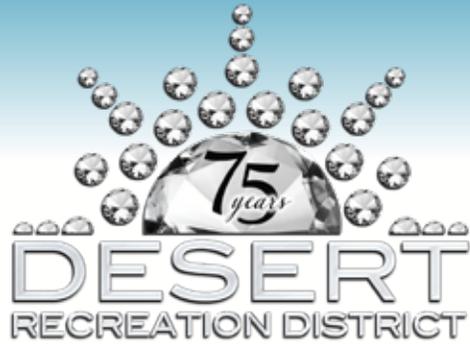




Guía de actividades y programas



MAYO • JUNIO • JULIO • AGOSTO 2025



Bienvenidos a la Guía de actividades y programas de Primavera/Verano 2025

Estimados miembros de la comunidad,

¡Ya está aquí! ¡N no solo hablamos del buen tiempo! ¡Hablamos de otra Guía de Actividades del Distrito Recreativo del Desierto repleta de diversión, con emocionantes programas, actividades y eventos para todas las edades y capacidades!

Esta guía es tu boleto a nuevas aventuras, ya sea que quieras refrescarte en una de nuestras piscinas, unirse a una liga deportiva, ser creativo en una clase de arte o probar algo totalmente nuevo. Con tantas opciones, no hay mejor momento para explorar, jugar y conectar con tu comunidad.

¡Siempre hay algo nuevo para descubrir! ¿Has visitado nuestro recién remodelado Centro Comunitario de Palm Desert? Si no, este es el momento perfecto para descubrir su nueva imagen y sus emocionantes programas. Además, esta temporada está repleta de eventos especiales, desde celebraciones navideñas hasta experiencias únicas como nuestros viajes Coastal Encounter. ¡Una manera perfecta de salir y explorar más allá de nuestro increíble valle!

Este año, continuamos celebrando 75 años sirviendo a nuestras increíbles comunidades. Nos sentimos honrados de formar parte de las aventuras de su familia, ayudándoles a crear momentos de alegría, conexión y nuevos amigos a lo largo del camino. Gracias por permitir que DRD forme parte de su viaje y el de su familia. ¡Nos sentimos honrados de celebrar este hito con ustedes!

Nos vemos,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Kevin Kalman'.

Kevin Kalman

Gerente General, Desert Recreation District



Tabla de Contenido

Bermuda Dunes.....	4–5	North Shore	43–45
Cathedral City.....	6–8	Oasis.....	46
Coachella.....	9–14	Aventura al aire libre	62
Golf.....	56	Palm Desert	47–55
Indian Wells.....	15	Rancho Mirage.....	57
Indio	16–30	Thermal.....	58–59
Indio Hills.....	31	Thousand Palms.....	60–61
La Quinta	32–37	Donde Estamos	65
Mecca.....	38–42	Fundación de recreación del desierto ...	66–67

45–305 Oasis Street | Indio, California 92201 | P: (760) 347–3484 | F: (760) 347–4660 | Fun@MyRecreationDistrict.com

Información General

■ DESCUENTOS

Actualmente, no podemos ofrecer descuentos a familiares adicionales, como el segundo o tercer hijo, en nuestros programas extraescolares. Nos esforzamos por ofrecer el mejor precio a todos nuestros huéspedes. Por lo tanto, hemos establecido nuestros precios al mejor precio posible, lo cual no permite descuentos.

■ ERRORES

Si bien hacemos todo lo posible para garantizar la precisión de la información de nuestros programas, ocasionalmente pueden ocurrir errores, por lo que recomendamos llamar para verificar la información. Nos disculpamos si hemos cometido algún error en esta o en alguna de nuestras publicaciones. NOTA: Todos los programas están sujetos a cambios sin previo aviso.

■ HONORARIOS

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

■ HORAS

Nuestro horario de atención varía según la ubicación del Centro Comunitario, la actividad y otros factores, como la época del año y los eventos especiales. Debido a estas variaciones, le recomendamos llamar a nuestra Oficina Administrativa al (760) 347-3484 para consultar el horario de atención en cada ubicación.

■ FOTOGRAFÍAS Y VÍDEOS

El Distrito Recreativo del Desierto (DRD) se reserva el derecho de fotografiar y grabar las instalaciones, actividades, programas y participantes de eventos especiales para su posible uso futuro. Todas las fotografías y vídeos, ya sean digitales o impresos, serán propiedad del DRD y solo podrán utilizarse con fines publicitarios o promocionales.

■ POLÍTICA DE REEMBOLSO/PRORRATEO/COMPENSACIÓN

Solo se otorgan reembolsos si el Distrito Recreativo del Desierto cancela un programa o clase. Lo sentimos; sin embargo, no podemos ofrecer clases de recuperación ni cuotas prorrateadas por las clases perdidas si no puede asistir a todas, ya que le hemos reservado un cupo y posiblemente hayamos rechazado a otras personas debido a su inscripción.



Bermuda Dunes

Por favor tenga en cuenta: Todas las actividades tienen lugar en el Centro Comunitario de Bermuda Dunes, a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad siguiente.

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

Bermuda Dunes Community Center



78-400 Avenue 42, Bermuda Dunes, CA 92203
(760) 347-3484
HORA: Ver actividades por horarios/días



DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

FITNESS ADAPTATIVO –

HÍBRIDO (se ofrecen clases en línea y presenciales)

Únase a nosotros para una sesión de entrenamiento con opciones para todos los niveles de habilidad. La clase se centra en la fuerza y el acondicionamiento con el uso de un equipo mínimo.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves HORA: 10 – 11 a.m.

EDADES: 16 años o más con discapacidad o necesidades especiales

COSTO: Gratis

GIMNASIA ADAPTATIVA

Las clases se centran en la estimulación propioceptiva, vestibular y de presión profunda para involucrar a los participantes en un entorno estructurado. Nuestros instructores adaptativos trabajarán con las necesidades individuales del pequeño grupo del programa.

INSCRIPCIÓN: En curso

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

EDADES: 4 a 10 años con discapacidad o necesidades especiales

COSTO: \$35 por Mes



MÚSICA ADAPTATIVA

¡Únete a nosotros para crear música con instrumentos diseñados para todos los cuerpos! Esta clase de Música Adaptativa incorpora movimiento, ritmo y mucha diversión.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes HORA: 1 – 2 p.m.

EDADES: 10 años o más con

discapacidad o necesidades especiales

COSTO: \$35 por Mes



FITNESS SENTADO ADAPTATIVO –

HÍBRIDO (se ofrecen clases en línea y presenciales)

¡Únete a nuestra clase de fitness para adultos, en línea o presencial! La clase se centra en la fuerza y el acondicionamiento físico con el uso de equipo mínimo en posición sentada.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes HORA: 10 – 11 a.m.

EDADES: 16 años o más con discapacidad o necesidades especiales

COSTO: Gratis

ESTIRAMIENTO ADAPTATIVO Y FORTALECIMIENTO

¡Únete a nosotros para estirarte y relajarte! El programa incorpora una serie de estiramientos dinámicos y técnicas de respiración para promover la relajación muscular y la flexibilidad, utilizando un enfoque de integración sensorial.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes HORA: 10 – 10:45 a.m.

EDADES: 10 años o más con discapacidad o necesidades especiales

COSTO: \$35 por Mes



Bermuda Dunes

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

HORA DEL CAFÉ PARA PADRES

Un grupo de apoyo entre pares para padres y tutores de niños con necesidades especiales, ofrecido por Olive Tree OT, Building Bridges y Desert Recreation District. Criar niños y adultos con necesidades especiales puede ser una gran alegría, pero también puede presentar desafíos únicos.

Comparte tu experiencia con otros padres que la comprenden y comparte recursos.

Es necesario inscribirse. Para inscribirse en el programa, envíe un correo electrónico a Paloma@olivetreoot.com.

FECHAS: martes 22 de julio, 26 de agosto

HORA: 10:30 – 11:30 a.m. EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis



ARTES Y MÚSICA

PIANO PRINCIPIANTE

Los estudiantes aprenderán piano básico en clase, usando un teclado. Aprenderán notas y ritmo mientras tocan, así como escalas y posiciones de las manos.

¡Únanse a nosotros para aprender el hermoso lenguaje universal de la música!

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves HORA: 4 – 5 p.m.

EDADES: 6 – 16 años de edad

COSTO: \$85 por Mes



BAILE

BAILA, JUEGA Y FINGE

Su hijo disfrutará de juegos divertidos e imaginativos mientras aprende música, baile y movimientos básicos de ballet. Esta clase se centra en el movimiento, la coordinación y la creatividad en un ambiente enriquecedor. Las niñas necesitan ropa de baile y zapatillas de ballet; los niños necesitan camiseta, pantalones cortos y calcetines.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes HORA: 5:30 – 6:15 p.m.

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

SALUD Y ESTADO FISICO

YOGA SUAVE PARA ADULTOS ACTIVAS

En Yoga suave para adultos activos, utilizamos un enfoque holístico y terapéutico para promover el bienestar general, la longevidad, el rejuvenecimiento y la relajación utilizando una variedad de técnicas y posturas de yoga.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves HORA: 9 – 9:45 a.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$55 por Mes o \$16 por Clase



REUNIONES DEL CONSEJO COMUNITARIO DE BERMUDA DUNES

El Consejo Comunitario se reúne a las 6 p.m. los jueves 12 de septiembre y 14 de noviembre.

El público puede asistir.

Por favor consulte en www.Rivco4.org antes de asistir a las reuniones que se pueden realizar vía ZOOM.

Gracias.

Cathedral City

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

Cathedral City High School Swimming Pool



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

HORA: Ver actividades por horarios/días



CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

KIDS CLUB – RIVER CANYON

En colaboración con Hope through Housing, este Club Infantil es exclusivo para los niños y adolescentes que residen en el Complejo de Apartamentos River Canyon. Este programa ofrece mentoría, un refrigerio saludable, ayuda con las tareas y actividades que apoyan el enriquecimiento académico. Este programa también está diseñado para involucrar a los adolescentes, promover la comunicación abierta, superar las diferencias multiculturales y fomentar el desarrollo del liderazgo

Tenga en cuenta: Durante las fechas de la sesión de verano entre el 13 de junio y el 1 de agosto, en lugar de ayuda con las tareas, el enfoque incluirá temas como cocina, manualidades y actividades científicas.

UBICACIÓN: River Canyon Apartment Complex
(área del programa)

DÍAS, HORA Y FECHAS:

De lunes a viernes, 3 – 6 p.m.

1 – 31 de mayo • 1 – 7 de junio • 7 – 30 de agosto

Martes y jueves, 1 – 4 p.m.

11 – 27 de junio • 2 – 30 de julio

EDADES: 5 – 17 años de edad

COSTO: Gratis



ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA



Cathedral City

La Ciudad de la Ciudad Catedral tiene becas completas disponibles debido a la generosidad del Ayuntamiento de la Catedral. Las becas están disponibles por orden de llegada.

