descripción general de una piscina, seguridad en el canal y cómo pedir ayuda. Este es un programa GRATUITO, pero deberá registrarse con anticipación para asistir. Abierto a niños de 3 a 12 años.

DÍAS Y HORA:

Sábados de 10 – 11 a.m.

FECHAS:

16 o 23 de abril



Próximo  
Sobre  
marcha  
1

¡Ahora hacemos reservaciones para las fiestas de bienvenida! Si una fiesta en la piscina suena como una excelente manera de celebrar un cumpleaños u otro evento divertido, haga su reserva enviando un correo electrónico a [SplashParty@drd.us.com](mailto:SplashParty@drd.us.com)

A partir del 1 de abril, estarán disponibles las aplicaciones Operation Splash. A través de una generosa subvención de Kaiser Permanente, podemos ofrecer becas para lecciones de natación gratuitas para niños. Visite [MyRecreationDistrict.com/swim-water-programs](http://MyRecreationDistrict.com/swim-water-programs) a partir del 1 de abril para obtener más información y descargar una aplicación.



## DESARROLLO COMUNITARIO SUBVENCIONES EN BLOQUE

Si es residente de las Comunidades de  
Thousand Palms, Bermuda Dunes y Indio Hills,  
puede ser elegible para un **GRATIS**:

- ▶ Membresía anual de gimnasio para adultos
- ▶ Registro de la liga deportiva para jóvenes
- ▶ Registro de clases de fitness para adultos o jóvenes
- ▶ Pase de programa de 6 meses para personas con discapacidad

Debe completar el papeleo de calificación de ingresos y ganar menos de \$ 44K por año si es soltero, o menos de \$ 63K para una familia de 4. Si está interesado en esta oportunidad de ponerse en forma, envíenos un correo electrónico a [scholarship@drd.us.com](mailto:scholarship@drd.us.com)



## ¡MICRÓFONO ABIERTO EN EL PARQUE!

**LLAMAR A LAS BANDAS LOCALES PARA QUE PRESENTEN UN APLICACIÓN PARA REALIZAR UNA SERIE EN EL PARQUE COMUNITARIO LA QUINTA EL SÁBADO 12 DE FEBRERO DE 2022.**

Las bandas utilizarán su propio equipo. Los tiempos establecidos serán de 30 a 45 minutos por banda. Venga y entretenga a su comunidad y tenga la oportunidad de actuar en público.

**Si está interesado en actuar, envíenos un correo electrónico a [openmic@drd.us.com](mailto:openmic@drd.us.com)**

## NUEVA LIGA DEPORTIVA DRD UBICACIONES

T-Ball – *Thermal*

Baloncesto juvenil – *Indio, La Quinta*

Fútbol de bandera juvenil – *Coachella*

Fútbol juvenil – *North Shore, Oasis*

Voleibol para adultos – *La Quinta*

## COED DE TONO LENTO TORNEO DE SOFTBOL

**FECHA:** Sábado, 30 de abril de 2022

**LOCALIZACIÓN:** Davis Ball Fields, Indio, CA

**SIGLOS:** 18+

**TEAM FEE:** \$240.00

\* Regístrese en persona en el Centro Comunitario de Indio

## PRÓXIMO DRD TORNEOS DEPORTIVOS

**TORNEO DE LIGA 7 CONTRA 7  
10U, 12U, 14U, 16U, 18U**

**EL REGISTRO DEL EQUIPO SE ABRE EL  
1 DE FEBRERO DE 2022**

**FECHA:** Sábado, 7 de mayo de 2022

**LOCALIZACIÓN:** Coachella Valley High School,  
campo de futbol

**TARIFA DE EQUIPO:** \$150 DRD para residentes  
\$170 No residente

\*Equipos inscritos en el DRD Liga Juvenil de Fútbol Americano recibir un descuento en el Cuota de inscripción al torneo. Llame a Sam Salinas para obtener detalles de registro 442-400-9955.



## 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

### MECCA SENIOR PROGRAMA

¡Hay muchas cosas en nuestro centro! Clases de ejercicios, arte, oradores invitados, recursos, excursiones 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 y mayores COSTO: Gratis



## DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

### SOCIAL JUVENIL ADAPTATIVO

Nuestra noche social juvenil adaptada en el Centro Comunitario de Mecca será una noche de actividades, juegos, música e integración social. Invitamos a las personas con necesidades especiales y sus familias a participar en una noche de diversión de apoyo y una oportunidad de socializar con otros miembros de la comunidad.

FECHAS: miércoles 27 de abril HORA: 6 – 7:30 p.m.

EDADES: 5 - 15 años de edad con discapacidad o necesidades especiales

COSTO: Gratis



Irene W. & Guy L. Anderson  
Children's Foundation

TODOS LOS SIGUIENTES PROGRAMAS SE OFRECEN GRATIS A GRACIAS AL FINANCIAMIENTO DE ANDERSON CHILDREN'S FOUNDATION. LOS PARTICIPANTES DEBEN SER RESIDENTES DE COACHELLA, THERMAL, OASIS, MECCA O NORTH SHORE PARA PARTICIPAR DEBIDO A SU FINANCIAMIENTO. EL ESPACIO ES LIMITADO.

## ARTES Y MÚSICA

### ESCENA DE ARTE

Este programa brindará a los participantes un lugar seguro para que sus mentes creativas exploren el arte. Cada clase será dirigida por un instructor y los participantes podrán llevarse la pintura completa a casa al final de la clase.

DÍAS: miércoles

FECHA: 19 de enero, 16 de febrero  
16 de marzo, 13 de abril

HORA: 6 – 7:30 p.m.

EDADES: 6 – 11 años de edad COSTO: Gratis

### ARTE Y ARTESANÍA

El programa de Artes y Oficios es una excelente manera de presentar a nuestros jóvenes del este del Valle de Coachella una variedad de artes y oficios diferentes.

INSCRIPCIÓN: 12 y 26 de enero, 9 y 23 de febrero  
9 y 30 de marzo, 6 y 27 de abril

DÍAS: miércoles

HORA: 5:30 – 6:30 p.m.

EDADES: 5 –11 años de edad COSTO: Gratis

### ESCENA DE ARTE ADOLESCENTE

El programa Escena de arte adolescente es una excelente manera de presentarles a nuestros adolescentes del este del Valle de Coachella una variedad de diferentes artes y oficios. Este programa les dará a los participantes un lugar para dejar que sus mentes creativas exploren el arte sin tener ninguna experiencia artística.

FECHA: viernes 18 de febrero HORA: 6 – 7:30 p.m.

EDADES: 13 –16 años de edad 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 siguen.

## **CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA**

### **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. 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.

**UBICACIÓN:** Paseo De Los Heroes Apartments

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

**DÍAS:** lunes a viernes **HORA:** 3 – 6 p.m.

**EDADES:** 5 – 17 años de edad

**COSTO:** Gratis

### **PROGRAMA DESPUÉS DE LA ESCUELA L.E.A.D.**

¡El programa Community Project L.E.A.D (que vincula educación, defensa y desarrollo) ofrece tutoría académica, ayuda con la tarea, actividades de enriquecimiento, tutoría y mucho más!

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

**DÍAS:** lunes a viernes

**HORA:** Despedido Escolar - 6 p.m.

**GRADOS:** Kindergarten – 12

**COSTO:** Gratis



### **CLUB DE LECTURA**

¡Hola niños, únanse a nuestro club de lectura! Este programa ayudará a los niños a mejorar su comprensión de lectura y sus habilidades de escritura, y los niños participarán en juegos educativos y trabajarán en manualidades.

**INSCRIPCIÓN:** En curso a partir del 11 de enero

**DÍAS:** martes y jueves **HORA:** 5 – 6 p.m.

**GRADOS:** Kindergarten – 12 **COSTO:** Gratis

**¡Encuentra conocimiento!**

## **EVENTOS DE LA COMUNIDAD**

### **FERIA DE RECURSOS COMUNITARIOS**

Invitamos a todos los residentes de Mecca y las comunidades vecinas a que se unan para socializar y reunir los recursos que las empresas locales y las organizaciones sin fines de lucro ofrecen para ayudar y empoderar a la comunidad.

**UBICACIÓN:** Parque comunitario de Mecca

**FECHA:** viernes 25 de febrero **HORA:** 6 – 8 p.m.

**EDADES:** Todas las edades **COSTO:** Gratis

### **EGGSTRAVAGANZA**

No tendrás que buscar una de las mejores búsquedas de huevos de Pascua en el valle: nuestras Eggstravaganzas incluyen muchas actividades divertidas como pintura facial, carreras de sacos de papas, concursos de hula-hoop y más, así que trae tu canasta de Pascua y dirígete a la ubicación más cercana a usted. La búsqueda de huevos se dividirá en grupos de edad.



**UBICACIÓN:** Parque comunitario de Mecca

**FECHA:** sábado, April 16 **HORA:** 11 a.m. – 2 p.m.

**EDADES:** 12 años o menos **COSTO:** Gratis

### **TALLER DE ARTESANÍAS DE SAN VALENTÍN**

Ven y comparte el amor estos días festivos uniéndose a nuestras actividades de San Valentín. Los primeros 40 niños que se inscriban recibirán una caja de tarjetas de San Valentín GRATIS

**FECHA:** sábado, 5 de febrero **HORA:** 5 al 7 p.m.

**EDADES:** 5 - 12 años de edad **COSTO:** Gratis

### **REUNIÓN COMUNITARIA DE RECREACIÓN DE MECA**

Alentamos a todos los residentes de Mecca a unirse a nosotros para brindar comentarios y sugerencias para la programación recreativa futura en la comunidad de Mecca. Discutiremos eventos futuros y los tipos de programas que disfrutaría la comunidad. Habrá rifas y actividades para los niños, así como refrigerios. Este evento es GRATIS.

**UBICACIÓN:** Centro Comunitario del Parque de Mecca

**CUANDO:** martes 1 de febrero de 2022, a las 6 p.m.

## MECCA SOCIAL IN THE PARK

Damos la bienvenida a los residentes de Mecca y las comunidades vecinas para que se unan a nosotros en una noche de artes creativas, karaoke, música y mucho más. ¡Venga a divertirse, disfrute de un refrigerio y tenga la oportunidad de socializar!

**UBICACIÓN:** Parque comunitario de Mecca

**FECHA:** viernes, 15 de abril

**HORA:** 5:30 – 7:30 p.m.

**EDADES:** Todas las edades

**COSTO:** Gratis

## REGALO DE UN VESTIDO PARA PROM

Abierto a todos los estudiantes del último año de secundaria en el Valle de Coachella, este programa ofrecerá vestidos de baile gratis en una variedad de tamaños, colores y estilos. Consulte la página 33 para obtener todos los detalles y cómo programar una cita, que será necesaria

**FECHA:** viernes, 11 de marzo

**HORA:** 2 al 8 p.m.

**PARTICIPANTES ELEGIBLES:**

Estudiantes de último año de secundaria en el Valle de Coachella

**COSTO:** Gratis



## YOUTH SOCIALS

Ven y disfruta de nuestras reuniones sociales para jóvenes. Las actividades divertidas incluirán arte, manualidades, ciencia, baile, fitness, juegos grupales y mucho más. El espacio es limitado.

**FECHA:** 14 y 21 de abril

**HORA:** 6 – 8 p.m.

**EDADES:**

6 – 11 años de edad

**COSTO:** Gratis



## BAILE

### DANZA AZTECA

Explore la música, la coreografía y la poesía de esta antigua tradición de danza y aprenda los pasos

de la danza tradicional azteca, el estilo, el movimiento, los ritmos de batería y las canciones.