TODAS LAS ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA ENUMERADAS EN ESTA SECCIÓN SE LLEVARÁN A CABO EN CATHEDRAL CITY HIGH SCHOOL

TARIFAS DE ENTRADA:

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

ADULTOS: \$4

HORARIO DE PISCINA: primer día – lunes 9 de junio

Último día – sábado 2 de agosto

LUNES - JUEVES:

8 – 8:45 a.m. (Ejercicios acuáticos/Natación libre)

9 – 11 a.m. (Clases para jóvenes/Natación libre)

1:45 – 3:45 p.m. (Ejercicios acuáticos/Natación libre)

VIERNES:

8 – 11:45 a.m. (Natación de entrenamiento/natación abierta)

1:45 - 3:45 p.m. (Natación abierta)

SÁBADOS:

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

DOMINGO:

Cerrado

EVENTO ESPECIAL EN PISCINA

Únase a nosotros el viernes 13 de junio para el **“Viernes de natación libre”** de las 1:45 – 3:45 p.m.

DÍA DE NATACIÓN GRATUITA PARA VETERANOS



Los veteranos tendrán la oportunidad de nadar gratis por la tarde y la noche del viernes 4 de julio.

Cathedral City

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

PELÍCULAS SUMERGIDAS

Familias y amigos de todas las edades disfrutarán de una película familiar gratis en la piscina. No se necesitan entradas; solo vengan a disfrutar de una película divertida, incluso desde la comodidad del agua en una noche de verano.

FECHAS Y PELÍCULA:

sábado 21 de junio • The Little Mermaid

sábado 19 de julio • Sonic 3

HORA: 7:30 – 10:30 p.m. EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis



COMPETENCIA DE NATACIÓN ABIERTA – ADULTOS

¡Únete a nosotros en la 1.ª Competencia Anual de Natación Abierta del Distrito Recreativo del Desierto! Este evento divertido y relajado es perfecto para adultos de todos los niveles. Para más información, contacta con el director de la competencia, Nicholas Torres, en Nitorres@drd.us.com

Último día de inscripción: 13 de julio

FECHA: viernes 18 de julio HORA: 8 a.m. – 1 p.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$20 Inscripción

DÍA DE LA SEGURIDAD ACUÁTICA CON LENNY THE LAND SHARK

¡Únete a nosotros para una divertida e interactiva sesión de seguridad acuática con Lenny, el tiburón terrestre! Aprende sobre seguridad en el agua y el sol, chalecos salvavidas, seguridad en piscinas y canales, y cómo pedir ayuda. Se proporcionarán libros para colorear de Lenny.

FECHA: miércoles 16 de julio HORA: 2 – 3 p.m.

EDADES: 3 – 11 años de edad COSTO: Gratis

WORLD'S LARGEST SWIM LESSON

Participe en una misión global con DRD y el equipo WLSL, reuniendo a decenas de miles de personas de cientos de comunidades de todo el mundo para participar en la misma lección el 20 de junio para generar conciencia sobre el ahogamiento y el hecho de que la natación es una habilidad vital para salvar vidas que todo niño debería aprender.

FECHA: jueves 26 de junio HORA: 7 – 9 p.m.

EDADES: 6 meses – 17 años de edad COSTO: Gratis

ENCUENTRO DE NATACIÓN JUVENIL

¡Únete al 1.er Torneo Anual de Natación Juvenil del Distrito Recreativo del Desierto! Prepárate para la natación competitiva, mejora tus brazadas y disfruta de la convivencia en equipo en un ambiente divertido y social. Si tienes alguna pregunta, contacta con el director del torneo, Nicholas Torres en Nitorres@drd.us.com. **Último día de inscripción: 20 de julio**

FECHA: viernes 25 de julio HORA: 8 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 8 – 14 años de edad COSTO: \$20 Inscripción

NATACIÓN ADAPTATIVA

JUEGO DE CHAPOTEO ADAPTABLE

Las personas con discapacidad o necesidad especial pueden unirse a una natación abierta temprana, lo que brinda la oportunidad de practicar habilidades de natación y divertirse con amigos y familiares.

FECHAS: 13 de junio – 4 de julio • 11 – 25 de julio

DÍAS: viernes HORA: 4 – 4:45 p.m.

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

COSTO: Gratis



CLASES DE AGUA PARA ADULTOS

AERÓBICOS ACUÁTICOS PARA ADULTOS

El aquagym está diseñado como un entrenamiento a intervalos de alta intensidad que incorpora el uso de peso corporal, pesas de agua y flotadores. No se requiere saber nadar.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$60 por Sesión HORA: 8 – 8:45 a.m.

DÍAS Y FECHAS:

lunes y miércoles: 9 de junio – 2 de julio • 7 – 30 de julio

CLASE DE CHAPOTEO PARA PERSONAS MAYORES

Senior Splash es un programa que anima a los adultos mayores a participar en actividades físicas que les ayudarán a mantener un mayor control de su salud.

EDADES: 62 años de edad y más

COSTO: \$35 por Sesión HORA: 8 – 8:45 a.m.

DÍAS Y FECHAS:

martes y jueves: 10 de junio – 3 de julio • 8 – 31 de julio

Cathedral City

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

ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA

CLASES DE NATACIÓN INFANTIL Y JUVENIL

El costo de todas las siguientes clases es \$70 por sesión, las clases se llevan a cabo los lunes, martes, miércoles y jueves, y las fechas de las sesiones de lecciones de natación son las siguientes, a menos que se indique lo contrario:

SESIÓN 1: 9 - 19 de junio SESIÓN 3: 7 - 17 de julio
SESIÓN 2: 23 de junio - 3 de julio SESIÓN 4: 21 - 31 de julio

LECCIONES DE NATACIÓN INFANTIL

Nuestras clases de natación para bebés les ayudan a sentirse cómodos dentro y fuera del agua, ¡y a desarrollar una pasión por las actividades acuáticas para toda la vida! Los padres aprenden las habilidades básicas con sus hijos, y un adulto debe acompañarlos en el agua.

Clases para padres y yo:

EDADES: 6 meses - 3 años de edad
HORA: 9 - 9:45 a.m. **O** 11 - 11:45 a.m.

CLASES DE NATACIÓN PREESCOLAR

¡Sã nadezi! A esta edad, los niños que se sienten cómodos cerca del agua conocen los fundamentos de una natación segura y eficaz.

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

EDADES: 3 - 6 años de edad
HORA: 9 - 9:45 a.m. **O** 10 - 10:45 a.m. **O** 11 - 11:45 a.m.



CLASES DE NATACIÓN DE ESCUELA PRIMARIA

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

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

Pingüinos 1 EDADES: 6 ½ - 9 años de edad

Pingüinos 2 EDADES: 8 - 12 años de edad

Pingüinos 1 & 2 HORA: 9 - 9:45 a.m. **O**

10 - 10:45 a.m.



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

EDADES: 6 ½ - 12 años de edad

HORA: 10 - 10:45 a.m.



BARRACUDAS: El crol frontal, el crol posterior, la espalda, la braza y la patada lateral, junto con la pisada del agua, hacen que esta clase sea divertida a medida que los niños agudizan y amplían sus habilidades de natación.

EDADES: 7 - 13 años de edad

HORA: 11 - 11:45 a.m.



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

EDADES: 8 - 14 años de edad

HORA: 11 - 11:45 a.m.



DEPORTES ACUÁTICOS WATERPOLO JUVENIL

El waterpolo es un deporte divertido y dinámico, centrado en la estrategia de equipo. En esta clase, los participantes aprenderán tiros, pases y técnicas defensivas/ofensivas. Los nadadores deben ser capaces de mantenerse a flote y nadar dos largos de la piscina sin parar.

FECHAS: 13 de junio - 11 de julio

DÍAS: viernes HORA: 10 a.m. - 12 p.m.

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



Coachella

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

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

Bagdouma Park Community Center



51-251 Douma Street, Coachella, CA 92201
(760) 501-8120

CUANDO: lunes, miércoles, jueves, viernes: 2:30 – 6 p.m.
martes: 3 – 7:30 p.m.
sábado y domingo: cerrado

Bagdouma Community Pool



84-599 Avenue 52, Coachella, CA 92236
(760) 347-3484

Reserve alquileres de primavera y verano ahora

50+ ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

50+ FUERTE

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

INSCRIPCIÓN: En curso

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

EDADES: 50 años de edad y más

COSTO: Gratis

VIERNES DE BIENESTAR PARA PERSONAS MAYORES

Los Viernes de bienestar para personas mayores incorporarán lecciones y actividades basadas en el bienestar todos los viernes alternando entre nutrición, acondicionamiento físico, caminatas/ caminatas y meditación/ estiramiento.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes

HORA: 8:30 – 9:30 a.m.

EDADES: 50 años de edad y más

COSTO: Gratis -

Financiado por Transformative Climate Communities



ARTES Y MÚSICA

CLASE DE ARTE EN COACHELLA

Este programa permite a las familias expresar su creatividad y mejorar el bienestar emocional, aprendiendo a pintar, dibujar y más con una guía paso a paso, sin necesidad de experiencia.

FECHA: lunes 4 de agosto HORA: 5:30 – 7 p.m.

EDADES: 9 años de edad y más

COSTO: Gratis - Financiado por Transformative Climate Communities



GUITARRA – PRINCIPIANTE

Aprende a leer diagramas de acordes y tablaturas, además de perfeccionar tu rasgueo, ritmo, punteo, afinación y posición correcta de la guitarra. No se requiere experiencia musical.

INSCRIPCIÓN: mayo y agosto

DÍAS: jueves HORA: 5:15 – 6:15 p.m.

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

PIANO – PRINCIPIANTE

Los estudiantes aprenderán piano en un ambiente de clase, usando el teclado. Aprenderán notas y ritmo mientras tocan, además de aprender el comienzo de escalas y posiciones de las manos, todo en el teclado.

INSCRIPCIÓN: mayo, junio, julio DÍAS: martes

HORA: 5:30 – 6:30 p.m. EDADES: 7 – 16 años de edad

COSTO: \$70 por Mes

Coachella

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

CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

CLUB DE NIÑOS – LAS CASAS

En asociación con la Coalición de Vivienda del Valle de Coachella, este club infantil es exclusivamente para los residentes de Las Casas Apartments. Este programa extracurricular, en un ambiente seguro, brinda tutoría, un refrigerio saludable, ayuda con la tarea y actividades que apoyan el enriquecimiento académico. Para más información contactar a Erika Castellanos al (760) 347-3484.



UBICACIÓN: Apartamentos Las Casas

FECHAS: Continuo durante el calendario del año escolar de CVUSD (se pueden excluir los días festivos)

HORA: 2:30 – 6 p.m. **DÍAS:** martes – viernes

EDADES: 5 – 17 años de edad **COSTO:** Gratis

LÍDERES EN FORMACIÓN

El programa Líderes en Formación (LIT) ayuda a estudiantes de preparatoria a desarrollar habilidades de liderazgo mediante talleres, experiencias prácticas y visitas a universidades, empresas y centros comunitarios. Los temas incluyen metas universitarias y profesionales, habilidades para la vida y participación comunitaria. Cupo limitado.

FECHAS: lunes, miércoles, viernes, 21 de julio – 8 de agosto

HORA: 8 a.m. – 1 p.m. **EDADES:** 13 – 17 años de edad

COSTO: \$75 por Participante

CAMPAMENTO DE VERANO

El campamento de verano comienza de inmediato con divertidas y animadas actividades guiadas por nuestro increíble personal. Los campistas tienen la



oportunidad de aprender nuevas habilidades y fortalecer su autoestima mediante actividades deportivas, manualidades creativas y juegos en grupo.

EDADES: 5 – 11 años de edad (El niño debe haber completado un año COMPLETO de jardín de infantes)

DÍAS: lunes – viernes (Días festivos excluidos)

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

MEDIO DÍA - HORA: 12 – 5:30 p.m.

10

CAMPAMENTO DE VERANO CONTINUADO

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

SESIÓN 1: 16 de junio – 3 de julio • \$336

SESIÓN 2: 7 al 21 de julio • \$360

SESIÓN 3: 28 de julio – 15 de agosto • \$360

CUOTAS SEMANALES: (las sesiones semanales comienzan el 16, 23 y 30 de junio, 7, 14, 21 y 28 de julio, 4 y 11 de agosto) \$140 por sesión de 1 semana (costo promedio)

\$80 por sesiones de 1 semana por medio día

COSTO POR DÍA: \$30 por día completo

(no hay visitas disponibles en los días de excursión)

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

EVENTOS DE LA COMUNIDAD

DISTRIBUCIÓN DE ALIMENTOS EN COACHELLA

La subvención Comunidades Climáticas

Transformadoras permite al DRD

proporcionar alimentos a 100 familias

preinscritas en Coachella. La distribución comienza

a las 10 a.m. hasta agotar existencias.

FECHA: sábado 7 de junio

HORA: 10 a.m. – 1 p.m. **EDADES:** Todas las edades

COSTO: Gratis - Financiado por Transformative Climate Communities



CELEBRACIÓN DEL 4 DE JULIO – CIUDAD DE COACHELLA

Acompañenos a la Celebración del Día de la Independencia en el Parque Bagdouma de Coachella, con fuegos artificiales, juegos, puestos de comida, música en vivo y diversión para toda la familia. Para más información, visite Coachella.org o llame al 760-501-8100.

UBICACIÓN: Bagdouma Park en Coachella

FECHA: jueves 3 de julio **HORA:** 6:30 – 10 p.m.

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



BAILE

BALLET PRINCIPIANTE

Los bailarines aprenderán los pasos básicos del ballet y las posiciones iniciales. Esta clase está diseñada para mejorar la coordinación y el equilibrio de los niños, a la vez que les enseña a apreciar e interpretar la música.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes **HORA:** 5:30 – 6:15 p.m.

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

Coachella

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

BAILA, JUEGA Y FINGE

Esta clase enseña movimiento y coordinación, utilizando la fantasía y la imaginación. Se requieren zapatillas de ballet para las niñas; camiseta, pantalones cortos y calcetines para los niños.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: jueves
HORA: 4 – 4:45 p.m. EDADES: 2 ½ – 5 años de edad
COSTO: \$42 por Mes

BALLET FOLKLORICO

Aprenda los diversos estilos de danza cultural originarios de México. La coreografía refleja la diversa composición étnica de México a través de pasos de baile con influencias de las culturas española, europea, africana y caribeña.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: martes
HORA Y EDADES: 5:30 – 6:30 p.m. • 3 – 5 años de edad
6:35 – 7:35 p.m. • 5½ – 8 años de edad
COSTO: \$55 por Mes
(los zapatos y el vestido se pueden comprar con el instructor)



SALUD Y ESTADO FISICO

ADULTOS - CLASE DE COCINA NUTRICIONAL

Aprende a cocinar comidas nutritivas y a desarrollar hábitos saludables en esta clase de cocina para adultos. Mejora tu estilo de vida y el bienestar de tu familia con habilidades y consejos prácticos.

FECHA: lunes 5 de mayo HORA: 6:30 – 8 p.m.
EDADES: 18 años de edad y más
COSTO: Gratis - Financiado por Transformative Climate Communities



BAILE LATINO FITNESS

¡Mueve las caderas y suda a tope con Latin Dance Fitness! Latin Dance Fitness es un entrenamiento divertido y completo que combina baile y movimientos cardiovasculares con música latina y hip-hop.

***Nota: Hay una beca del 50% disponible para residentes de Coachella gracias a la subvención de Comunidades Climáticas Transformativas. Para recibir la beca, es necesario inscribirse en persona y presentar comprobante de residencia en Coachella.**



BAILE LATINO FITNESS CONTINUADO

INSCRIPCIÓN: En curso
DÍAS: miércoles HORA: 5:30 – 6:30 p.m.
EDADES: 18 años de edad y más COSTO: \$25 por Mes*



PELICULAS

PELÍCULAS EN EL PARQUE

Nos complace colaborar con la Ciudad de Coachella para ofrecerles Cine en el Parque. ¡Traigan sus mantas y sillas de camping y acompáñennos a ver una película todos los viernes de mayo! También pueden consultar nuestro sitio web MyRecreationDistrict.com/movies para obtener la información más actualizada.

UBICACIÓN: Bagdouma Park – Al aire libre
FECHAS Y PELÍCULAS: 2 de mayo – Sonic the Hedgehog 3
9 de mayo – Moana 2 • 16 de mayo – Mufasa: The Lion King
23 de mayo – Transformers 1
DÍAS: viernes HORA: 7:30 – 10 p.m.
EDADES: Todas las edades
COSTO: Gratis



INTERÉS ESPECIAL

NOCHES SOCIALES PARA ADOLESCENTES

Nos entusiasma colaborar con la Ciudad de Coachella para organizar una serie de emocionantes Noches Sociales para Adolescentes. ¡No se pierdan este divertido evento para crear, conectar y relajarse en un ambiente amigable y solidario!

FECHAS Y EVENTOS: 15 de mayo: Noche de pizza y pintura
10 de julio: Networking y relajación
12 de junio: Noche de micrófono abierto
14 de agosto: Noche de juegos
EDADES: 13 – 18 años de edad DÍAS: jueves
HORA: 5 – 6:30 p.m. COSTO: Gratis



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

DEPORTES

BALONCESTO

ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO

Esta clase te ofrece ejercicios e instrucción de calidad que te ayudarán a desarrollar tus habilidades de baloncesto a cargo de instructores entusiastas.

UBICACIÓN: Parque Bagdouma

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes HORA: 5 – 6 p.m.

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



VOLEIBOL PRINCIPIANTE – COED

Esta clase inicial 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 el balón.

UBICACIÓN: Parque Bagdouma

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: miércoles

HORA: 5 – 6 p.m.

EDADES: 7 – 13 años de edad

COSTO: \$40 por Mes



***Nota: Para los novatos de T-Ball, las pequeñas estrellas del fútbol y los niños pequeños de fútbol, hay una beca del 50% disponible para los residentes de Coachella gracias a la subvención para**

comunidades climáticas transformadoras. Es necesario inscribirse en persona y presentar un comprobante de residencia en Coachella para recibir la beca.

T-BALL

T-BALL ROOKIES

T-Ball Rookies está orientado a ayudar a los atletas jóvenes a desarrollar habilidades de béisbol de nivel principiante.

La clase incluye fundamentos básicos como atrapar, lanzar, postura de bateo y correr bases. Los atletas deben traer su propio guante y pueden traer su propio bate y casco.



T-BALL ROOKIES CONTINUADO

UBICACIÓN: Parque Bagdouma

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes HORA: 5:30 – 6:15 p.m.

EDADES: 4 – 6 años de edad COSTO: \$30 por Mes

FÚTBOL

TINY SOCCER STARS

Nuestros instructores enseñarán a los niños los fundamentos iniciales del deporte del fútbol, que incluyen pasar, atrapar, disparar y defender. Este programa es ideal para participantes que tienen poca o ninguna experiencia en fútbol.



INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: miércoles HORA: 6 – 6:45 p.m.

EDADES: 4 – 7 años de edad

COSTO: \$30 por Mes*

TODDLER & ME SOCCER

Únase a nosotros para actividades divertidas de fútbol, ejercicios y actividades para niños pequeños. y juegos. Es una maravillosa oportunidad para enseñarle a su hijo cómo socializar y estimular el desarrollo del cerebro a través del juego activo.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: miércoles HORA: 5:30 – 6 p.m.

EDADES: 2 – 4 años de edad

COSTO: \$20 por Mes*

CLÍNICA DE BÉISBOL JUVENIL

Los instructores enseñarán habilidades de béisbol como atrapar, lanzar, batear, correr bases y fundamentos del juego. Este programa es perfecto para principiantes. Los atletas deben traer un guante; se recomienda usar un bate y un casco.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes HORA: 6:15 – 7:15 p.m.

EDADES: 7 – 10 años de edad

COSTO: \$40 por Mes



Coachella

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

CLÍNICA DE FÚTBOL DE BANDERA JUVENIL

Esta clase enseña habilidades básicas como pasar, atrapar, correr y halar la bandera en un ambiente divertido y de apoyo. Entrenadores experimentados se centran en el desarrollo de habilidades, el trabajo en equipo y la deportividad, ayudando a los jugadores a desarrollar confianza y pasión por el juego.

INSCRIPCIÓN: mayo, junio

DÍAS: miércoles HORA: 6 – 7 p.m.

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

¡LAS LIGAS DEPORTIVAS DE EAST VALLEY LLEGARÁN PRONTO!

Baloncesto • Béisbol • Fútbol americano • Fútbol (Ya en la temporada 3)



ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA

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

TARIFAS DE ENTRADA:

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

ADULTOS: \$4

FECHAS Y HORARIOS DE LA PISCINA:

Primer día – 9 de junio • Último día – 1 de septiembre
(Las horas se reducirán a fines de semana solo a partir del 17 de agosto)

LUNES – JUEVES:

12:30 – 3:30 p.m. (Natación libre/ Natación abierta)

4 – 6 p.m. (Clases para jóvenes)

7 – 9 p.m. (Natación libre/ Natación abierta)

VIERNES: 12:30 – 4 p.m. & 6 – 9 p.m. (Natación abierta)

SÁBADOS: 12:30 – 4 p.m. (Natación abierta)

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

5 – 9 p.m. (Natación abierta)

DOMINGOS: 2:30 – 4 p.m. & 5 – 9 p.m. (Natación abierta)

4 – 5 p.m. (Splash Play adaptable)

EVENTO ESPECIAL EN LA PISCINA

Únase a nosotros el viernes 13 de junio para el **“Viernes de natación libre”** de 5 – 9 p.m.

¡Celebración del Día de la Independencia de la ciudad de Coachella!

Únase a nosotros el jueves 3 de julio para nadar por la noche de 7 – 10 p.m.