**INSCRIPCIÓN:** Continuo a partir de octubre

**DIAS:** martes **HORA:** 6 – 7 p.m.

**EDADES:** 13 – 17 años de edad

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



Irene W. & Guy L. Anderson  
Children's Foundation



## PELICULAS

### PELÍCULAS EN EL PARQUE – NOCHES DE PELÍCULAS

Nos complace traerle películas en Park / Movie Nights. Consulte los listados en nuestro sitio web en [MyRecreationDistrict.com/movies](http://MyRecreationDistrict.com/movies) para obtener los títulos de películas, lugares, fechas y horarios más actualizados, y traiga una silla de jardín de respaldo bajo o una manta de picnic para disfrutar de una película familiar. Actualmente estamos planeando una película el 18 de marzo en Mecca.



## PROGRAMA AL AIRE LIBRE

### ¡TOME UN DÍA DE CAMINATA! – LADDER CANYON

¡Llamando a todas las familias en Mecca para que vengan el DÍA DE "HACER UNA CAMINATA"! Esta será una caminata grupal organizada a través del hermoso sendero Ladder Canyon Trail en Mecca; tenga en cuenta que debe estar registrado para unirse al grupo de excursionistas.

**UBICACIÓN:** <https://www.alltrails.com/trail/us/california/ladder-canyon> para obtener información adicional e indicaciones para llegar al sendero donde nos encontraremos.

**FECHA:** sábado 15 de enero **HORA:** 8 a.m. – 12 p.m.

**EDADES:** 8 años de edad o más (los participantes menores de 16 años deben estar acompañados por un padre inscrito)

**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 siguen.

## ★ INTERÉS ESPECIAL

### NIÑOS EN LA COCINA

En este programa, los niños crearán un recetario con las comidas que aprenden a preparar. Se proporcionarán presentaciones e ingredientes frescos en asociación con CAL Fresh, Anderson Children's Foundation y FIND Food Bank. Se les proporcionará las habilidades / herramientas para incorporar un estilo de vida saludable y activo en sus rutinas diarias y vida familiar.



FECHAS: 3 al 31 de marzo

DÍAS: jueves HORA: 6 – 7:30 p.m.

EDADES: 9 – 11 años de edad

COSTO: Gratis gracias a la financiación de USDA Snap / CalFresh, Anderson Children's Foundation y FIND Food Bank



### ROBÓTICA

Los jóvenes trabajarán de forma práctica con kits robóticos y aprenderán los conceptos básicos de la ingeniería robótica. Al trabajar en equipo, participarán en actividades grupales para diseñar, construir y programar sus robots. Al final del programa, tendrán un robot propio.

FECHAS: 3 al 24 de febrero, 3 al 24 de marzo

DÍAS: jueves

HORA: 6 – 7 p.m.

EDADES: 9 – 13 años de edad

COSTO: Gratis: los participantes deben ser residentes de Coachella, Thermal, Oasis, Mecca o North Shore para participar

## 🏃 DEPORTES



**Irene W. & Guy L. Anderson  
Children's Foundation**

**TODOS LOS SIGUIENTES PROGRAMAS DEPORTIVOS SE OFRECEN GRATIS A GRACIAS A LA FINANCIACIÓN DE LA FUNDACIÓN PARA NIÑOS DE ANDERSON**

### FRISBEE GOLF

Venga y disfrute de nuestro programa de Frisbee Golf jugado en el Mecca Community Park. ¡Aprende las reglas del juego, técnicas de lanzamiento y diviértete!

FECHAS:

Continúa a partir de febrero

DÍAS: miércoles

HORA: 4 – 5 p.m.

EDADES: 7 – 10 años de edad

COSTO: Gratis



### PICKLEBALL

Venga y disfrute de nuestro programa Pickleball que se juega en el Mecca Community Park. ¡Aprende las reglas del juego, técnicas de golpe y diviértete!

FECHAS: Continúa a partir de febrero

DÍAS: lunes HORA: 4 – 5 p.m.

EDADES: 7 – 13 años de edad COSTO: Gratis

### LISTO ESTABLECER EJECUTAR

Este programa de carreras para desarrollar el carácter entrena a niños de 8 a 13 años para participar en una carrera de 5 km. Este programa basado en el plan de estudios equipa a los niños con el entrenamiento físico y la mentalidad de establecimiento de objetivos necesarios para lograr sus objetivos de carrera.

FECHAS: Continúa a partir de febrero

DÍAS: lunes HORA: 5:30 – 6:30 p.m.

EDADES: 8 – 13 años de edad

COSTO: Gratis

# North Shore

Para obtener información o para registrarse, visite [MyRecreationDistrict.com](http://MyRecreationDistrict.com) o llame al (760) 347-3484

## 50+ ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

### FORMA FÍSICA DESPUÉS DE 50

¡Fortalece los músculos, mantiene la flexibilidad de las articulaciones y aumenta el flujo de sangre con ejercicios que benefician a todo el cuerpo mientras te diviertes!

INSCRIPCIÓN: febrero, marzo, abril

DÍAS: martes y jueves

HORA: 9 – 10 a.m.

EDADES: 50 años y mayores

COSTO: Gratis



### NORTH SHORE PROGRAMA SENIOR

Únase a nosotros todos los martes y jueves para el programa de North Shore Senior. Las personas mayores se detienen 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. – 12 p.m.

EDADES:

50 años y mayores

COSTO: Gratis



## ARTES Y MÚSICA



Irene W. & Guy L. Anderson  
Children's Foundation

ALL OF THE FOLLOWING PROGRAMS ARE OFFERED FOR FREE TO THANKS TO FUNDING FROM THE ANDERSON CHILDREN'S FOUNDATION. PARTICIPANTS MUST BE A RESIDENT OF COACHELLA, THERMAL, OASIS, MECCA, OR NORTH SHORE TO PARTICIPATE DUE TO GRANT FUNDING. SPACE IS LIMITED.

### ESCENA DE ARTE

Este programa brindará a los participantes un lugar seguro para que sus mentes creativas exploren el arte. Cada clase será dirigida por un instructor y los participantes podrán llevarse la pintura completa a casa al final de la clase.

DÍAS: miércoles

FECHAS: 26 de enero, 23 de febrero  
23 de marzo, 27 de abril

HORA: 6 – 7:30 p.m. EDADES: 6 – 11 años de edad

COSTO: Gratis



### ARTE Y ARTESANÍA

El programa de Artes y Oficios es una excelente manera de presentar a nuestros jóvenes del este del Valle de Coachella una variedad de artes y oficios diferentes.

INSCRIPCIÓN: 6 y 20 de enero, 3 y 17 de febrero  
3 y 17 de marzo, 14 y 21 de abril

DÍAS: jueves HORA: 6 – 7 p.m.

EDADES: 5 – 11 años de edad

COSTO: Gratis

### ESCENA DE ARTE ADOLESCENTE

El programa Escena de arte adolescente es una excelente manera de presentarles a nuestros adolescentes del este del Valle de Coachella una variedad de diferentes artes y oficios. Este programa les dará a los participantes un lugar para dejar que sus mentes creativas exploren el arte sin tener ninguna experiencia artística.

FECHAS: viernes 11 de febrero

HORA: 6 – 7:30 p.m. EDADES: 13 – 16 años de edad

COSTO: Gratis



# North Shore

**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.

## CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

### PROGRAMA DESPUÉS DE LA ESCUELA L.E.A.D.

¡El programa Community Project L.E.A.D (que vincula educación, defensa y desarrollo) ofrece tutoría académica, ayuda con la tarea, actividades de enriquecimiento, tutoría y mucho más!

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

DÍAS: lunes a jueves HORA: Despedido Escolar - 6 p.m.

GRADOS: Kindergarten – 12

COSTO: Gratis gracias a una colaboración con  
Community Action Partnership



### CLUB DE LECTURA

¡Hola niños, únanse a nuestro club de lectura! Este programa ayudará a los niños a mejorar su comprensión lectora y sus habilidades de escritura, y los niños participarán en juegos educativos y trabajarán en manualidades

INSCRIPCIÓN: En curso a partir del 10 de enero

DÍAS: lunes y miércoles HORA: 5 – 6 p.m.

EDADES: Kindergarten – 12

COSTO: Gratis gracias a una colaboración con  
Community Action Partnership

### REC ROUTE

REC ROUTE stands for Recreation, Education and Culture. Este programa da servicio al campus de la escuela secundaria Desert Mirage y ofrece transporte gratuito y conveniente para que los jóvenes del este de Coachella Valley accedan a diversas actividades recreativas y de enriquecimiento

INSCRIPCIÓN: En curso a partir del 12 de enero

DÍAS: miércoles y viernes HORA: 2 – 5 p.m.

EDADES: 13 – 17 años de edad COSTO: Gratis



## CENTRO DE ADOLESCENTES

El Centro para Adolescentes proporcionará a los participantes asistencia académica y exposición a varios estilos de liderazgo a través de talleres en clase. ¡Estos talleres se llevarán a cabo para enfocarse en habilidades de liderazgo, conciencia comunitaria, desarrollo del carácter, habilidades para la vida y mucho más!

INSCRIPCIÓN: En curso a partir del 11 de enero

DÍAS: martes y jueves HORA: 2:30 – 5:30 p.m.

EDADES: 13 a 17 años de edad COSTO: Gratis



## EVENTOS DE LA COMUNIDAD

### FERIA UNIVERSITARIA Y PROFESIONAL

Nuestra Feria de Universidades y Carreras será un día lleno de información sobre cómo postularse a universidades, escuelas vocacionales y conocer a futuros empleadores que estarán disponibles y tendrán vacantes de trabajo actuales y/o próximas

UBICACIÓN: Parque comunitario de North Shore

FECHA: sábado 2 de abril

HORA: 11 a.m. – 2 p.m. EDADES: 14 años de edad o más

COSTO: Gratis

# Find Your Future!



## TALLER DE ARTESANÍAS DE SAN VALENTÍN

Ven y comparte el amor estos días festivos uniéndose a nuestras actividades de San Valentín. Los primeros 40 niños que se inscriban recibirán una caja de tarjetas de San Valentín GRATIS.

FECHA: viernes, 4 de febrero

HORA: 5 – 7 p.m.

EDADES: 5 - 12 años de edad COSTO: Gratis



# North Shore

Para obtener información o para registrarse, visite [MyRecreationDistrict.com](http://MyRecreationDistrict.com) o llame al (760) 347-3484

## REUNIÓN COMUNITARIA DE RECREACIÓN DE NORTH SHORE

Alentamos a todos los residentes de North Shore a unirse a nosotros para brindar comentarios y sugerencias para la programación recreativa futura en la comunidad de North Shore. Discutiremos eventos futuros y los tipos de programas que disfrutaría la comunidad. Habrá rifas y actividades para los niños, así como refrigerios. Este evento es GRATIS.

CUANDO: miércoles 16 de febrero de 2022, a las 6 p.m.

## FERIA DE RECURSOS COMUNITARIOS DE NORTH SHORE

Invitamos a todos los residentes de North Shore y las comunidades vecinas a que se unan para socializar y reunir los recursos que las empresas locales y las organizaciones sin fines de lucro ofrecen para ayudar y empoderar a la comunidad.

UBICACIÓN: Parque comunitario de North Shore  
FECHA: viernes 25 de marzo HORA: 6 – 8 p.m.  
EIDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

## NORTH SHORE SOCIAL IN THE PARK

Damos la bienvenida a los residentes de North Shore y las comunidades vecinas para que se unan a nosotros en una noche de artes creativas, karaoke, música y mucho más. ¡Venga a divertirse, disfrute de un refrigerio y tenga la oportunidad de socializar!