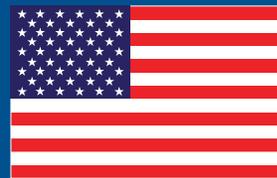
¡La operación SPLASH ha vuelto!

¡COMIENZA LA OPERACIÓN SPLASH!

➡ Sábado 7 de junio • 9 a.m. a 12 p.m. en la piscina comunitaria de Bagdouma ⬅



Hay becas disponibles para clases gratuitas de natación para jóvenes patrocinadas por Kaiser Permanente. Para solicitarlas, visite MyRecreationDistrict.com/swim-water-programs y busque la SOLICITUD DE OPERATION SPLASH.



DÍA DE NATACIÓN GRATUITA PARA VETERANOS

Los veteranos tendrán la oportunidad de nadar gratis por la tarde y la noche del viernes 4 de julio.

EVENTOS DE PISCINA COMUNITARIA

DÍA DE LA SEGURIDAD ACUÁTICA CON LENNY EL LANDSHARK

¡Únete a nosotros en una divertida e interactiva sesión de seguridad acuática con Lenny, el tiburón terrestre! Aprende sobre seguridad en el agua y el sol, chalecos salvavidas, seguridad en piscinas y canales, y cómo pedir ayuda. Se proporcionarán libros para colorear con Lenny.

FECHA: miércoles 16 de julio HORA: 2 – 3:30 p.m.

EDADES: 3 – 11 años de edad COSTO: Gratis

WORLD'S LARGEST SWIM LESSON

Participe en una misión global con DRD y el equipo WLSL, reuniendo a decenas de miles de personas de cientos de comunidades de todo el mundo para participar en la misma lección el 26 de junio para generar conciencia sobre el ahogamiento y el hecho de que la natación es una habilidad vital para salvar vidas que todo niño debería aprender.

FECHA: jueves 26 de junio HORA: 7 – 9 p.m.

EDADES: 6 meses – 17 años de edad COSTO: Gratis 13

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



ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA

PASES DE NATACIÓN PARA RESIDENTES DE COACHELLA

Presente su solicitud en nuestro sitio web en la sección PROGRAMAS DE NATACIÓN Y AGUA después de las 8:30 a.m., hora del Pacífico, el 19 de mayo de 2025.



Se ofrecerán hasta 300 pases de natación libre para los residentes de Coachella, por orden de llegada. Los pases otorgan acceso gratuito a la Piscina Comunitaria de Bagdouma del 9 de junio al 1 de septiembre. Para participar, los residentes deben presentar una factura de servicios públicos o tres envíos de correo y una identificación con foto o licencia de conducir.

NATACIÓN ADAPTATIVA

JUEGO DE CHAPOTEO ADAPTABLE

Open Swim da la bienvenida a personas con discapacidades o necesidades especiales para practicar la natación y divertirse con amigos y familiares.

FECHAS: 14 de junio – 6 de julio • 12 de julio – 3 de agosto
9 – 31 de agosto

EDADES: 4 años y más con discapacidad o necesidad especial

DÍAS: sábado y domingo HORA: 4 – 4:45 p.m.

COSTO: Gratis

CLASES DE NATACIÓN PARA NIÑOS Y JÓVENES

El costo de todas las siguientes clases es de \$70 por sesión, las clases se llevan a cabo los lunes, martes, miércoles y jueves, y las fechas de las sesiones de la clase de natación son las siguientes a menos que se indique lo contrario:

SESIÓN 1: 9 – 19 de junio SESIÓN 4: 21 – 31 de julio
SESIÓN 2: 23 de junio - 3 de julio SESIÓN 5: 4 – 14 de agosto
SESIÓN 3: 7 – 17 de julio

CLASES DE NATACIÓN INFANTIL

Las clases de natación para bebés involucran a los niños y a sus padres/tutores con la seguridad en el agua, la exploración y la diversión a través de juegos y canciones.

Clases para padres y yo:

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

CLASES DE NATACIÓN PREESCOLAR

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



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

EDADES: 3 – 6 años de edad HORA: 4 – 4:45 p.m. ○

14 5 – 5:45 p.m. ○ 6 – 6:45 p.m.

CLASES DE NATACIÓN EN LA ESCUELA PRIMARIA

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

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

Pingüinos 1 EDADES: 6 ½ – 9 años de edad

HORA: 4 – 4:45 p.m. ○ 5 – 5:45 p.m.

Pingüinos 2 EDADES: 8 – 12 años de edad

HORA: 5 – 5:45 p.m. ○ 6 – 6:45 p.m.



RAYAS: Los nadadores deben dominar todas las técnicas de Pingüino y nadar 10 yardas sin apoyo. Las habilidades incluyen estilo libre, braza, mariposa, espalda básica y seguridad adicional en el agua.

EDADES: 6 ½ – 12 años de edad

HORA: 4 – 4:45 p.m. ○ 6 – 6:45 p.m.



BARRACUDAS: Las habilidades enseñadas incluyen: 15 yardas de crol con respiración lateral, 15 yardas de crol de espalda, 10 yardas de espalda elemental, patada de braza y patada de costado, además de 1 minuto de flotación en el agua.

EDADES: 7 – 13 años de edad HORA: 5 – 5:45 p.m.



TIBURONES: Los Sharks se centran en la resistencia en espalda y crol, dominando la respiración en crol y perfeccionando la mariposa y la espalda básica.

Se introducen los giros de pared. Los requisitos incluyen 25 yardas de crol con respiración lateral, espalda y espalda básica.

EDADES: 8 – 14 años de edad HORA: 4 – 4:45 p.m.



PROGRAMAS DE NIÑOS PEQUEÑOS

PEQUEÑOS MELODÍAS

Únase a nuestra clase de música para padres y niños pequeños para explorar la música a través de actividades lúdicas, canciones interactivas y aventuras rítmicas, impulsando la creatividad, la imaginación y las habilidades sociales en un entorno alegre y enriquecedor.

INSCRIPCIÓN: mayo, agosto

DÍAS: lunes HORA: 5:30 – 6 p.m.

EDADES: 2 – 4 años de edad COSTO: \$20 por Mes



Welcome to your new perch!



kestrel

A Richard Blais Kitchen + Lounge



To make a reservation at Kestrel, please call 760.346.4653
or visit IndianWellsGolfResort.com.

Indio

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

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

Metro 8 Gymnastics/Recreation Center

81725 Highway 111, Indio, CA 92201
(760) 347-3484

HORA:

Ver actividades por horarios/días



Indio Community Center

45-871 Clinton Street, Indio, CA 92201
(760) 347-4263

HORA: lunes viernes: 6 a.m. – 9 p.m.

sábado: 10 a.m. – 2 p.m. • domingo: cerrado



Indio Teen Center

81-678 Avenue 46, Indio, CA 92201
(760) 347-4263

HORA:

Ver actividades por horarios/días



Pawley Pool Family Aquatic Complex

46-350 Jackson Street, Indio, CA 92201
(760) 342-5665

HORA:

Ver actividades por horarios/días



TENGA EN CUENTA: Hay sillas deportivas disponibles para usar durante los programas de adaptación. Llame al equipo de adaptación al 760.834.9597 para solicitar una silla deportiva durante una sesión.

DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

BALONCESTO ADAPTATIVO

Nos centramos en desarrollar habilidades de baloncesto mediante ejercicios que progresan hasta el juego. La clase está abierta a personas con discapacidades y necesidades especiales. ¡Se anima a participar a jugadores de todos los niveles!



INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: miércoles HORA: 3 – 4 p.m. ● 4 – 5 p.m.

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

16 COSTO: \$35 por Mes

BOCCIA ADAPTATIVA

Boccia, el deporte paralímpico para todos los niveles. ¡Buscamos expandir este juego de alta habilidad, estrategia y precisión en el valle! Animamos a padres y hermanos a participar cuando haya espacio.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: miércoles

HORA: 2 – 2:45 p.m.

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

COSTO: \$35 por Mes



FITNESS ADAPTATIVO

Únase a nosotros para un entrenamiento exigente con opciones para todos los niveles. La clase se centra en la fuerza y el acondicionamiento físico en varias ubicaciones del Centro Comunitario de Indio.

INSCRIPCIÓN: En curso

HORA: 5 – 5:45 p.m. DÍAS: martes

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

COSTO: \$35 por Mes

GIMNASIA ADAPTADA

Las clases se centran en la estimulación propioceptiva, vestibular y de presión profunda para involucrar a todos los participantes en un entorno estructurado. Nuestros instructores capacitados trabajarán con las necesidades individuales de cada participante para fomentar un ambiente seguro.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: sábados HORA: 9 – 9:50 a.m.

EDADES: 5 – 12 años de edad con una discapacidad o una necesidad especial

COSTO: \$35 por Mes

PICKLEBALL ADAPTATIVO

Trabaja la coordinación ojo-mano y desarrolla tus habilidades de pickleball con nosotros. Las clases se centran en el desarrollo de habilidades mediante ejercicios que progresan hasta el juego.

UBICACIÓN: Gimnasio INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes HORA: 3 – 3:45 p.m.

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

COSTO: \$35 por Mes

POTENCIA ADAPTATIVA

Familiarízate con el equipo del gimnasio y aprende más sobre cómo interactúa cada grupo muscular. Aprende a establecer un programa de entrenamiento adecuado y a levantar pesas correctamente para minimizar lesiones

UBICACIÓN: Sala de pesas INSCRIPCIÓN: En curso

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

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

COSTO: \$35 por Mes

DEPORTES DE ROTACIÓN ADAPTATIVA

Queremos mantener a los participantes informados sobre lo que les espera en esta sesión, es decir, fútbol, bádminton, wallyball y wiffleball. Los programas se centrarán en el desarrollo de habilidades y la diversión.

UBICACIÓN: Gimnasio INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes HORA: 4 – 4:45 p.m.

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

COSTO: \$35 por Mes

YOGA ADAPTATIVO

¡Únete a nosotros para estirarte y relajarte! El programa se centra en estiramientos controlados mediante movimientos lentos y ejercicios de respiración controlada. Este programa promoverá la flexibilidad y la movilidad muscular.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes HORA: 10 – 10:45 a.m.

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

COSTO: \$35 por Mes

ARTES Y MÚSICA

CLASES DE BATERÍA

Las clases consistirán en tocar y aprender ritmos divertidos con cubetas que se proporcionarán. Los estudiantes deberán traer sus propias baquetas o comprarlas en clase por \$10. El instructor traerá una batería real a clase el último día del mes para que los estudiantes puedan improvisar.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: jueves

EDADES Y HORA: 4 – 6 años de edad, 5 – 5:30 p.m.

7 – 9 años de edad, 5:45 – 6:15 p.m.

COSTO: \$100 por Sesión

GUIARRA – PRINCIPIOS

La clase enseña los fundamentos necesarios para empezar a tocar la guitarra. Aprende a leer diagramas de acordes y tablaturas, y desarrolla habilidades como el rasgueo, el ritmo, el fingerpicking y la afinación. ¡Aprende a tocar canciones al instante!

INSCRIPCIÓN: 22 de mayo – 19 de junio • 3 – 31 de julio
14 de agosto – 11 de septiembre

HORA: 6 – 7 p.m. DÍAS: jueves

EDADES: 9 años de edad y más

COSTO: \$80 por Sesión

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

ARTES Y MÚSICA

GUITARRA – SEGUNDO NIVEL

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

INSCRIPCIÓN: 22 de mayo – 19 de junio • 3 – 31 de julio
14 de agosto – 11 de septiembre

HORA: 7 – 8 p.m. DÍAS: jueves

EDADES: 9 años de edad y más

COSTO: \$80 por Sesión

PADRE Y YO TIEMPO DE LA MÚSICA

Disfruten de este momento musical, diviértanse y forjen vínculos con sus hijos. Esta clase es para que los niños y sus padres vengan a aprender una canción o un baile.

INSCRIPCIÓN: En curso

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

EDADES: Niños de 2 y 3 años con un padre o tutor

COSTO: \$30 por Mes

PIANO – ADULTO

Esta clase enseñará a los adultos a tocar el piano desde cero usando un teclado. Aprenderán notas, ritmos, escalas y posiciones de las manos.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves HORA: 10 – 11 a.m.

EDADES: 18 años de edad y más COSTO: \$65 por Mes

PIANO – PRINCIPIANTE JUVENIL

Los estudiantes aprenderán a tocar el piano en clase, usando un teclado. Aprenderán las notas y el ritmo mientras tocan, además de aprender el inicio de las escalas y las posiciones de las manos.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: sábados HORA: 9 – 10 a.m. • 10 – 11 a.m.

EDADES: 7 – 16 años de edad COSTO: \$85 por Mes

PIANO – INTERMEDIO JUVENIL

Los estudiantes continuarán su experiencia pianística aprendiendo más técnicas y escalas. Interpretarán piezas de cancioneros y partituras que serán fáciles, pero desafiantes.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: miércoles HORA: 6:30 – 7:30 p.m.

EDADES: 7 – 16 años de edad COSTO: \$85 por Mes

CLASES DE BATERÍA PARA PREESCOLAR

Las clases consistirá en que los niños aprendan ritmos y compás usando los cinco sentidos, a la vez que desarrollan la motricidad gruesa y fina. Cada semana, los niños se divertirán tocando instrumentos, bailando con bufandas de colores, escuchando diferentes tipos de música y creando proyectos artísticos.



INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves HORA: 4 – 4:30 p.m.

EDADES: 2 años 5 meses – 3 años de edad

COSTO: \$100 por Sesión

PROGRAMAS DE ARTE DE VERANO PARA PREESCOLARES

Acompañenos a divertirnos, ser creativos y aprender a crear diversos proyectos artísticos. Se proporcionarán todos los materiales y, al final de cada clase, los participantes podrán llevarse su proyecto a casa.

UBICACIÓN: Indio Metro 8

FECHAS: sábado 21 de junio y 12 de julio

HORA: 10:30 – 11:30 a.m.

EDADES: 2 – 4 años de edad COSTO: \$12 por Participante

PROGRAMAS DE ARTE DE VERANO

Tendrán la oportunidad de divertirse, ser creativos y aprender a crear diversos proyectos artísticos sin necesidad de tener habilidades artísticas. Se proporcionarán todos los materiales y, al final de cada clase, los participantes podrán llevarse a casa su proyecto terminado.

UBICACIÓN: Indio Metro 8

FECHAS: sábado 21 de junio y 12 de julio

HORA: 12 – 1:30 p.m.

EDADES: 6 – 13 años de edad COSTO: \$10 por Participante

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

CIENTÍFICO LOCO DE VERANO

¡Únete a nosotros en una noche de ciencia loca! Disfruta de experimentos divertidos, química salvaje y actividades creativas en un espacio seguro para dar rienda suelta a tu imaginación.

UBICACIÓN: Metro 8 Theaters

FECHAS Y HORA:

viernes 20 de junio y 11 de julio • 6 – 7:30 p.m.

sábado 26 de julio • 10 – 11:30 a.m.

EDADES: 6 - 12 años de edad COSTO: \$12 por Participante

CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

CLUB DE NIÑOS – VILLA HERMOSA

En colaboración con la Coalición de Vivienda del Valle de Coachella, este Club Infantil es exclusivo para los residentes de los Apartamentos Villa Hermosa. Este programa extraescolar, en un ambiente seguro, ofrece mentoría, un refrigerio saludable, ayuda con las tareas y actividades que apoyan el enriquecimiento académico. El programa sigue el calendario del DSUSD. Para más información, comuníquese con Erika Castellanos al (760) 347-3484.



UBICACIÓN: Villa Hermosa Apartments

INSCRIPCIÓN: En curso durante el año escolar (las vacaciones pueden ser excluidas) Sigue el calendario del DSUSD. Una vez finalizado el año escolar, el programa se reanudará en agosto.

HORA: 2:30 – 6 p.m. DÍAS: martes a viernes

EDADES: 5 – 17 años de edad COSTO: Gratis

CAMPAMENTO DE VERANO

Los campistas tienen la oportunidad de aprender nuevas habilidades y fortalecer su autoestima mediante actividades deportivas, manualidades creativas y juegos en grupo. Disfrutarán de divertidas representaciones teatrales interpretadas por nuestro equipo y los propios campistas. Todas las actividades se realizan bajo la supervisión del personal del campamento.



EDADES: 5 – 12 años de edad

(el niño debe haber completado el jardín de infantes)

SUMMER CAMP CONTINUED

DÍAS: lunes a viernes

DIAS COMPLETOS: Hora: 7:30 a.m. – 6 p.m.

Costo: \$360 por sesión de tres años

\$140 por sesión semanal

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

MEDIO DÍAS: Hora: 12 – 6 p.m.

Costo: \$80 por sesión semanal

Fechas de la sesión de tres semanas:

SESIÓN 1: 9 – 27 de junio

SESIÓN 2: 30 de junio al 18 de julio (vacaciones excluidas)

SESIÓN 3: 21 de julio al 8 de agosto

COMIENZAN LAS SESIONES SEMANALES:

(9, 16, 23 y 30 de junio, 7, 14, 21 y 28 de julio y 4 de agosto)

EVENTOS DE LA COMUNIDAD

Tenga en cuenta: ¡Inscribirse con anticipación para los eventos es la mejor manera de asegurarse de tener espacio para disfrutar! Inscríbese en MyRecreationDistrict.com/community-events o en persona en cualquier centro del DRD.

EVENTO DE DIVERSIÓN FAMILIAR DEL 4 DE JULIO

Celebre el Día de la Independencia con divertidas estaciones de manualidades, juegos y actividades en interiores. Los niños podrán crear proyectos de arte y manualidades, disfrutar de juegos y se ofrecerán refrigerios.



UBICACIÓN: Metro 8 Theaters

FECHA: miércoles 2 de julio HORA: 5 – 7 p.m.

EDADES: 4 – 11 años de edad COSTO: Gratis

NOCHE DE LOTERÍA

Acompáñenos a disfrutar de un emocionante juego de lotería. Todos están invitados a participar en esta emocionante noche de lotería.

UBICACIÓN, FECHAS Y HORARIOS:

Indio Community Center • viernes 2 de mayo • 5:30 – 6:30 p.m.

Vestíbulo en Indio Metro 8 • viernes 13 de junio • 5:30 – 6:30 p.m.

Indio Community Center • viernes 20 de junio • 6 – 7 p.m.

Vestíbulo en Indio Metro 8 • viernes 18 de julio • 5:30 – 6:30 p.m.

EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis

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

EVENTOS DE LA COMUNIDAD

DÍA DE DIVERSIÓN ACUÁTICA

Trae a tus hijos y únete a nosotros para un día lleno de diversión con globos de agua, carreras de relevos y emocionantes actividades para celebrar el fin de curso. ¡Vístete con ropa que no te importe mojar y diviértete!



UBICACIÓN: Miles Avenue Park

FECHA: sábado 31 de mayo

HORA: 9 – 11 a.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

FIESTA DE PIJAMAS PARA JÓVENES

Ven y disfruta de actividades divertidas como arte, manualidades, ciencias, baile, fitness, juegos en grupo y mucho más. También tendremos una actividad de cocina. Cupo limitado.

UBICACIÓN: Indio Community Center

FECHA: sábado 26 de julio HORA: 6 – 8:30 p.m.

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

BAILE

BALLET PRINCIPIANTE

Los bailarines aprenderán pasos y posiciones básicas de ballet, mejorando la coordinación y el equilibrio mientras exploran la apreciación musical. Los padres pueden observar la clase.

INSCRIPCIÓN: En curso

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

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

BAILA, JUEGA Y FINGE

Esta clase introduce a los niños a la música y la danza, fomentando la coordinación y la imaginación, a la vez que enseña ballet básico en un ambiente divertido. Las niñas necesitan ropa de baile y zapatillas de ballet; los niños necesitan camiseta, pantalones cortos y calcetines.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: martes

HORA: 9 – 9:45 a.m. EDADES: 2 ½ – 5 años de edad

20 COSTO: \$42 por Mes

BAILE EN LÍNEA PARA PRINCIPIANTES

¡Únete a esta divertida y animada clase de baile en línea! ¡Aprende el Cupid Shuffle, el Electric Slide y los pasos más populares de hoy! ¡Un gran ejercicio físico y mental! Bailar mantiene tu cuerpo en forma, tu mente ágil y tu ánimo en alto.



INSCRIPCIÓN: 2 al 23 de mayo

6 al 27 de junio • 4 al 25 de julio • 1 – 22 de agosto

DÍAS: viernes HORA: 11 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$55 por Mes • \$15 por Clase

SALSA

SALSA INICIAL

Esta clase está diseñada para quienes se inician en el baile y nunca han bailado, pero siempre han deseado hacerlo. Aprenderán los fundamentos, las pistas y el seguimiento, además de una mejor comprensión de la música y los ritmos de la salsa.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes HORA: 6:30 – 7:30 p.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$60 por Mes • \$20 por Clase

SALSA INTERMEDIA

Esta clase es para bailarines que se sienten cómodos con lo básico y quieren ir un paso más allá. En esta clase de salsa de nivel intermedio, aprenderás patrones más complejos con una fluidez increíble, ¡para que sea súper DIVERTIDA!

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes HORA: 7:30 – 8:30 p.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$45 por Mes • \$20 por Clase



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 continúa a menos que se indique lo contrario.

NOTA SOBRE LA INSCRIPCIÓN DE GIMNASIA:

La inscripción prioritaria 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 para los participantes que se inscriben por primera vez 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 de las clases de un día por semana se ajustan para sesiones de tres, cuatro o cinco semanas.

Tarifas sujetas a cambios a partir del 1 de julio de 2025

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 equilibrarse, trepar, dar volteretas, balancearse y rebotar. Dar vueltas juntos es estimulante.

EDADES: 1 – 4 años de edad con un padre o tutor

DÍAS Y HORA: miércoles: 1:45 – 2:15 p.m. ● 2:15 – 2:45 p.m.

jueves: 2:30 – 3 p.m. • sábados: 10:15 – 10:45 a.m.