UBICACIÓN: Parque comunitario de North Shore  
FECHA: viernes, 1 de abril HORA: 5:30 – 7:30 p.m.  
EIDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

## SPRING INTO FUN

Únase a nosotros para divertirse en primavera en el Parque Comunitario de North Shore. ¡Tenemos actividades divertidas planeadas como decoración de galletas, manualidades, decoración de huevos y una visita del Conejo de Pascua! Padres: ¡No olviden traer sus cámaras!



UBICACIÓN: Parque comunitario de North Shore  
FECHA: sábado 9 de abril HORA: 11 a.m. – 1 p.m.  
EIDADES: 3 – 12 años de edad COSTO: Gratis

## YOUTH SOCIAL IN NORTH SHORE

Ven y disfruta de nuestras reuniones sociales para jóvenes. Las actividades divertidas incluirán arte, manualidades, ciencia, baile, fitness, juegos grupales y mucho más. El espacio es limitado.

FECHA: 28 de abril  
HORA: 5 – 7 p.m.  
EIDADES: 6 – 11 años de edad COSTO: Gratis

## SALUD Y ESTADO FISICO

### ZUMBA

Esta es la clase de gimnasia latina de la que todos están hablando. La música alegre te hará pasar a un baile de quema de calorías que es divertido y saludable para ti, independientemente de tu estado físico.

INSCRIPCIÓN: En curso  
DÍAS: martes y jueves  
HORA: 6 – 7 p.m.  
EIDADES: 14 años y mayores  
COSTO: \$30 por Mes  
COSTO POR DÍA:  
\$5 por Persona, por Clase



## PELICULAS

### PELÍCULAS EN EL PARQUE – NOCHES DE PELÍCULAS

Nos complace traerle películas en Park / Movie Nights. Consulte los listados en nuestro sitio web en [MyRecreationDistrict.com/movies](http://MyRecreationDistrict.com/movies) para obtener los títulos de películas, lugares, fechas y horarios más actualizados, y traiga una silla de jardín de respaldo bajo o una manta de picnic para disfrutar de una película familiar. Actualmente estamos planeando una película el 29 de abril en Parque comunitario de North Shore.



# North Shore

**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.

## ★ INTERÉS ESPECIAL

### NIÑOS EN LA COCINA

En este programa, los niños crearán un recetario con las comidas que aprenden a preparar. Se proporcionarán presentaciones e ingredientes frescos en asociación con CAL Fresh, Anderson Children's Foundation y FIND Food Bank. Se les proporcionará las habilidades / herramientas para incorporar un estilo de vida saludable y activo en sus rutinas diarias y vida familiar.

FECHAS: 5 al 26 de abril

DÍAS: martes HORA: 6 – 7:30 p.m.

EDADES: 9 – 11 años de edad

COSTO: Gratis gracias a la financiación de USDA Snap / CalFresh, Anderson Children's Foundation y FIND Food Bank



Irene W. & Guy L. Anderson  
Children's Foundation

## Ⓢ DEPORTES

### PROGRAMA DE DESARROLLO DE FÚTBOL

Nuestro Programa de Desarrollo de Fútbol está diseñado para brindarles a los jugadores con poca o ninguna experiencia de juego un programa estructurado que replica una temporada de liga para ayudarlos en la transición al juego de liga. Esto también ayudará a reducir las luchas de los nuevos jugadores, para que no se desanimen cuando comienzan a aprender sobre la liga de fútbol.

UBICACIÓN: Parque comunitario de North Shore

FECHAS: 1 al 31 de marzo DÍAS: martes y jueves

HORA: 6 – 8 p.m.

EDADES: 6 – 14 años de edad

COSTO: \$50



### YOUTH FLAG FOOTBALL CLINIC

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

UBICACIÓN: Parque comunitario de North Shore

FECHAS Y HORARIOS:

sábado 29 de enero • 10 a.m. – 1 p.m.

sábado 5 y 12 de febrero • 10 a.m. – 1 p.m.

EDADES: 6 – 14 años de edad COSTO: Gratis

### CLÍNICA DE FÚTBOL JUVENIL

Habrà una clínica inicial y avanzada para adaptarse a las diferentes habilidades de los jugadores juveniles. Nuestra clínica se enfocará en varios ejercicios para mejorar sus habilidades futbolísticas. Para nuestras clases iniciales, también cubriremos los fundamentos del deporte del fútbol.

UBICACIÓN: Parque comunitario de North Shore

FECHAS Y HORARIOS:

sábado 15 de enero • 10 a.m. – 1 p.m.

viernes 25 de febrero • 5:30 – 8:30 p.m.

sábado 26 de febrero • 9 – 12 p.m.

EDADES: 6 – 14 años de edad COSTO: Gratis

### LIGA DE FÚTBOL JUVENIL

Esta es una forma divertida de presentarle a su hijo el divertido juego de fútbol. Aprenderán los conceptos básicos del fútbol, los ejercicios, la



seguridad y el trabajo en equipo. A medida que progresen en sus habilidades, se graduarán para jugar al fútbol a un nivel divertido y competitivo. Los jugadores disfrutarán de la práctica semanal con juegos los sábados

UBICACIÓN: Parque comunitario de North Shore

FECHAS: 2 de abril - 4 de junio

FECHAS Y HORARIOS:

Prácticas: martes y jueves 6 – 8 p.m.

Juegos: sábados a partir de las 10 a.m.

EDADES: 6 – 14 años de edad

COSTO: \$80 (Becas disponibles)



## DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

### ADAPTIVE YOUTH FITNESS IN THE PARK

Esta clase se enfocará en estímulos vestibulares y propioceptivos, para incluir movimientos como correr, saltar, mantener el equilibrio con un enfoque en la fuerza y el acondicionamiento en un ambiente seguro y divertido

FECHAS: sábado 12 de marzo HORA: 9:30 – 11 a.m.

EDADES: 5 - 15 años de edad con discapacidad o necesidades especiales

COSTO: Gratis



## ARTES Y MÚSICA



Irene W. & Guy L. Anderson  
Children's Foundation

TODOS LOS SIGUIENTES PROGRAMAS SE OFRECEN GRATIS A GRACIAS AL FINANCIAMIENTO DE ANDERSON CHILDREN'S FOUNDATION. LOS PARTICIPANTES DEBEN SER RESIDENTES DE COACHELLA, THERMAL, OASIS, MECCA O NORTH SHORE PARA PARTICIPAR DEBIDO A SU FINANCIAMIENTO. EL ESPACIO ES LIMITADO.

### ESCENA DE ARTE

Este programa brindará a los participantes un lugar seguro para que sus mentes creativas exploren el arte. Cada clase será dirigida por un instructor y los participantes podrán llevarse la pintura completa a casa al final de la clase.

DÍAS: jueves

FECHAS:

27 de enero

10 de febrero

14 de abril

HORA: 6 – 7:30 p.m.

EDADES:

6 – 12 años de edad

COSTO: Gratis



### ARTE Y ARTESANÍA

El programa de Artes y Oficios es una excelente manera de presentar a nuestros jóvenes del este del Valle de Coachella una variedad de artes y oficios diferentes.

INSCRIPCIÓN: 6 y 20 de enero, 3 y 24 de febrero  
3 y 31 de marzo, 7 y 28 de abril

DÍAS: jueves

HORA: 5:30 – 6:30 p.m.

EDADES: 5 – 12 años de edad

COSTO: Gratis



### ESCENA DE ARTE ADOLESCENTE

El programa Escena de arte adolescente es una excelente manera de presentarles a nuestros adolescentes del este del Valle de Coachella una variedad de diferentes artes y oficios. Este programa les dará a los participantes un lugar para dejar que sus mentes creativas exploren el arte sin tener ninguna experiencia artística

FECHA: jueves 24 de febrero HORA: 6 – 7:30 p.m.

EDADES: 13 – 16 años de edad COSTO: Gratis



## EVENTOS DE LA COMUNIDAD

### FERIA DE RECURSOS COMUNITARIOS DE OASIS DE DEISERTO

Invitamos a todos los residentes de Oasis y las comunidades vecinas a que se unan para socializar y reunir los recursos que las empresas locales y las organizaciones sin fines de lucro ofrecen para ayudar y empoderar a la comunidad.

FECHA: sábado 30 de abril HORA: 10 a.m. – 12 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

### REUNIÓN COMUNITARIA DE RECREACIÓN DE OASIS

Alentamos a todos los residentes de Oasis a unirse a nosotros para brindar comentarios y sugerencias para la programación recreativa futura en la comunidad de Oasis. Discutiremos eventos futuros y los tipos de programas que disfrutaría la comunidad. Habrá rifas y actividades para los niños, así como refrigerios. Este evento es GRATIS.

CUANDO: miércoles 19 de enero de 2022, a las 5 p.m.

**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

### OASIS SENIOR SOCIAL EN EL PARQUE

Los adultos activos y las personas mayores de Oasis y las comunidades vecinas pueden unirse a nosotros para una noche de artes creativas, karaoke y música, así como para disfrutar de refrigerios, divertirse y socializar. Este evento es GRATIS.

**CUANDO:** viernes 29 de abril, de 5 a 7 p.m.

**EDADES:** 55 años de edad o más

### SPRING INTO FUN

Únase a nosotros para divertirse en primavera en el Parque Oasis del Desierto. ¡Tenemos actividades divertidas planeadas como decoración de galletas, manualidades, decoración de huevos y una visita del Conejo de Pascua! Padres: ¡No olviden traer sus cámaras!



**FECHA:** sábado 9 de abril **HORA:** 11 a.m. – 1 p.m.

**EDADES:** 3 – 13 años de edad **COSTO:** Gratis

### YOUTH SOCIAL

Ven y disfruta de nuestras reuniones sociales para jóvenes. Las actividades divertidas incluirán arte, manualidades, ciencia, baile, fitness, juegos grupales y mucho más. El espacio es limitado.

**FECHA:** sábado, 12 de febrero **HORA:** 11 a.m. – 1 p.m.

**EDADES:** 6 - 12 años de edad **COSTO:** Gratis

## PELICULAS

### PELÍCULAS EN EL PARQUE – NOCHES DE PELÍCULAS

Nos complace traerle películas en Park / Movie Nights. Consulte los listados en nuestro sitio web en [MyRecreationDistrict.com/movies](http://MyRecreationDistrict.com/movies) para obtener los títulos de películas, lugares, fechas y horarios más actualizados, y traiga una silla de jardín de respaldo bajo o una manta de picnic para disfrutar de una película familiar. Actualmente estamos planeando una película el 1 de abril en Mountain View Estates.



## DEPORTES

### PROGRAMA DE DESARROLLO DE FÚTBOL

Nuestro Programa de Desarrollo de Fútbol está diseñado para brindarles a los jugadores con poca o ninguna experiencia de juego un programa estructurado que replica una temporada de liga para ayudarlos en la transición al juego de liga. Esto también ayudará a reducir las luchas de los nuevos jugadores, para que no se desanimen cuando comienzan a aprender sobre la liga de fútbol.

**FECHAS:** 2 al 30 de marzo

**DÍAS:** lunes y miércoles **HORA:** 6 – 8 p.m.

**EDADES:** 6 – 14 años de edad **COSTO:** \$50

### CLÍNICA DE FÚTBOL JUVENIL

Habrá una clínica inicial y avanzada para adaptarse a las diferentes habilidades de los jugadores juveniles. Nuestra clínica se enfocará en varios ejercicios para mejorar sus habilidades futbolísticas. Para nuestras clases iniciales, también cubriremos los fundamentos del deporte del fútbol.