COSTO: \$45 por sesión de 4 semanas

GIMNASIA PRINCIPIANTE PARA NIÑOS

Esta clase enseña los seis eventos olímpicos de gimnasia masculina: salto, barra horizontal, barras paralelas, caballo con arcos, suelo y anillas. La clase se centrará en las habilidades y técnicas de gimnasia mientras se aumenta la fuerza y la flexibilidad, la coordinación y la autoestima.

DÍAS: lunes HORA: 5 – 6:30 p.m.

COSTO: \$80 por sesión de 4 semanas

GIMNASIA INTERMEDIA PARA NIÑOS

Esta clase es solo por invitación y está diseñada para habilidades de segundo nivel. Esta clase enseña los seis eventos olímpicos de gimnasia masculina: salto, barra horizontal, barras paralelas, caballo con arcos, suelo y anillas.

DÍAS: lunes HORA: 6:30 – 8 p.m.

COSTO: \$80 por sesión de 4 semanas



GIMNASIA CON PLANTAS RODADORAS DEL DESIERTO

Esta es la clase perfecta para pequeñas gimnastas. Los niños en edad preescolar aprenden habilidades de equilibrio y



coordinación. La clase enfatiza la concentración, el intercambio y las habilidades sociales mientras desarrolla la fuerza física. ¡Tu pequeña planta rodadora se divertirá mucho!

EDADES: 4 – 6 años de edad

DÍAS Y HORARIOS:

lunes: 2:30 – 3:15 p.m. ● 3:30 – 4:15 p.m. ●

4:15 – 5:00 p.m. ● 5:30 – 6:15 ● 6:30 – 7:15 p.m.

martes: 3 – 3:45 p.m. ● 3:45 – 4:30 p.m. ●

5:15 – 6:00 p.m. ● 6 – 6:45 p.m. ● 6:45 – 7:30 p.m.

jueves: 2:30 – 3:15 p.m. ● 4:30 – 5:15 p.m. ●

4:45 – 5:30 p.m. ● 5:30 – 6:15 ● 6:45 – 7:30 p.m.

sábados : 10 – 10:45 a.m.

EDADES: 3 – 6 años de edad

DÍAS Y HORARIOS:

martes: 1:30 – 2:15 p.m. ● 2:15 – 3 p.m.

miércoles : 3 – 3:45 p.m. ● 3:45 – 4:30 p.m.

● 4 – 4:45 p.m. ● 4:30 – 5:15 p.m. ● 5:15 – 6:00 p.m.

COSTO: \$60 por sesión de 4 semanas

GIMNASIA PRINCIPIANTE PARA NIÑAS

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

DÍAS Y HORARIOS:

lunes: 4 – 5:30 p.m. ● 4:30 – 6 p.m.

● 4:45 – 6:15 p.m. ● 6:15 – 7:45 p.m.

martes: 3 – 4:30 p.m. ● 3:45 – 5:15 p.m.

● 4:30 – 6 p.m. ● 6:30 – 8 p.m.

miércoles: 3 – 4:30 p.m. ● 4:30 – 6 p.m.

● 6 – 7:30 p.m. ● 6:30 – 8 p.m.

jueves: 3 – 4:30 p.m. ● 3:15 – 4:45 p.m. ●

3:45 – 5:15 p.m. ● 4 – 5:30 p.m. ● 4:30 – 6 p.m.

● 5:30 – 7 p.m. ● 6 – 7:30 p.m.

sábados: 11 a.m. – 12:30 p.m.

COSTO: \$80 por sesión de 4 semanas

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

GIMNASIA

GIMNASIA INTERMEDIA PARA NIÑAS

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 énfasis continuo en la fuerza y la flexibilidad.

DÍAS Y HORARIOS:

martes: 4:45 – 6:15 p.m. **●** 6 – 7:30 p.m.

miércoles : 3 – 4:30 p.m. **●** 4:30 – 6 p.m.

jueves: 5:15 – 6:45 p.m. **●** 6:30 – 8 p.m.

sábados : 11 a.m. – 12:30 p.m.

COSTO: \$80 por sesión de 4 semanas

GIMNASIA AVANZADA PARA NIÑAS

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



DÍAS Y HORARIOS:

lunes 3:15 – 4:45 p.m. **●** miércoles 4:30 – 6 p.m.

COSTO: \$80 por sesión de 4 semanas

GIMNASIA CAYENDO

Aprenda habilidades de volteretas en el suelo y en la pista de caídas. Esta clase se centra en ejercicios específicos para aprender la forma correcta y se recomienda para aquellos que quieran adquirir habilidades de porristas.

DÍAS: lunes **HORA:** 7 – 8 p.m.

COSTO: \$70 por sesión de 4 semanas

GIMNASIA DE DESARROLLO DE EQUIPOS

Únicamente por invitación. El programa de Desarrollo de Gimnasia del Distrito es una opción de entrenamiento de gimnasia preparatoria y acelerada para que las gimnastas jóvenes hagan una transición fácil a nuestro equipo de gimnasia competitivo.

DÍAS: martes y jueves **HORA:** 6 – 8 p.m.

COSTO: \$150 por Mes

GIMNASIA OBLIGATORIA POR EQUIPOS

Únicamente por invitación. Las habilidades de los niveles 2, 3, 4 y 5 deben completarse según lo define USA Gymnastics.

Esta clase brinda una oportunidad para que los 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 2, 3, 4 y 5. Las invitaciones se extienden a personas que demuestran una gran dedicación al Requisitos del entrenamiento competitivo. El equipo compite de tres a cinco encuentros durante el año. (Se requiere tarifa adicional para competiciones y vestimenta competitiva).



DÍAS: Nivel 2 y 3 lunes, miércoles, viernes **●**

Nivel 4 y 5 martes, jueves y viernes

HORA: 4 – 7 p.m. **COSTO:** \$185 por Mes

EQUIPO SENIOR - GIMNASIA OPCIONAL

Únicamente por invitación. Las habilidades de los niveles 6 a 10 deben completarse según lo define USA Gymnastics..

DÍAS: lunes, martes, jueves, viernes

HORA: 4 – 7 p.m. **COSTO:** \$235 por Mes

JAMBOREE DE GIMNASIA

Gymnastics Jamboree provides an open gym experience for participants to practice or learn new skills in a social, supervised setting.

DÍAS Y HORARIOS: viernes: 7 – 8 p.m.

sábado: 12:30 – 1:30 p.m.

COSTO: \$10 por Persona

INSTRUCCIÓN PRIVADA DE GIMNASIA

Las lecciones privadas aceleran y mejoran el aprendizaje mientras se superan los obstáculos. Son perfectos para estudiantes que desean tiempo adicional y atención individual para trabajar en habilidades específicas. Por favor consulta con cualquiera de nuestros entrenadores.

COSTO: \$35 por 30 minutos

Síguenos en
facebook.com/drdgym

¡Celebra tu próximo cumpleaños en la Academia de Gimnasia del Distrito!



Tú y tus amigos se lo pasarán genial haciendo una hora y media de gimnasia y juegos llenos de diversión mientras nuestro personal de entrenamiento está capacitado para brindar una fiesta segura y estructurada que seguramente será un éxito.

1.5 HORAS FIESTA SOLO GIMNASIA

1 – 10 personas, \$175 ~~-0-~~
11 – 20 personas, \$275

FIESTA DE 2.5 HORAS

(1 ½ horas de gimnasia y 1 hora de uso de la sala de usos múltiples)

1 – 10 personas, \$225 ~~-0-~~
11 – 20 personas, \$325

¡LLAMA Y RESERVA TU FIESTA HOY!



SALUD Y ESTADO FISICO

PILATES EN ESTERILLA

Esta clase se centra en ejercicios de Pilates realizados sobre una colchoneta. Se centra en el peso corporal y enfatiza la alineación, la respiración, la fuerza del core, la flexibilidad y el control de los movimientos. Es apta para todos los niveles y mejora el acondicionamiento físico general

INSCRIPCIÓN:

mayo: miércoles, 10 – 10:45 a.m. ● martes, 6:30 – 7:15 p.m.

junio: martes, 6:30 – 7:15 p.m.

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$60 por Mes • \$15 por Clase

SALSAEROBICS

¡Aeróbicos con un toque latino! Esta es la clase ideal para divertirse mientras se pone en forma. Combina aeróbicos, baile y ejercicio, ¡todo al ritmo de la salsa! Los beneficios del entrenamiento incluyen flexibilidad, acondicionamiento y puesta en forma.

INSCRIPCIÓN: mayo junio julio

DÍAS: lunes, miércoles, viernes

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

COSTO: \$45 por Mes • \$7 por Clase



ARTES MARCIALES

COMBO KARATE – 2 DÍAS

Esta clase combina filosofías tradicionales de artes marciales con estrategias modernas de defensa personal, incluyendo karate, taekwondo y kickboxing



con sparring olímpico. Impartida por un instructor experto, también se centra en el desarrollo de la autoestima, la disciplina, el espíritu deportivo y la integridad personal.

UBICACIÓN: Indio Metro 8 INSCRIPCIÓN: En curso
DÍAS Y HORA: martes y jueves, 7 – 8 p.m. ●

lunes y miércoles, 6:45 – 7:45 p.m.

EDADES: 7 años de edad y más COSTO: \$40 por Mes

PROGRAMA DE KARATE PEQUEÑOS DRAGONES

Esta introducción a las artes marciales está diseñada para enseñar defensa personal utilizando todas las partes del cuerpo de forma divertida. Nuestro programa Pequeños Dragones enseña equilibrio, coordinación, capacidad de escucha y respeto.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: martes y jueves

HORA: 6 – 6:30 p.m. ● 6:30 – 7 p.m.

EDADES: 4 – 9 años de edad COSTO: \$50 por Mes



INTERÉS ESPECIAL

DÍA STEAM DE VERANO

Este programa ofrece a los participantes un espacio seguro para que sus mentes creativas exploren. Los jóvenes tendrán la oportunidad de divertirse, ser creativos y aprender a crear diversos proyectos STEAM. Cada clase estará dirigida por un instructor y recibirán instrucciones paso a paso sobre cómo crear las distintas actividades. Se proporcionarán todos los materiales.

UBICACIÓN: Indio Metro 8

FECHA: sábados 14 de junio COSTO: \$12 por Participante

Clase de preescolar:

EDADES: 3 – 5 años de edad HORA: 10 – 11:30 a.m.

Clase juvenil:

EDADES: 6 – 12 años de edad HORA: 12 – 1:30 p.m. 23

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

DEPORTES

TIRO CON ARCO

TIRO CON ARCO – JÓVENES

Nuestro programa de tiro con arco enseña los fundamentos del tiro con arco, incluyendo la técnica correcta de tiro. Este programa se desarrolla en un entorno altamente supervisado, donde se ofrece motivación positiva e instrucción individualizada para promover el éxito de los participantes.



INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS : martes **O** jueves

HORA: **mayo:** 4:30 – 5:30 p.m.

junio, julio y agosto: 6:45 – 7:45 p.m.

EDADES: 7 – 17 años de edad COSTO: \$40 por Mes

BALONCESTO

ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO

Estas clases de nivel inicial, abiertas durante todo el año, ofrecen ejercicios 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!

INSCRIPCIÓN: mayo

ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO – CHICAS, 5 Y 6 AÑOS DE EDAD

COSTO: \$15 DÍAS: lunes HORA: 4:30 – 5 p.m.

ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO – CHICAS, 7 Y 10 AÑOS DE EDAD

COSTO: \$50 DAYS: jueves HORA: 4 – 5 p.m.

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

COSTO: \$15 DÍAS: lunes HORA: 4 – 4:30 p.m.

ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO – COED, 7 Y 10 AÑOS DE EDAD

COSTO: \$40 DÍAS: viernes HORA: 4 – 5 p.m. **O** 5 – 6 p.m.

ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO – COED, 11 Y 14 AÑOS DE EDAD

COSTO: \$40 DÍAS: martes HORA: 4 – 5 p.m.

COED - CLÍNICA DE BALONCESTO DE VERANO

Nuestro taller de baloncesto de verano ofrece instrucción de calidad y motivación en un ambiente divertido y competitivo, en nuestro moderno gimnasio de baloncesto. Se incluyen estiramientos adecuados, ejercicios ofensivos y defensivos, y prácticas de tiro correctas.

FECHAS: 9 de junio – 30

2 de julio – 30 • 4 de agosto – 18

DÍAS: lunes y miércoles

EDADES, HORA Y COSTO:

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

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

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



DÍAS DEL DRAFT DE BALONCESTO DE VERANO

El Día del Draft es para los atletas registrados en la Liga Juvenil de Baloncesto de Verano. **EL DÍA DEL DRAFT es ahora OBLIGATORIO** para todos los participantes de la liga. El evento está diseñado para ayudar a formar equipos equilibrados para la liga y tendrá horarios separados para cada categoría de edad. Habrá ejercicios y diversas habilidades planificadas para nuestros atletas registrados. El Día del Draft es el primer día de práctica y te entusiasmará con la próxima liga

DIVISIONS, EDADES, FECHAS Y HORA:

División A (7 – 8 años de edad):

sábado 10 de mayo, 10 a.m. – 12 p.m.

División B (9 – 10 años de edad):

sábado 10 de mayo, 12 – 2 p.m.

División C (11 – 12 años de edad):

viernes 9 de mayo, 5 – 7 p.m.

División D (13 – 14 años de edad):

viernes 9 de mayo, 7 – 9 p.m.



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

LIGA DE BALONCESTO JUVENIL DE VERANO

¡Únete al Baloncesto Juvenil de Verano!

Partidos en Indio y otras sedes. Se coronará a los campeones de división, con un enfoque en el desarrollo, especialmente para los equipos más jóvenes. Se proporcionarán camisetas, árbitros, reloj de carrera, sustituciones y equipo apropiado para cada edad. Se enfatiza el carácter y el desarrollo de los jugadores. ¡No te lo pierdas!



DÍAS Y FECHAS:

Sábados, del 14 de junio al 26 de julio para Little Dribblers y División D. **Martes** y jueves, del 17 de junio al 24 de julio para las Divisiones A, B y C.

DIVISIONES, EDADES, HORA Y COSTO:

Pequeños Dribblers (5 – 6 años de edad): 10:15 – 11:45 a.m.

División A (7 – 8 años de edad): 5:20 – 9:20 p.m.

División B (9 – 10 años de edad): 5:20 – 9:20 p.m.

División C (11 – 12 años de edad): 5:20 – 9:20 p.m.

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

COSTO: Pequeños Dribblers: \$80 por sesión de 6 semanas

Divisiones A, B, C, D: \$125 por sesión de 6 semanas

(La inscripción tardía cuesta \$150 por niño después del 10 de mayo de 2025)

PEQUEÑOS AROS DEL DESIERTO

Esta clase ofrece ejercicios de juego divertidos e instrucción de calidad que ayudarán a desarrollar la coordinación mano-ojo, la carrera y las habilidades de baloncesto de su hijo.

UBICACIÓN: Centro Comunitario Indio –
Media Cancha de Baloncesto 1

INSCRIPCIÓN: En curso

EDADES: 3 – 5 años de edad **DÍAS:** lunes **O** miércoles

HORA: mayo: 2:15 – 2:45 p.m.

junio, julio, agosto: 2:30 – 3 p.m.

COSTO: \$20 por Mes



FOOTBALL (AMERICAN)

VERANO FOOTBALL JUVENIL CLÍNICA

Si eres un entusiasta del fútbol y quieres perfeccionar tu juego de pies, velocidad y habilidades, únete a nuestra Clínica de Habilidades de Fútbol Juvenil de Verano de Indio. Este programa te enseñará ejercicios de fútbol, juego de pies y habilidades de velocidad y agilidad para llevar tu juego al siguiente nivel.



UBICACIÓN: Miles Avenue Park

FECHA: mayo **DÍAS:** lunes

EDADES Y HORA: 7 – 10 años de edad • 5:15 – 6:15 p.m.

COSTO: \$30 por Mes

CLASES MULTIDEPORTIVAS:

PEQUEÑOS CAMPEONES

Tu pequeño campeón puede aprender sobre diferentes deportes en una clase que ofrece divertidos ejercicios de juego e instrucción de calidad que le ayudará a desarrollar la coordinación ojo-mano, la capacidad de correr y las habilidades deportivas de su hijo. Los deportes incluyen baloncesto, fútbol, relevos, golf y más.

INSCRIPCIÓN: En curso

EDADES: 3 – 5 años de edad **DÍAS:** lunes **O** miércoles

HORA: mayo: 1:30 – 2 p.m.

junio, julio, agosto: 1:45 – 2:15 p.m.

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

ACONDICIONAMIENTO DEPORTIVO JUVENIL

Mejora tus habilidades atléticas, agilidad y juego de pies. La clase de Acondicionamiento Deportivo Juvenil incorpora ejercicios de velocidad, ejercicios con peso corporal, ejercicios cardiovasculares y pliometría, ofreciendo un entrenamiento corporal completo para ayudarte a prepararte para todos los deportes.



INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes y miércoles **HORA:** 4:15 – 5 p.m.

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

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

DEPORTES

PICKLEBALL

PICKLEBALL ABIERTO

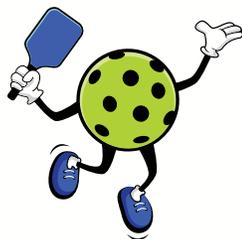
¡Ven a jugar Pickleball Indoor con nosotros! Las redes se instalarán dentro del gimnasio y puedes reservar en recepción o jugar gratis para todos los que se inscriban.

INSCRIPCIÓN: En curso

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

EDADES: 10 años de edad y más

COSTO: Programas GRATUITOS, con una membresía o una entrada sin cita previa de \$5 por día.



PICKLEBALL JUVENIL

Únete a nosotros para aprender y disfrutar del juego más novedoso que está arrasando en el mundo del deporte. Repasaremos los movimientos básicos, las reglas y el reglamento, y desafiaremos a tus jugadores a mejorar cada semana en las canchas.

UBICACIÓN: Miles Avenue Park – Canchas de Pickleball

INSCRIPCIÓN: mayo DÍAS: sábados

EDADES Y HORA: 8 – 12 años de edad, 8:30 – 9:30 a.m.

FEE: \$50 por Mes

SOCCER

TINY SOCCER STARS

Nuestros instructores de Pequeñas Estrellas del Fútbol guiarán a los participantes para que desarrollen sus habilidades



futbolísticas, como pases, bloqueos, tiros y defensa. También cubriremos los fundamentos del fútbol. Este programa es ideal para participantes con poca o ninguna experiencia en fútbol.

UBICACIÓN: Miles Avenue Park

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes y jueves HORA: 6 – 6:45 p.m.

EDADES: 4 – 6 años de edad COSTO: \$50 por Mes

CLÍNICA DE FÚTBOL JUVENIL – 6 – 10 AÑOS DE EDAD

Nuestra clínica se centrará en diversos ejercicios para mejorar tus habilidades futbolísticas. En nuestras clases iniciales, también cubriremos los fundamentos del fútbol.

UBICACIÓN: Miles Avenue Park

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: martes y jueves

HORA: 7 – 8 p.m. EDADES: 6 – 10 años de edad

COSTO: \$60 por Mes

CLÍNICA DE PORTEROS DE FÚTBOL JUVENIL

Nuestra clínica se centrará en ejercicios de portero para mejorar el juego de pies, la coordinación ojo-mano y la terminología para la próxima temporada de fútbol. Los atletas deben traer espinilleras y calzado antideslizante o botas de fútbol.

UBICACIÓN: Miles Avenue Park INSCRIPCIÓN: junio

DÍAS: sábados HORA 9 – 10 a.m.

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

VOLEIBOL

VOLEIBOL PRINCIPIANTE

Esta clase inicial está diseñada para ayudarte a aprender y desarrollar una comprensión básica del voleibol. Las instrucciones incluirán el aprendizaje de las habilidades básicas de saque, pase, colocación, ataque y bloqueo.



INSCRIPCIÓN: mayo

DÍAS: viernes

EDADES Y HORA: 6 – 10 años de edad • 3:30 – 4 p.m.

11 – 17 años de edad • 4 – 4:30 p.m.

COSTO: \$20 por Mes

VOLEIBOL PRINCIPIANTE/INTERMEDIO – COED

Los principiantes aprenderán a sacar, pasar, colocar, atacar y bloquear, mientras que los jugadores intermedios perfeccionarán estas habilidades, incluyendo la volea y el colocar.

INSCRIPCIÓN: junio, julio, agosto

DÍAS: viernes HORA: 3:30 – 4 p.m.

EDADES: 6 – 10 años de edad COSTO: \$20 por Mes

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

VOLEIBOL INTERMEDIO/AVANZADO – COED

Esta clase de nivel Intermedio/Avanzado está diseñada para ayudarte a perfeccionar y progresar en tu comprensión del voleibol. La instrucción incluirá terminología del juego, ejercicios de situaciones de juego y técnicas de juego adaptadas a tu nivel.

DÍAS: viernes

COSTO: \$40 por Mes

INSCRIPCIÓN: mayo

EDADES Y HORA:

10 – 14 años de edad • 4:45 – 5:45 p.m.

13 – 18 años de edad • 6 – 7 p.m.

INSCRIPCIÓN: junio, julio agosto

EDADES Y HORA:

10 – 14 años de edad • 4 – 4:30 p.m.

13 – 18 años de edad • 4:30 – 5:30 p.m.

VOLEIBOL ABIERTO

Solo por diversión, instalamos las redes de voleibol los viernes e invitamos a nuestros miembros a jugar. Traigan a sus familiares y amigos y formen un equipo o simplemente vengan y únanse.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes HORA: 6 – 9 p.m.