**UBICACIÓN:** Parque comunitario de North Shore

**FECHAS Y HORARIOS:**

sábado 29 de enero • 10 a.m. – 1 p.m.

viernes 25 de febrero • 5:30 – 8:30 p.m.

sábado 26 de febrero • 9 – 12 p.m.

**EDADES:** 6 – 14 años de edad **COSTO:** Gratis

### LIGA DE FÚTBOL JUVENIL

Esta es una forma divertida de presentarle a su hijo el divertido juego de fútbol. Aprenderán los conceptos básicos del fútbol, los ejercicios, la seguridad y el trabajo en equipo. A medida que progresen en sus habilidades, se graduarán para jugar al fútbol a un nivel divertido y competitivo. Los jugadores disfrutarán de la práctica semanal con juegos los sábados.

**FECHAS:** 2 de abril - 4 de junio

**FECHAS Y HORARIOS:**

**Prácticas:** lunes y miércoles 6 – 8 p.m.

**Juegos:** sábados a partir de las 10 a.m.

**EDADES:** 6 – 14 años de edad

**COSTO:** \$80 (Becas disponibles)



# Palm Desert

Para obtener información o para registrarse, visite [MyRecreationDistrict.com](http://MyRecreationDistrict.com) o llame al (760) 347-3484



## DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

**TENGA EN CUENTA:** Las sillas deportivas están disponibles para su uso durante los programas. Las instrucciones para solicitar una silla deportiva se darán durante el registro, gracias.

### ABILI-TEE

Instructores de golf capacitados moverán a los participantes a través del putt, el astillado, la conducción y el juego del campo durante las 7 clases prácticas. Un enfoque en el juego progresivo del curso y el desarrollo de habilidades hará que los participantes pasen al juego regular.

INSCRIPCIÓN: 15 de marzo - 26 de abril

HORA: 10 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 16 años o más con discapacidad o necesidad especial

COSTO: \$70 para la sesión

### BALONCESTO ADAPTATIVO

El baloncesto puede mejorar el nivel de condición física de un jugador mientras trabaja en conjuntos de habilidades que incluyen disparar y regatear. Los participantes recibirán instrucción de nuestros entrenadores adaptativos mientras realizan simulacros. Este programa se ofrece gracias a una colaboración con So Cal Adaptive Sports.

EDADES: 10 años o más con discapacidad o necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes

DÍAS Y FECHAS:

#### lunes

3 al 31 de enero

7 al 28 de febrero

7 al 28 de marzo

4 al 25 de abril

Hora: 3 – 4:30 p.m.

#### miércoles

5 al 26 de enero

2 al 23 de febrero

2 al 30 de marzo

6 al 27 de abril

Hora: 3 – 4:15 p.m.



### BOCCIA ADAPTATIVA

Únase a nosotros para Boccia, el deporte paralímpico para todos los niveles. Buscamos expandir este juego impulsado por la habilidad y la precisión dentro del valle, y los conjuntos de habilidades de cada participante. Este programa se ofrece gracias a una colaboración con So Cal Adaptive Sports.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: miércoles

HORA: 4:15 – 5 p.m.

EDADES: 10 años o más con discapacidad o necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes



### FRISBEE ADAPTABLE

Únase a nosotros para una introducción al Frisbee a través del juego. ¡Aprende a lanzar, atrapar y apuntar mientras juegas fútbol frisbee, ultimate frisbee, desafíos de precisión y más! No se necesita experiencia para participar, ¡todos los niveles de habilidad están invitados a unirse!



INSCRIPCIÓN: 4 al 25 de marzo

DÍAS: viernes HORA: 3 – 4:30 p.m.

EDADES: 8 años o más con discapacidad o necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes

### KICKBALL ADAPTATIVO

Jugado con balones de fútbol de gran tamaño [y livianos], ¡prepárese para patear al contenido de su corazón! El programa también trabaja en fildeo, lanzamiento, carrera, deportividad y mucho más.

INSCRIPCIÓN: 4 al 25 de febrero

DÍAS: viernes HORA: 3 – 4:30 p.m.

EDADES: 8 años o más con discapacidad o necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes



**¡Encuentra diversión!**

# Palm Desert

**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 ADAPTABLE

Aprenda a jugar pickleball o mejore sus habilidades. Los participantes pueden unirse al programa como jugadores de pie o sentados. Las sillas deportivas están disponibles para su uso durante el programa. Todos los niveles de habilidad son bienvenidos.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: jueves HORA: 4 – 5 p.m.

EDADES: 15 años o más con discapacidad o necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes

## TENIS ADAPTATIVO

Una excelente manera de trabajar en la coordinación mano-ojo mientras está al aire libre, aprender a jugar o mejorar sus habilidades de tenis. Las sillas deportivas están disponibles para su uso durante el programa. Todos los niveles de habilidad son bienvenidos. Este programa se ofrece gracias a una colaboración con So Cal Adaptive Sports.



INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves HORA: 3 – 4 p.m.

EDADES: 8 años o más con discapacidad o necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes



## VOLEIBOL ADAPTATIVO

El voleibol es un gran juego para trabajar en la comunicación y puede ayudar con la coordinación de la vista, el rango de movimiento y el trabajo en equipo en general. Este programa se juega en una cancha cubierta, y un padre o cuidador es bienvenido a participar si el participante necesita asistencia o seguridad adicional.

FECHA: 1 al 29 de abril

DÍAS: viernes HORA: 3 – 4:30 p.m.

EDADES: 8 años o más con discapacidad o necesidad especial

COSTO: \$25

48



## WIFFLEBALL ADAPTATIVO

¡Únase a nosotros para una introducción al juego de wiffleball, que incluye atrapar, lanzar, golpear y correr! No se necesita experiencia ya que trabajaremos con cada participante para desarrollar las habilidades necesarias para jugar.

FECHA: 7 al 28 de enero

DÍAS: viernes HORA: 3 – 4:30 p.m.

EDADES: 8 años o más con discapacidad o necesidad especial

COSTO: \$25

## MEDITACIÓN GUIADA - HYBRID

(SE OFRECEN CLASES PRESENCIALES Y EN LÍNEA)

Esta clase de meditación lo guiará a través de cómo meditar, completar ejercicios de meditación y posturas básicas de yoga. La práctica de la meditación es algo que puede ayudarte a enfocar la vida de manera diferente. Tiene la opción de inscribirse en clases presenciales o en línea cuando se registra.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: sábado HORA: 11:30 a.m. – 12:30 p.m.

EDADES: 8 años o más con discapacidad o necesidad especial

COSTO: Gratis gracias a una asociación con So Cal Adaptive Sports & LEAPS Services



## ARTES Y MÚSICA

### GUITARRA

**Clase principiante** enseña los conceptos básicos que necesitas para empezar a tocar la guitarra. Aprenda a leer tablas de acordes y tablatura, y desarrolle habilidades como rasgueo, ritmo, punción con los dedos y afinación. ¡Aprenda a tocar canciones de inmediato!

**Segundo nivel** la clase enseña nuevos acordes, ritmos y canciones de Johnny Cash, Sheryl Crow, Rod Stewart y otros. Disfrute también de una sencilla introducción a la lectura de la notación estándar para aprender solos de guitarra sencillos.

INSCRIPCIÓN: 5 de enero - 2 de febrero

16 de febrero - 16 de marzo, 30 de marzo - 27 de abril

DÍAS: miércoles EDADES: 9 años de edad o más

NIVELES & HORAS:

**principiante** – 6 – 7 p.m.

**segundo nivel** – 7 – 8 p.m.

COSTO: \$70 por Sección

# Palm Desert

Para obtener información o para registrarse, visite [MyRecreationDistrict.com](http://MyRecreationDistrict.com) o llame al (760) 347-3484

## PIANO/TECLADO – PRINCIPIANTE NIVEL 1 Y 2

Los niños aprenderán a leer música consistente en clave de agudos y graves, personal, nombres de notas y claves y firmas de tiempo simples. Los niños también aprenderán el ritmo y las melodías de una sola nota que conducen a estructuras de acordes simples.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: miércoles EDADES: 8 – 12 años de edad

HORAS: Nivel 1 • 4 – 5 p.m., Nivel 2 • 5 – 6 p.m.

COSTO: \$40\*

\* Tarifa promedio por mes; los meses con menos o más días de programa pueden tener tarifas diferentes

## RITMO Y PERCUSIÓN

El ritmo nos rodea. Cuando escuchamos un latido, ¡por lo general hace que nuestros pies golpeen! Si te gusta crear ritmos y tocar el tambor, únete a nuestra clase de ritmo. Con cubos y baquetas, haremos música.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes (no habrá clase el quinto martes de ningún mes)

HORAS: 6:45 – 7:30 p.m.

EDADES: 8 años de edad o más

COSTO: \$100 por Mes

## CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

### REAGAN INTRAMURAL SPORTS AFTER SCHOOL PROGRAM

Los estudiantes pasarán la tarde adoptando un estilo de vida saludable apoyando las recompensas del trabajo en equipo y la deportividad a través de actividades físicas, formación de equipos y salud y nutrición, mientras aprenden los aspectos básicos de varios deportes. Los estudiantes son supervisados por nuestro personal capacitado y profesional que proporciona apoyo académico diario.

UBICACIÓN: Ronald Reagan Escuela primaria

DÍAS: lunes a viernes (puede excluir vacaciones)

HORA: Despedido Escolar a 5:30 p.m.

GRADOS: jardín de infantes a quinto

FECHA & COSTO:

\$165 cada uno para enero, febrero y marzo

\$124 para abril

## CAMPAMENTO DE PRIMAVERA

Los campistas aprenderán nuevas habilidades y desarrollarán su autoestima a través de deportes, actividades, búsquedas del tesoro, artes creativas y toneladas de juegos grupales. Todas las actividades se llevan a cabo bajo la atenta mirada de nuestro personal del campamento.



FECHAS: 18 al 22 de abril

HORA: 7:30 a.m. – 6 p.m. EDADES: 5 a 13 años de edad

COSTO: \$110 Por semana COSTO POR DÍA: \$25

## DESPUÉS DE LA ESCUELA TRADICIONAL

Este programa se ofrece en ubicaciones selectas del Distrito de Recreación del Desierto y ofrece un espacio seguro y divertido para que los niños estén activos, obtengan ayuda con las tareas y sean sociables. Se proporciona una merienda diaria saludable, y los estudiantes son supervisados por miembros capacitados y profesionales del personal.

UBICACIONES:

### Portola Community Center

(Abierto solo para estudiantes de Washington Charter School)

### Palm Desert Community Center

(Abierto a estudiantes de todas las demás escuelas)

DÍAS: de lunes a viernes (puede excluir vacaciones)

HORA: Despedido Escolar a 5:45 p.m.

GRADOS: jardín de infantes a quinto

COSTO: \$165 cada uno para enero, febrero y marzo  
\$124 para abril

## TORNEO DE TENIS JUVENIL DE APRENDIZAJE AMPLIADO

El Distrito de Recreación del Desierto se está asociando con los programas de Aprendizaje Expandido DSUSD y CVUSD para llevar a cabo su 3er Torneo Anual de Tenis Juvenil para apoyar el tenis juvenil que se ofrece a los niños en todo el Valle de Coachella. Los estudiantes atletas competirán en dobles masculinos, dobles femeninos y dobles mixtos (niño y niña).

INFORMACIÓN ADICIONAL: [alongoria@drd.us.com](mailto:alongoria@drd.us.com)

UBICACIÓN: Canchas de tenis de Palm Desert

FECHA: sábado 26 de marzo HORA: 8 a.m. – 1 p.m.

GRADOS: 4th & 5th

COSTO: Gratis para equipos extracurriculares de aprendizaje ampliado y participantes inscritos

# Palm Desert

**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.



## EVENTOS DE LA COMUNIDAD

### REGALO DE UN VESTIDO PARA PROM

Abierto a todos los estudiantes del último año de secundaria en el Valle de Coachella, este programa ofrecerá vestidos de baile gratis en una variedad de tamaños, colores y estilos. Consulte la página 33 para obtener todos los detalles y cómo programar una cita, que será necesaria.



FECHAS: viernes, 18 de marzo

HORA: 2 al 8 p.m.

PARTICIPANTES ELEGIBLES:

Estudiantes de último año de secundaria en el Valle de Coachella

COSTO: Gratis



### SONIDOS DEL DOMINGO

Únase a la Biblioteca de Palm Desert y al Distrito de Recreación del Desierto mientras le traemos diferentes artistas con nuevos sonidos del Valle de Coachella.

El evento se lleva a cabo en nuestro Centro Comunitario de Palm Desert en 43-900 San Pablo Avenue, Palm Desert.

FECHA: Seleccione los domingos entre el 16 de enero y el 3 de abril; consulte la sección Eventos de la comunidad de nuestro sitio web para conocer las fechas exactas y los artistas.

HORA: 2 – 4 p.m. EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis



## BAILE

### SALÓN DE BAILE: CLASES DE SWING Y SALSA

¡Palm Desert está bailando su camino de regreso al bienestar!

¡Únase a estas divertidas y fáciles sesiones de 4 semanas!

Estas clases le brindarán una sólida instrucción en el tan popular baile de salón, swing, salsa, fox trot, así como una introducción al cha-cha

INSCRIPCIÓN:

12 de enero - 2 de febrero, 9 de febrero - 2 de marzo

9 al 30 de marzo, 6 al 27 de abril

DÍAS: miércoles HORAS: 7 – 8 p.m.

EDADES: 18 años de edad o más COSTO: \$48 por Sesión

### BALLET PARA PRINCIPIANTES

Los niños dejan que sus bailarinas internas salgan mientras se les enseña los conceptos básicos del ballet en esta clase de inicio. Las clases también pueden mejorar el equilibrio, el equilibrio y la coordinación.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: sábado HORA: 10 – 10:45 a.m.

EDADES: 5 – 11 años de edad COSTO: \$36 por Mes

### BAILE JUEGO Y PRETENDA

Los niños pequeños aprenden a bailar con la ayuda de la fantasía y el juego imaginativo. Zapatillas de ballet para niñas; Se requiere camiseta, pantalón corto y medias para niños.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: sábado HORA: 9 – 9:45 a.m.

EDADES: 2 ½ – 5 años de edad COSTO: \$36 por Mes

### INTRODUCCIÓN A LA DANZA Y LA PERCUSIÓN

El objetivo de tocar la batería en grupo será comenzar y terminar juntos, ¡eventualmente la mitad de la clase tocará la batería y la otra mitad bailará! Se entregarán bufandas para el baile grupal de improvisación que conduce a los solos, y los niños participarán en la anatomía de llamada y respuesta, estiramiento y estiramiento dinámico.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: miércoles HORA: 10:30 – 11:30 a.m.

EDADES: 2 – 4 años de edad COSTO: \$40 por Mes

### BAILE LÍNEA

¡Hora de divertirse! ¡Estas clases te levantarán el ánimo, mantendrán tu mente alerta y son una excelente manera de hacer ejercicio y ponerte en forma! Lo último en bailes populares será impartido por un instructor de baile profesional.

INSCRIPCIÓN: 12 de enero – 2 de febrero

9 de febrero – 2 de marzo,

9 al 23 de marzo, 6 al 27 de abril

DÍAS: miércoles HORA: 6 – 7 p.m.

EDADES: 18 años de edad o más

COSTO: \$38 por Sesión



# Palm Desert

Para obtener información o para registrarse, visite [MyRecreationDistrict.com](http://MyRecreationDistrict.com) o llame al (760) 347-3484

## DANZA JUVENIL

Los jóvenes de este programa aprenderán los fundamentos del movimiento que consisten en la conciencia espacial, el estiramiento dinámico y estático, la creación de formas y el desplazamiento por el suelo. Aprenderán movimientos de ballet, modernidad y jazz fusión.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: martes & jueves HORA: 4 – 5 p.m.

EDADES: 8 – 12 años de edad COSTO: \$60 por Mes

## GOLF

El Golf Center en Palm Desert está ubicado en el centro del valle y ofrece un campo de golf de 9 hoyos Par 3 con increíbles vistas de las montañas del oeste. ¡Consulte la página 5 para conocer todo lo que tenemos para ofrecer!

## LA 21A ANUAL

### PALM DESERT SENIOR GAMES Y FESTIVAL INTERNACIONAL DE DEPORTES 1 AL 6 DE FEBRERO DE 2022

Registro abierto



### Individual Competencia

- Tenis de mesa • Golf de 9 hoyos
- Carrera a pie • Pista y campo
- Pickleball
- Baloncesto Shootout de 3 puntos

### Eventos de equipo

- Vóleybol • Fútbol
- Baloncesto 3 contra 3 • Sofbol



## SALUD Y ESTADO FISICO

### FITNESS ADULTO ACTIVO

Esta clase consistirá en ejercicios cardiovasculares, trabajo central / abdominal y fortalecimiento de todos los grupos musculares principales. ¡Saldrás de esta clase sintiéndote rejuvenecido, revitalizado y fuerte!

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: miércoles HORA: 10:30 – 11:30 a.m.

EDADES: 18 años de edad o más COSTO: \$40 por Mes

### APTITUD DE BAILE PARA ADULTOS

Esta clase amigable de nivel de entrada consistirá en un jazz lírico y un estilo moderno de fusión. El calentamiento fácil con un poco de trabajo en el centro / barra, así como el trabajo de abdominales en el piso, prepararán los cuerpos para el estiramiento. La coreografía se enseñará en un flujo fácil con un énfasis en la expresión.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: viernes HORA: 10:30 – 11:30 a.m.

EDADES: 18 años de edad o más COSTO: \$40 por Mes

### CHAIR YOGA DANCE

Chair Yoga Dance es un divertido programa interactivo en el que los participantes, sentados y de pie, realizan movimientos de yoga a un ritmo. Los beneficios de Chair Yoga Dance son: aumentar la frecuencia cardíaca, la circulación sanguínea y la capacidad pulmonar, mejorar el equilibrio, la coordinación, la concentración, la construcción de fuerza, así como el movimiento para el bienestar de la mente, el cuerpo y el espíritu.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: jueves HORA: 1 – 1:45 p.m.

EDADES: 18 años de edad o más COSTO: \$39 por Mes



# Palm Desert

**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

### **HULA PARA FITNESS Y DIVERSIÓN**

Los sonidos de la hermosa música hawaiana se reproducen mientras aprende a hacer ejercicio con Hula. Desarrolle resistencia, flexibilidad, gracia, ritmo y equilibrio mientras aprieta su núcleo, brazos y muslos con este baile tradicional.

#### INSCRIPCIÓN & COSTO:

3 de enero - 7 de marzo\* • \$77, 21 de marzo - 25 de abril • \$66

DÍAS: lunes HORA: 6 – 8 p.m.

EDADES: 18 años de edad o más

COSTO POR DÍA: \$14

\*Tenga en cuenta que no habrá clases el 17 y 31 de enero o el 21 de febrero

### **KICKBOX CARDIO**

Kickbox Cardio es una clase de ejercicios que combina técnicas de artes marciales con ejercicios cardiovasculares de ritmo rápido. Este entrenamiento de alta energía desafía tanto a los principiantes como a los atletas de élite. Es un entrenamiento sin contacto y no necesitas ninguna experiencia en artes marciales para tomar una clase de Kickbox Cardio.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: jueves

HORA: 6 – 7 p.m. EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$40 por Mes COSTO POR DÍA: \$12

### **SALSAEROBICS**

A la gente le encanta bailar salsa. La música, los movimientos de baile, el ejercicio que obtienes de ella y el aspecto social de la misma. Agrega ejercicios aeróbicos y tienes una clase que te ayuda con la flexibilidad, el acondicionamiento, el perfilado y más.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes y jueves

HORA: 8:15 – 9:15 a.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$35 por Mes

COSTO POR DÍA: \$7



### **PONTE EN FORMA CON SHARON**

Combinando yoga, pilates y pesas libres, Sharon enseña a todos, desde principiantes hasta participantes avanzados, cómo alcanzar la grandeza física y mental. Construye músculo y aumenta la flexibilidad.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: lunes, miércoles, viernes

HORA: 9 – 10 a.m. EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$60 por Mes COSTO POR DÍA: \$10

### **TAI CHI – PRINCIPIANTES**

Las técnicas de respiración profunda del Tai Chi lo ayudarán a relajarse, y los movimientos lentos beneficiarán sus articulaciones y tendones. Gane equilibrio, enfoque y paz interior mientras hace ejercicio y aprende artes marciales en un entorno suave y no competitivo. Ideal para todos los adultos de cualquier edad o nivel de condición física

INSCRIPCIÓN: En curso HORA: 12 – 12:45 p.m.

EDADES: 18 años y mayores COSTO POR DÍA: \$12

### **UN DÍA A LA SEMANA**

DÍAS: lunes **O** jueves

COSTO: \$48 por Mes\*

### **DOS DÍAS POR SEMANA**

DÍAS: lunes y jueves

COSTO: \$69 por Mes\*

\*Tarifa promedio por mes; Los meses con menos o más días de programa pueden tener tarifas diferentes



## ARTES MARCIALES

### **PEQUEÑAS PATADAS**

Esta introducción a las Artes Marciales proporciona un programa básico de ejercicios cardiovasculares, estiramientos y fortalecimiento. Está diseñado para que los niños se familiaricen con las actividades grupales, la deportividad, el juego limpio y el acondicionamiento físico y mental

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves

EDADES & HORA: 3 – 6 años de edad • 3 – 3:45 p.m.

7 – 8 años de edad • 4 – 4:45 p.m.

COSTO: \$30 por Mes\*

\*Tarifa promedio por mes; Los meses con menos o más días de programa pueden tener tarifas diferentes

# Palm Desert

Para obtener información o para registrarse, visite [MyRecreationDistrict.com](http://MyRecreationDistrict.com) o llame al (760) 347-3484

## TAE KWON DO – PRINCIPIANTE Y AVANZADO

La deportividad, junto con el acondicionamiento físico y mental, se enseñará a quienes tomen esta clase de ritmo acelerado. La clase se centra en todos los aspectos de las patadas: patadas a la altura de la cabeza, patadas con saltos y giros y técnicas de patadas rápidas

### Tae Kwon Do – Principiante

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes y jueves

HORA: 6 – 7 p.m. EDADES: 6 años y mayores

COSTO: \$60 Por Mes CUOTA DIARIA: \$15 por Clase

### Tae Kwon Do – Avanzado

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes y jueves

HORA: 7 – 8 p.m. EDADES: 6 años y mayores

COSTO: \$60 Por Mes CUOTA DIARIA: \$15 por Clase

## ESGRIMA

### ESGRIMA PARA ADULTOS:

Esta clase está diseñada para cualquiera que quiera aprender o dominar esta prestigiosa forma clásica de artes marciales. Se mostrarán los fundamentos de este deporte exclusivo, junto con estrategias y técnicas sobre cómo contrarrestar eficazmente a su oponente.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: viernes

HORA: 6 – 7 p.m. EDADES: 18 años y mayores

COSTO: \$60 años y mayores



### ESGRIMA JUVENIL FENCING:

Los jóvenes pueden aprender esta prestigiosa forma clásica de artes marciales. La clase ayuda a los participantes a estar más concentrados, en forma y aprenderán cómo superar sus límites, a menudo mientras disfrutan del proceso de dominar el arte de la esgrima.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: miércoles HORA: 4 – 5 p.m.

EDADES: 12 – 17 años de edad COSTO: \$60 por Mes



## INTERÉS ESPECIAL

### PERROS DISCO

¡Únete a tu precioso perro para una divertida lección Disco Dog! MC's Disco Dogs & "Paw" room dance tendrá una coreografía contigo y tu mejor pareja de baile: tu perro. Los perros deben tener algún entrenamiento de obediencia, ser amigables tanto con los demás perros como con las personas, y estar con la correa suelta en todo momento.

FECHAS: 12 - 19 de enero, 9 - 16 de febrero

9 - 16 de marzo, 6 al 13 de abril

DÍAS: miércoles HORA: 4 – 5 p.m.

EDADES: 18 años de edad o más

COSTO: \$22 por Sección

### K9 NOSE WORK–BASIC–TALLER DE INTRODUCCIÓN AL TRABAJO DEL OLFATO

Esta serie para principiantes se centra en enseñarle cómo fomentar y desarrollar las habilidades olfativas naturales de su perro. Los perros aprenden divertidos juegos de rompecabezas utilizando su deseo de cazar y su amor por la comida y los juguetes.

INSCRIPCIÓN: Mensual

DÍA: martes

HORA: 11 – 11:50 a.m.

EDADES: 18 años de edad o más

COSTO: \$125 por sesión de 4 semanas

### K9 NOSE WORK– INTERMEDIATE– WORKSHOP

Esta serie (requisito previo Nose Work Basic) se centra en introducir a su perro en los tres olores objetivo: aceites esenciales que los perros están entrenados para encontrar. Las búsquedas de contenedores e interiores continúan, y se introducen búsquedas de vehículos. Los juegos de búsqueda se vuelven más divertidos y desafiantes.

INSCRIPCIÓN: Mensual

DÍA: martes

HORA: 12 – 12:50 p.m.

EDADES: 18 años de edad o más

COSTO:

\$125 por sesión de 4 semanas



# Palm Desert

**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.

## ★ INTERÉS ESPECIAL

### **K9 NOSE WORK-ADVANCED DETECTIVE**

Esta serie (requisito previo de *Scent Work Intermediate*) está orientada a equipos con olores y ha sido introducida en todos los elementos para que puedan ampliar sus conocimientos y habilidades en el entrenamiento de detección de olores desde *Novice* hasta *Detective Dog*.

INSCRIPCIÓN: Mensual DÍA: martes

HORA: 1 – 1:50 p.m. EDADES: 18 años de edad o más

COSTO: \$125 por sesión de 4 semanas

### **AJEDREZ PRINCIPIANTE**

Mejore la memoria de su hijo divirtiéndose, convirtiéndose en el REY del Ajedrez. Este programa está estructurado para aprender los fundamentos y aprender las estrategias para hacer jaque mate a tu oponente con tácticas de pensamiento crítico y habilidades para resolver problemas. El nivel de habilidad será evaluado por el instructor de la clase.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: martes HORA: 3:30 – 4:15 p.m.

EDADES: 7 – 12 años de edad COSTO: \$40 por Mes

### **AJEDREZ INTERMEDIO**

Diviértete compitiendo contra otros jugadores en el desierto. Pon a prueba tus habilidades de ajedrez y aprende nuevas técnicas sobre cómo hacer jaque mate a tu oponente. En estas sesiones, dominará la paciencia, la estrategia y el pensamiento crítico.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: martes HORA: 4:30 – 5:15 p.m.

EDADES: 7 – 12 años de edad COSTO: \$40 por Mes

## 🏀 DEPORTES

### **BALONCESTO**

#### **ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO:**

no espere a que comience la temporada, comience a entrenar ahora y esté listo para el día del draft. Únase a la “Zona de entrenamiento de baloncesto” y lleve su juego al siguiente nivel. Nuestros instructores brindan comentarios constructivos que destacan sus fortalezas y señalan las áreas que necesitan mejorar



#### **Zona de entrenamiento de baloncesto: principiantes**

INSCRIPCIÓN: en curso

DÍA: miércoles

HORA: 3:30 – 4:30 p.m. EDADES: 7 – 9 años de edad

COSTO: \$40 por Mes COSTO POR DÍA: \$12

#### **Zona de entrenamiento de baloncesto: intermedio**

INSCRIPCIÓN: en curso

DÍA: miércoles

HORA: 4:30 – 5:30 p.m. EDADES: 10 – 14 años de edad

COSTO: \$40 por Mes COSTO POR DÍA: \$12

### **FRISBEE**

#### **ULTIMATE FRISBEE**

Únase a nosotros para una introducción al juego de Ultimate Frisbee con el objetivo de hacer ejercicio, mejorar la resistencia y mejorar sus habilidades. El programa constará de dos juegos, uno al lado del otro, con el equipo avanzado jugando junto a los principiantes

ULTIMATE FRISBEE – 1 DÍA

INSCRIPCIÓN: 3 de enero – 28 de febrero

7 de marzo – 25 de abril

DÍA: lunes HORA: 6 – 8 p.m.

EDADES: 13 años de edad y más

COSTO: \$40 por Sesión COSTO POR DÍA: \$5

ULTIMATE FRISBEE – 2 DÍAS

INSCRIPCIÓN: 3 de enero – 28 de febrero

7 de marzo – 25 de abril

DÍAS: lunes y jueves HORA: 6 – 8 p.m.

EDADES: 13 años de edad y más

COSTO: \$60 por Sesión COSTO POR DÍA: \$5

# Palm Desert

Para obtener información o para registrarse, visite [MyRecreationDistrict.com](http://MyRecreationDistrict.com) o llame al (760) 347-3484

## PICKLEBALL

### PICKLEBALL DE INTERIOR – JUEGO ABIERTO

Ofrecemos competencia amistosa y diversión de Pickleball dentro de nuestro Centro Comunitario de Palm Desert.

¡No hay que preocuparse por las condiciones climáticas exteriores o las canchas de tenis llenas de gente!

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes, miércoles, viernes HORA: 9:30 a.m. – 1 p.m.

EDADES: 13 años de edad y más

COSTO: \$5 por día o GRATIS para los miembros del DRD Get Fit Pass

### CLÍNICAS DE PICKLEBALL – NIVEL PRINCIPIANTE

Las clínicas de pickleball para principiantes 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 a marcar y reglas. Desarrollarás un golpe de derecha y aprenderás a sacar correctamente.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: miércoles

HORA: 7:30 – 9:30 a.m. EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$25 por sesión O paquete de 5 por \$100

### CLÍNICAS DE PICKLEBALL – NIVEL PRINCIPIANTE AVANZADO

En este nivel, habrá habilidades grupales y ejercicios para jugadores principiantes avanzados. Planifique su horario con el instructor. Los jugadores en esta categoría pueden 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.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: lunes

HORA: 7:30 – 9 a.m. EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$25 por sesión O paquete de 5 por \$100

¡Encuentra  
Fitness!

### CLÍNICAS DE PICKLEBALL AL AIRE LIBRE: NIVEL INTERMEDIO A AVANZADO

Este nivel de jugador estará haciendo habilidades grupales y ejercicios para jugadores de nivel intermedio a avanzado, y los jugadores habrán logrado la confiabilidad del golpe con control direccional en la mayoría de los golpes de ritmo medio y algunos golpes más duros, pero aún necesitan desarrollar más profundidad y variedad con sus tiros. Planifique su horario con el instructor

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: viernes

HORA: 7:30 – 9 a.m.

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$25 por sesión O paquete de 5 por \$100

### PICKLEBALL - CLASES PRIVADAS

Esta instrucción privada tendrá una duración de una hora cada día. La instrucción te ayudará a mejorar tu juego y te llevará al siguiente nivel de habilidad. Programarás el tiempo con el instructor

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS Y HORA: Horario con instructora

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$35 por sesión O paquete de 5 por \$175

### PICKLEBALL - CLASES SEMIPRIVADAS

Clases semiprivadas para hasta 4 personas. Esta instrucción grupal tendrá una duración de una hora. La instrucción te ayudará a mejorar tu juego y te llevará al siguiente nivel de habilidad. Programarás el tiempo con el instructor.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS Y HORA: Horario con instructora

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$30 por sesión O paquete de 5 por \$125



# Palm Desert

**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

### 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, ¡júnase a nosotros! Trae tu propio remo. **LAS HORAS Y LOS DÍAS ESTÁN SUJETOS A CAMBIOS.**

HORA: 1 – 4 p.m.

MESES Y DÍAS:

**Enero Febrero Marzo:** lunes, martes, Viernes

**abril:** lunes, miércoles, Viernes

EDADES: 5 años de edad y más

COSTO: \$5 por día o GRATIS para los miembros del DRD Get Fit Pass

### VOLEIBOL

#### VOLEIBOL DE INTERIOR: PRINCIPIANTES / INTERMEDIOS

Para aquellos que recién comienzan, la instrucción incluirá el aprendizaje de las habilidades básicas de servicio, pase, colocación, ataque y bloqueo de la pelota. Para los jugadores de nivel intermedio, mejorará sus habilidades clave de voleibol para principiantes, como el voleibol, el set, el servicio, el pase y el bloqueo y el ataque.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes y jueves HORA: 3:30 – 4:30 p.m.

EDADES: 8 – 17 años de edad

COSTO: \$60 por Mes COSTO POR DÍA: \$15

#### VOLEIBOL DE INTERIOR INTERMEDIO/ AVANZADO

Aprenda a preparar sus habilidades para el juego de torneos y el juego de la escuela secundaria en esta clase, que está orientada hacia el entrenamiento estructurado, la mejora significativa de habilidades y el conocimiento del juego. Cada programa cuenta con un capacitado instructor de voleibol con experiencia en entrenamiento comprobado. ¡Esperamos verte en la cancha!

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes y jueves HORA: 4:30 – 5:30 p.m.

EDADES: 8 - 17 años de edad

COSTO: \$60 por Mes COSTO POR DÍA: \$15

#### VOLEIBOL DE INTERIOR - AVANZADA

¿Quieres preparar tus habilidades para el torneo y el juego de la escuela secundaria? Estas clases están orientadas a un entrenamiento estructurado, una mejora significativa de las habilidades y un mayor conocimiento del juego. ¡Esperamos verte en la cancha!

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: martes y jueves

**Tenga en cuenta:** La variación en los grupos que se enumeran a continuación se basará en el nivel de habilidad.

**GRUPO 1 – Hora y edades:** 6 – 7 p.m., 13 – 18 años de edad

**GRUPO 2 – Hora y edades:** 7 – 8 p.m., 13 – 18 años de edad

**GRUPO 3 – Hora y edades:** 8 – 9 p.m., 15 – 18 años de edad

COSTO: \$60 por Mes COSTO POR DÍA: \$15



### 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.

INSCRIPCIÓN: En curso

EDADES: 3 – 5 años de edad

HORA: 9 a.m. – 12 p.m.

INSCRIPCIÓN Y TARIFAS:

**4 días a la semana – (ENERO SOLAMENTE)**

Lunes, martes, miércoles, jueves • \$230 por Mes

**3 Days per week –** lunes, miércoles, viernes • \$195 por Mes

**2 Days per week –** martes y jueves • \$140 por Mes



## 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



### JERRY RUMMONDS' SENIOR CENTER

¡Hay muchas cosas en nuestro centro! Clases de ejercicios, arte, oradores invitados, recursos, excursiones y mucho más. Los calendarios mensuales están disponibles en el mostrador.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes a jueves HORA: 9 a.m. –1 p.m.

EDADES: 50 años y mayores COSTO: Gratis

## DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

### CLASE DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ADAPTATIVO PARA JÓVENES

Esta clase se enfocará en estímulos vestibulares y propioceptivos, para incluir movimientos como correr, saltar, mantener el equilibrio con un enfoque en la fuerza y el acondicionamiento en un ambiente seguro y divertido.

FECHAS: miércoles 9 de marzo HORA: 6 – 6:45 p.m.

EDADES: 5 - 16 años de edad con discapacidad o necesidades especiales

COSTO: Gratis

### SOCIAL JUVENIL ADAPTATIVO

Nuestra noche social juvenil adaptada en el Centro Comunitario de Thermal será una noche de actividades, juegos, música e integración social. Invitamos a las personas con necesidades especiales y sus familias a participar en una noche de diversión de apoyo y una oportunidad de socializar con otros miembros de la comunidad.

FECHAS: miércoles 13 de abril HORA: 6 – 7:30 p.m.

EDADES: 5 – 16 años de edad con discapacidad o necesidades especiales

COSTO: Gratis

## ARTES Y MÚSICA



Irene W. & Guy L. Anderson  
Children's Foundation

TODOS LOS SIGUIENTES PROGRAMAS SE OFRECEN GRATIS A GRACIAS AL FINANCIAMIENTO DE ANDERSON CHILDREN'S FOUNDATION. LOS PARTICIPANTES DEBEN SER RESIDENTES DE COACHELLA, THERMAL, OASIS, MECCA O NORTH SHORE PARA PARTICIPAR DEBIDO A SU FINANCIAMIENTO. EL ESPACIO ES LIMITADO.

### ESCENA DE ARTE

Este programa brindará a los participantes un lugar seguro para que sus mentes creativas exploren el arte. Cada clase será dirigida por un instructor y los participantes podrán llevarse la pintura completa a casa al final de la clase.

DÍAS: miércoles

FECHAS: 19 de enero, 16 de marzo HORA: 6 – 7:30 p.m.

EDADES: 6 –12 años de edad COSTO: Gratis

### ARTE Y ARTESANÍA

El programa de Artes y Oficios es una excelente manera de presentar a nuestros jóvenes del este del Valle de Coachella una variedad de artes y oficios diferentes.

INSCRIPCIÓN: 12 y 26 de enero, 9 y 23 de febrero  
9 y 30 de marzo, 13 y 27 de abril

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

COSTO: Gratis

### GUITARRA PARA PRINCIPIANTES

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

INSCRIPCIÓN: 15 de septiembre

DÍAS: miércoles

TIEMPOS Y EDADES:

5:15 – 6:15 p.m., 7 – 12 años de edad

6:15 – 7:15 p.m., 13 – 17 años de edad

COSTO: Gratis



# Thermal

**Tenga en cuenta:** Todas las actividades serán en el **Jerry Rummonds' Senior & Community Center** a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad que siguen.

## ARTES Y MÚSICA

### TAMBORES

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

INSCRIPCIÓN: febrero, marzo, abril  
DÍAS: martes HORA: 5:15 – 6:15 p.m.  
EIDADES: 6 – 12 años de edad  
COSTO: Gratis

### ESCENA DE ARTE ADOLESCENTE

El programa Escena de arte adolescente es una excelente manera de presentarles a nuestros adolescentes del este del Valle de Coachella una variedad de diferentes artes y oficios. Este programa les dará a los participantes un lugar para dejar que sus mentes creativas exploren el arte sin tener ninguna experiencia artística.

FECHA: viernes 25 de febrero  
HORA: 6 – 7:30 p.m.  
EIDADES: 13 – 17 años de edad  
COSTO: Gratis

## CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

### PROGRAMA DESPUÉS DE LA ESCUELA L.E.A.D.

¡El programa Community Project L.E.A.D (que vincula educación, defensa y desarrollo) ofrece tutoría académica, ayuda con la tarea, actividades de enriquecimiento, tutoría y mucho más!

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

DÍAS: lunes a viernes  
HORA: Despedido Escolar - 6 p.m.  
GRADOS: Kindergarten – 12  
COSTO: Gratis gracias a una colaboración con  
Community Action Partnership



## CLUB DE LECTURA

¡Hola niños, únanse a nuestro club de lectura! Este programa ayudará a los niños a mejorar su comprensión lectora y sus habilidades de escritura, y los niños participarán en juegos educativos y trabajarán en manualidades.

INSCRIPCIÓN: En curso a partir del 10 de enero  
DÍAS: lunes  
HORA: 5 – 6 p.m.  
GRADOS: Kindergarten – 12  
COSTO: Gratis gracias a una colaboración con  
Community Action Partnership



## EVENTOS DE LA COMUNIDAD

### TALLER DE ARTESANÍAS DE SAN VALENTÍN

Ven y comparte el amor estos días festivos uniéndose a nuestras actividades de San Valentín. Los primeros 40 niños que se inscriban recibirán una caja de tarjetas de San Valentín GRATIS.

FECHA: viernes 4 de febrero HORA: 3 al 5 p.m.  
EIDADES: 5 – 13 años de edad COSTO: Gratis

### SPRING INTO FUN

Únase a nosotros para divertirse durante la primavera en el Centro Comunitario y para Personas de la Tercera Edad de Jerry Rummonds. ¡Tenemos actividades divertidas planeadas como decoración de galletas, manualidades, decoración de huevos y una visita del Conejo de Pascua! Padres: ¡No olviden traer sus cámaras!

FECHA: viernes 8 de abril HORA: 6 – 7:30 p.m.  
EIDADES: 3 – 13 años de edad COSTO: Gratis



### REUNIÓN COMUNITARIA DE RECREACIÓN DE THERMAL

Alentamos a todos los residentes de Thermal a unirse a nosotros para brindar comentarios y sugerencias para la programación recreativa futura en la comunidad de Thermal. Discutiremos eventos futuros y los tipos de programas que disfrutaría la comunidad. Habrá rifas y actividades para los niños, así como refrigerios. Este evento es GRATIS.

CUANDO: martes 8 de febrero de 2022, a las 6 p.m.

# Thermal

Para obtener información o para registrarse, visite [MyRecreationDistrict.com](http://MyRecreationDistrict.com) o llame al (760) 347-3484

## THERMAL SENIOR SOCIAL

Los adultos activos y las personas mayores de Thermal y las comunidades vecinas pueden unirse a nosotros para una noche de artes creativas, karaoke y música, así como para disfrutar de refrigerios, divertirse y socializar. Este evento es GRATIS.

CUANDO: Viernes 21 de enero y 18 de marzo, de 5 - 7 p.m.  
EADADES: 55 años de edad o más

## YOUTH SOCIALS

Ven y disfruta de nuestras reuniones sociales para jóvenes. Las actividades divertidas incluirán arte, manualidades, ciencia, baile, fitness, juegos grupales y mucho más. El espacio es limitado.

FECHA: 24 de marzo y 21 de abril  
HORA: 6 - 8 p.m. EADADES: 5 - 12 años de edad  
COSTO: Gratis gracias a la financiación de Anderson Children's Foundation



## ★ INTERÉS ESPECIAL

### NIÑOS EN LA COCINA

En este programa, los niños crearán un recetario con las comidas que aprenden a preparar. Se proporcionarán presentaciones e ingredientes frescos en asociación con CAL Fresh, Anderson Children's Foundation y FIND Food Bank. Se les proporcionará las habilidades / herramientas para incorporar un estilo de vida saludable y activo en sus rutinas diarias y vida familiar.

FECHAS: 1 al 22 de febrero  
DÍAS: martes HORA: 6 - 7:30 p.m.  
EADADES: 9 - 12 años de edad  
COSTO: Gratis gracias a la financiación de USDA Snap / CalFresh, Anderson Children's Foundation y FIND Food Bank



## DEPORTES

### BASEBALL DEVELOPMENTAL PROGRAM

Nuestro Programa de Desarrollo de Béisbol está diseñado para brindar a los jugadores con poca o ninguna experiencia de juego un programa estructurado



que replica una temporada para ayudarlos en la transición al juego de la liga. Esto también ayudará a reducir las luchas de los nuevos jugadores, para que no se desanimen.

UBICACIÓN: La Familia School Baseball Field  
FECHAS: 2 al 30 de marzo  
DÍAS: miércoles y viernes  
HORA: 6 - 7 p.m.  
EADADES: 7 - 11 años de edad COSTO: \$50

### T-BALL LEAGUE

Nuestra T - Ball League está diseñada para presentar a los niños pequeños el juego de béisbol y los fundamentos de batear, atrapar, lanzar y correr bases. Los equipos se formarán antes de la temporada. Interesado en coaching? Comuníquese con Sam al 442-400-9955 para obtener más detalles.



UBICACIÓN: La Familia School Baseball Field  
FECHAS: 1 de abril - 3 de junio  
DÍAS: miércoles y viernes  
HORA: 6 - 8 p.m.  
EADADES: 4 - 6 años de edad  
COSTO: \$80 (Becas disponibles)



# 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.

## EVENTOS DE LA COMUNIDAD

### SERIE DE SEGURIDAD COMUNITARIA **NUEVA**

La primera sesión de esta serie le enseñará sobre las estrategias de prevención de incendios para que usted, sus seres queridos y su hogar estén seguros. Sesión de presentación y preguntas y respuestas por parte del Departamento de Bomberos local. En la segunda sesión, aprenderá qué puede hacer para mantenerse a salvo de un delito, cómo denunciar un delito y las estrategias que se utilizan para mantener un entorno seguro en su hogar. Sesión de presentación y preguntas y respuestas por parte de la policía local. \*Traducido en Español si solicitado con anticipación.

FECHA: 9 y 23 de marzo HORA: 10 a.m. – 1 p.m.  
EIDADES: Todas Edades COSTO: Gratis

### DIA DE LOS NIÑOS

Únase al Distrito de Recreación del Desierto y a la Biblioteca Art Samson para celebrar el Día del Niño con divertidos juegos, libros, espectáculos y premios. Experimenta la alegría de aprender a través de la lectura y la recreación. Este evento gratuito está abierto a todas las edades.

FECHA: sábado 30 de abril HORA: 10 a.m. – 12 p.m.

### EGGSTRAVAGANZA

¡Ven a saltar por el sendero del conejito y únete a la diversión en algunas de las mejores cacerías de huevos de Pascua! Nuestras Eggstravaganzas incluyen muchas actividades divertidas, por favor traiga su propia canasta.

UBICACIÓN: Parque Comunitario de Thousand Palms  
FECHA: sábado, 16 de abril HORA: 10 a.m. – 1 p.m.  
EIDADES: 12 años y más joven COSTO: Gratis

### CASA ABIERTA **NUEVA**

Únase a nosotros para tomar una taza de café caliente mientras aprende sobre los diferentes programas que ofrecemos en nuestra ubicación de Thousand Palms y en todo el valle. ¡Queremos escuchar de USTEDES, nuestros valiosos miembros de la comunidad, sobre qué programas debemos implementar para hacer que Thousand Palms sea mejor!

FECHA: jueves 17 de febrero HORA: 9 a.m. – 1 p.m.  
EIDADES: Todas Edades COSTO: Gratis

## REUNIÓN DEL CONSEJO COMUNITARIO DE THOUSAND PALMS

El Consejo Comunitario de Thousand Palms se reúne el último jueves cada dos meses. Esta reunión está abierta al público para escuchar las últimas noticias que suceden en la comunidad de Thousand Palms por parte de funcionarios gubernamentales, autoridades locales y presentaciones especiales.

UBICACIÓN: Centro Comunitario Thousand Palms

DÍAS: jueves HORA: 6 p.m.

FECHA: para obtener más información, visite

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

## BAILE

### 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: En curso DÍA: martes

HORA Y EIDADES: 5 – 6 p.m., 3 – 10 años de edad  
6:15 – 7:15 p.m., 11 años o más

COSTO: \$40 por Mes

## SALUD Y ESTADO FISICO

### TITAN FITNESS

Los entrenamientos de Titan Fitness consistirán en cardio HIIT para aumentar la capacidad aeróbica y ejercicios de peso corporal para desarrollar la resistencia muscular. También se incluirán consejos sobre cómo elegir un estilo de vida saludable.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: jueves

HORA: 4:30 – 5 p.m. EIDADES: 7 – 13 años de edad

COSTO: Gratis gracias a la financiación de USDA Snap / CalFresh



### ZUMBA

Esta es la clase de gimnasia latina de la que todos están hablando. La música alegre te hará pasar a un baile de quema de calorías que es divertido y saludable para ti, independientemente de tu estado físico.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: lunes, miércoles, jueves

HORA: 7 – 8 p.m. EIDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$35 por Mes CUOTA DIARIA: \$5

# Thousand Palms

Para obtener información o para registrarse, visite [MyRecreationDistrict.com](http://MyRecreationDistrict.com) o llame al (760) 347-3484

## ARTES MARCIALES

### SHITO RYU KARATE DO

Karate Do es muy divertido y bastante desafiante. Nuestras clases pueden ayudar a los estudiantes a desarrollar fuerza, resistencia, flexibilidad y coordinación. El Karate está destinado a hacer que los participantes estén más en forma físicamente, sean más agudos mentalmente y encuentren el equilibrio en el “camino de la mano vacía”.

INSCRIPCIÓN: En curso a partir del 5 de enero

DÍAS: lunes y miércoles HORA: 5:45 – 6:45 p.m.

EDADES: 7 – 15 años de edad COSTO: \$60 por Mes

## PELICULAS

### PELÍCULAS EN EL PARQUE – NOCHES DE PELÍCULAS

Nos complace anunciar que estamos contentos de habernos asociado con  otras compañías de películas y poder traerle a Usted nuevas películas durante todo el año. Por favor consulte la lista en nuestra página de web [www.myrecreationdistrict.com/activities/movies](http://www.myrecreationdistrict.com/activities/movies). Para las películas actuales, títulos, ubicaciones, fechas y Horas. Por favor, tenga en cuenta que las películas pueden moverse dentro de casa durante las inclemencias del tiempo.

## PROGRAMA AL AIRE LIBRE

### ¡TOME UN DÍA DE CAMINATA! PUSHAWALLA PALMS LOOP

¡Llamando a todas las familias en Mecca para que vengan el DÍA DE “HACER UNA CAMINATA”! Esta será una caminata grupal organizada a través del hermoso Pushawalla Palms Loop en Thousand Palms; tenga en cuenta que debe estar registrado para unirse al grupo de excursionistas.

UBICACIÓN: <https://www.alltrails.com/trail/us/california/pushwalla-palms-loop> para obtener información adicional e indicaciones para llegar al sendero donde nos encontraremos.

FECHA: sábado 22 de enero

HORA: 8 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 8 años de edad o más (los participantes menores de 16 años deben estar acompañados por un padre inscrito)

COSTO: Gratis

## DEPORTES

### THOUSAND PALMS T-BALL LIGA INVIERNO 2022

Nos complace ofrecer una liga recreativa de T-Ball para jóvenes de 4 a 6 años. Este programa es parte de los programas recreativos del Distrito donde se enfatiza la diversión. La temporada comienza con dos o tres prácticas, seguidas de un partido por semana. **Visite el sitio web para obtener detalles completos.**



UBICACIÓN: Parque Comunitario de Thousand Palms

DÍAS/FECHAS: miércoles y jueves del 26 de enero al 31 de marzo

HORA: Empieza a las 6 p.m. - hora exacta a determinar por el entrenador del equipo

EDADES: 4 – 6 años de edad\*

COSTO: \$100

\*Los participantes se dividirán en grupos por edad, momento en el que se determinarán las horas de inicio por grupo

### THOUSAND PALMS YOUTH SOCCER WINTER 2022 LEAGUE

Nos complace ofrecer una liga recreativa de fútbol juvenil como parte de los programas recreativos del distrito donde se enfatiza la diversión. La temporada comienza con dos o tres prácticas, seguidas de un partido por semana. **Visite el sitio web para obtener detalles completos.**



UBICACIÓN: Parque Comunitario de Thousand Palms

DÍAS/FECHAS: lunes y martes del 24 de enero al 5 de abril

HORA: Empieza a las 6 p.m. - hora exacta a determinar por el entrenador del equipo

EDADES: 4 – 12 años de edad\*

COSTO: \$100

\*Los participantes se dividirán en grupos por edad, momento en el que se determinarán las horas de inicio por grupo

# 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.

**¡LEVÁNTESE DEL SOFÁ Y DISFRUTE DE MOMENTOS DIVERTIDOS Y DIVERTIDOS!**

### **BERMUDA DUNES**

**Centro Comunitario Bermuda Dunes**

78-400 Avenue 42, Bermuda Dunes

### **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**

**(Oasis of the Desert) 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**

**El primer tee del valle de Coachella**

74-945 Sheryl Drive, Palm Desert

**Parque universitario**

74-802 University Park Drive, Palm Desert

### **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



facebook.com/MyRecreationDistrict



instagram.com/MyRecreationDistrict



twitter.com/mydrd



# Financiero Programa de asistencia

Para obtener más información sobre cómo calificar para el Programa de asistencia financiera, visite [MyRecreationDistrict.com/financial-assistance](http://MyRecreationDistrict.com/financial-assistance) o pregúntele a un miembro del equipo DRD en uno de nuestros Centros Comunitarios, o llame (760) 347-3484.

Los programas, actividades y eventos del Distrito de Recreación del Desierto están abiertos a todos. Su Distrito de Recreación del Desierto trabaja en estrecha colaboración con las comunidades para brindar actividades y eventos recreativos que ofrecen beneficios económicos para la salud y el estado físico y son, sobre todo, ¡DIVERSIÓN!

Uno de nuestros objetivos es ayudar a las familias y las personas con asistencia financiera para que puedan participar en las actividades y programas del Desert Recreation District. El Distrito de Recreación del Desierto no quiere que ningún niño o adulto sea excluido de las oportunidades que podrían beneficiar en gran medida sus necesidades. Tómese un momento para revisar la tabla de Pautas de calificación de ingresos para ver si califica. Las calificaciones se basan en los límites de ingresos estatales de HUD 2021. Si sus ingresos son Extremadamente Bajos, 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 sus ingresos son Muy bajos, 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](http://MyRecreationDistrict.com) para descargar una aplicación, o pase a recoger una aplicación en la oficina del Distrito en Indio.

## Pautas de calificación de ingresos

TAMAÑO DE LA FAMILIA	INGRESOS EXTREMADAMENTE BAJOS	INGRESOS MUY BAJOS
1	\$16,600	\$27,650
2	\$19,000	\$31,600
3	\$21,960	\$35,550
4	\$26,500	\$39,500
5	\$31,040	\$42,700
6	\$35,580	\$45,850
7	\$40,120	\$49,000
8	\$44,660	\$52,150
<b>DESCUENTO</b>	<b>75%</b>	<b>50%</b>



AYUDARNOS A APOYARNOS EN NUESTRA BÚSQUEDA DE BRINDAR OPORTUNIDADES SALUDABLES A NUESTRAS COMUNIDADES LOCALES

★ Done hoy! ★

### NUESTRO MISION

Enriquecer y preservar la 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.

Desert Recreation Foundation sirve como el brazo de recaudación de fondos para ayudar a apoyar el Desert Recreation District. Trabajamos para garantizar que la programación, los eventos y las actividades que ofrecemos contribuyan al bienestar de todos los residentes del Valle de Coachella, independientemente de sus finanzas, y los ayudamos a desarrollar estilos de vida saludables para el bien de las familias y las comunidades a las que servimos.

Ayude a marcar la diferencia haciendo una donación financiera que contribuirá al inicio de nuevos desarrollos, la renovación de parques e instalaciones, así como al mantenimiento de las actividades recreativas en curso para nuestras comunidades. La financiación ayudará con la compra de nuevos equipos y mantendrá seguros los centros comunitarios / recreativos, las piscinas y los parques actuales.

Si disfruta de la interacción con la comunidad, conviértase en voluntario y done su tiempo en un área que signifique algo especial para usted. Hay muchas actividades y programas que necesitan su apoyo, ¡así que únase hoy!

¡Puede marcar la diferencia donando hoy!

Done hoy visitando: [DesertRecreationFoundation.org](http://DesertRecreationFoundation.org)



PRESORTED STD  
US POSTAGE  
PAID  
PALM DESERT, CA  
PERMIT NO 149

¡Aquí tiene la oportunidad de hacer algunas compras navideñas finales mientras le quitamos a los niños de las manos! Deje a los niños con nosotros y los mantendremos entretenidos mientras usted va y maneja los últimos detalles para las vacaciones.

#### FECHAS Y LUGARES:

Bermuda Dunes Community Center, 20 y 21 de diciembre de 2021  
La Quinta Community Center, 22 y 23 de diciembre de 2021

**TIEMPO:** 12 – 5 p.m. **SIGLOS:** 4 – 12 años de edad

**TARIFA:** \$20 por día por niño con registro anticipado  
\$25 por día por niño para visitas sin cita previa  
(espacio que permite)



## Eggstravaganzas



¡Ven a saltar por el sendero de los conejos y únete a la diversión en algunas de las mejores cacerías de huevos de Pascua en el Valle de Coachella! Nuestras Eggstravaganzas incluyen muchas actividades divertidas como pintura facial, carreras de sacos de papas, concurso de hula-hoop y más, así que traiga su canasta de Pascua y diríjase al lugar más cercano a usted. 

*Los niños se dividirán por grupos de edad para la búsqueda de huevos de Pascua. Cada grupo de edad tendrá la oportunidad de encontrar huevos.*

0 a menos de 2 años (los huevos se indican en la tabla de información)  
De 2 a 4 años • De 5 a 7 años • De 8 a 12 años\*

*\*Para garantizar la seguridad de todos los niños que participan en la búsqueda de huevos, no corra en el área de búsqueda de huevos. Por favor, no hay padres en el área de búsqueda de huevos.*

**SIGLOS:** 12 años o menos • **TARIFA:** Gratis

**FECHA:** Sábado 16 de abril

**UBICACIÓN Y HORA:**

Parque comunitario de Bagdouma, de 11 a.m. – 12 p.m.

Parque del Centro Comunitario Indio, de 10 a.m. a 1 p.m.

Parque Comunitario Mecca, 11 a.m. – 2 p.m.

Parque Comunitario Thousand Palms, de 10 a.m. a 1 p.m.