EDADES: 5 años de edad y más

COSTO: GRATIS con un pase Get Fit o una tarifa de \$5 por entrada

VOLEIBOL – EQUIPO AVANZADOD

¿Quieres preparar tus habilidades para torneos y juegos de preparatoria? Estas clases están diseñadas para un entrenamiento estructurado, una mejora significativa de tus habilidades y un mayor conocimiento del juego.

INSCRIPCIÓN: junio, julio agosto

DÍAS: viernes HORA: 8 – 9 p.m.

AGES: 10 – 18 años de edad COSTO: \$40 por Mes

Volleyball – Team Level 5

INSCRIPCIÓN: junio, julio agosto

DÍAS: viernes HORA: 5:45 – 6:45 p.m.

EDADES: 10 – 18 años de edad COSTO: \$40 por Mes

Volleyball – Team Level 7

INSCRIPCIÓN: junio, julio agosto

DÍAS: viernes HORA: 7 – 8 p.m.

EDADES: 10 – 18 años de edad COSTO: \$40 por Mes

HABILIDADES ESPECIALES DE VOLEIBOL – SOLO POR INVITACIÓN

¿Quieres preparar tus habilidades para torneos y juegos en la escuela secundaria? Estas clases están orientadas a un entrenamiento estructurado, una mejora significativa de las habilidades y un mayor conocimiento del juego. ESTA CLASE ES INVITADA SOLO POR EL ENTRENADOR.

INSCRIPCIÓN: mayo DÍAS: viernes

HORA: 7 – 8 p.m. EDADES: 11 – 18 años de edad

COSTO: \$40 por Mes



ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA

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

TARIFAS DE INSCRIPCIÓN :

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

ADULTOS: \$4

FECHAS Y HORARIOS DE LA PISCINA:

Primer día – 9 de junio • Último día – 1 de septiembre
(El horario se reducirá a fines de semana solo a partir del 17 de agosto)

LUNES – JUEVES:

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

12 – 3:30 p.m. (Natación abierta)

4 – 7 p.m. (Lecciones para jóvenes)

7 – 9 p.m. (Natación abierta)

VIERNES: 9 – 10 a.m. (Lecciones para adultos)

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

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

SÁBADOS: 9 a.m. – 12 p.m. (Clases de natación)

12 – 4 p.m. (Natación abierta)

6 – 9 p.m. (Natación abierta)

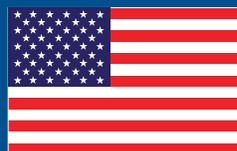
DOMINGOS: 12 – 4 p.m. (Natación abierta)

6 – 9 p.m. (Natación abierta)

EVENTOS ESPECIALES EN LA PISCINA

Únase a nosotros el viernes 13 de junio para el

“Viernes de natación libre” de 6 a 9 p.m.



DÍA DE NATACIÓN GRATUITA PARA VETERANOS

Los veteranos tendrán la oportunidad de nadar gratis por la tarde y la noche del viernes 4 de julio.

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



ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA

DÍA DE LA SEGURIDAD DEL AGUA CON LENNY THE LANDSHARK

¡Únete a nosotros en una divertida e interactiva lección de seguridad acuática con Lenny, el tiburón terrestre! Los niños aprenderán sobre el agua, el sol y la seguridad en los canales, chalecos salvavidas y cómo pedir ayuda. ¡Incluye libros para colorear de Lenny gratis!



FECHA: jueves 19 de junio

HORA: 7 – 8 p.m. EDADES: 3 – 11 años de edad

COSTO: Gratis

WORLD'S LARGEST SWIM LESSON

Participe en una misión global con DRD y el equipo WLSL, reuniendo a decenas de miles de personas de cientos de comunidades de todo el mundo para participar en la misma lección el 26 de junio para generar conciencia sobre el ahogamiento y el hecho de que la natación es una habilidad vital para salvar vidas que todo niño debería aprender.

FECHA: jueves 26 de junio HORA: 7 – 9 p.m.

EDADES: 6 meses – 17 años de edad COSTO: Gratis



PROGRAMA JR. DE SALVAVIDAS

Este curso es ofrecido por la Cruz Roja Americana. Los participantes aprenderán las habilidades básicas del llamada de socorro. Este valioso curso enseña seguridad en el agua y las herramientas de liderazgo necesarias para un llamada de socorro junior. El programa se centra en cinco categorías fundamentales para un llamada de socorro eficaz: prevención, preparación física, respuesta, liderazgo y profesionalismo.

FECHAS: 15 de junio – 27 de julio

3 de agosto – 14 de septiembre

DÍAS: domingos HORA: 10 – 11:30 a.m.

28 EDADES: 11 – 14 años de edad COSTO: \$85

JUNIOR WÁTER POLO

El waterpolo es un deporte divertido y dinámico que se centra en la cohesión del equipo y la estrategia de juego. Durante esta clase, los participantes aprenderán las técnicas correctas de tiro y pase, así como técnicas defensivas y ofensivas. Los participantes también deben ser capaces de mantenerse a flote y nadar dos largos de la piscina sin parar.

FECHAS: viernes 13 de junio – 25 de julio

sábado 9 de agosto – 20 de septiembre

HORA: 10 – 11:30 a.m.

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

ACUÁTICOS ADAPTATIVOS

*Es posible que se requiera que un padre o cuidador esté en la piscina con el participante para brindar asistencia práctica debido a las pautas de distanciamiento social.

ACUÁTICOS ADAPTATIVOS: PRINCIPIANTE

Las sesiones incluyen clases de natación seguidas de una sesión de natación libre. Las clases de natación para principiantes se centran en que los participantes se familiaricen y se sientan cómodos en el agua (es decir, flotando, con la cara en el agua, la cabeza bajo el agua, pateando) y se imparten en la piscina poco profunda de Pawley.



INSCRIPCIÓN: 14 de junio – 2 de agosto

DÍAS: sábado HORA: 9:45 – 11:45 a.m.

EDADES: 4 años y más con discapacidad o necesidad especial

COSTO: \$70

ACUÁTICOS ADAPTATIVOS: MODERADO A AVANZADO

Las sesiones incluyen clases de natación seguidas de una sesión de natación libre. Las clases se centran en la progresión de la brazada y la resistencia física, y se imparten en la piscina grande de Pawley.

INSCRIPCIÓN: 14 de junio – 2 de agosto

DÍAS: sábado HORA: 9:45 – 11:45 a.m.

EDADES: 4 años y más con discapacidad o necesidad especial

COSTO: \$70

CLASES PARA ADULTOS

LECCIONES DE NATACIÓN PARA ADULTOS

Nunca es tarde para aprender a nadar o perfeccionar tus habilidades. Presentaremos las técnicas a nuestros nadadores principiantes y trabajaremos la brazada y la resistencia



para los nadadores intermedios. Esta clase está diseñada para introducir y mejorar las habilidades básicas necesarias para alcanzar las metas personales de cada persona.

DÍAS: sábados y domingos HORA: 9 – 9:45 a.m.

FECHAS 14 de junio – 6 de julio • 12 de julio – 3 de agosto
9 – 31 de agosto

EDADES: 18 años de edad y más COSTO: \$80 por Sesión

CLASES DE NATACIÓN INFANTIL Y JUVENIL

El costo de todas las siguientes clases es de \$70 por sesión, las clases se llevan a cabo los lunes, martes, miércoles y jueves, y las fechas de las sesiones de la clase de natación son las siguientes a menos que se indique lo contrario:

SESIÓN 1: 9 – 19 de junio SESIÓN 4: 21 – 31 de julio

SESIÓN 2: 23 de junio – 3 de julio

SESIÓN 3: 7 – 17 de julio SESIÓN 5: 4 – 14 de agosto

CLASES DE NATACIÓN INFANTIL

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



Clases para padres y yo:

EDADES: 6 Meses – 3 años de edad

HORA: 10 – 10:45 a.m. O 4 – 4:45 p.m. O 5 – 5:45 p.m.

Clases para padres y yo – domingo

FECHAS: 15 de junio – 3 de agosto

10 de agosto – 28 de septiembre

HORA: 9 – 9:45 a.m. COSTO: \$70 por Sesión

CLASES DE NATACIÓN PREESCOLAR

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

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

EDADES: 3 – 6 años de edad

HORA: 9 – 9:45 a.m. O 10 – 10:45 a.m. O 11 – 11:45 a.m.

O 4 – 4:45 p.m. O 5 – 5:45 O 6 – 6:45

Guppies – Sábado y domingo

FECHAS: sábado, 14 de junio – 2 de agosto

sábado, 9 de agosto – 20 de septiembre

domingo, 15 de junio – 10 de agosto

domingo, 10 de agosto – 21 de septiembre

HORA: 9 – 9:45 a.m. COSTO: \$70 por Sesión



CLASES DE NATACIÓN EN LA ESCUELA PRIMARIA

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

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

Pingüinos 1 EDADES: 6 ½ – 12 años de edad

HORA: 9 – 9:45 a.m. O 10 – 10:45 a.m. O

11 – 11:45 a.m. O 4 – 4:45 p.m. O 5 – 5:45

Pingüinos 1 – sábado

FECHAS: 14 de junio – 2 de agosto

9 de agosto – 27 de septiembre

HORA: 9 – 9:45 a.m. COSTO: \$70 por Sesión



Pingüinos 2 EDADES: 8 – 12 años de edad

HORA: 10 – 10:45 a.m. O 11 – 11:45 a.m.

O 4 – 4:45 p.m. O 5 – 5:45 O 6 – 6:45

Pingüinos 2 – domingo

FECHAS: 15 de junio – 3 de agosto

10 de agosto – 28 de septiembre

HORA: 9 – 9:45 a.m. COSTO: \$70 por Sesión

Indio

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



ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA

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

EDADES: 6 ½ – 12 años de edad
HORA: 9 – 9:45 a.m. ● 11 – 11:45 a.m.
● 4 – 4:45 p.m. ● 6 – 6:45



Rayas – sábado

FECHAS: 14 de junio – 2 de agosto
9 de agosto – 27 de septiembre
HORA: 9 – 9:45 a.m. COSTO: \$70 por Sesión

BARRACUDAS: Las habilidades que se enseñan incluyen: nadar quince yardas a crol con respiración lateral, nadar quince yardas a crol de espalda, nadar diez yardas a patada de espalda elemental, nadar diez yardas a patada de braza, nadar diez yardas a patada de costado y mantenerse a flote durante un minuto.

EDADES: 7 – 13 años de edad
HORA: 9 – 9:45 a.m. ● 10 – 10:45 a.m.
● 5 – 5:45 p.m. ● 6 – 6:45 p.m.



TIBURONES: Los nadadores deben ser capaces de nadar estilo libre con respiración lateral, espalda y espalda básica durante veinticinco yardas. La instrucción se centra en la resistencia en espalda y estilo libre, el dominio de la respiración en estilo libre y se profundiza en la mariposa y la espalda básica. Se introducirán las modalidades de braza, lateral y giros en la pared.

EDADES: 8 – 14 años de edad
HORA: 9 – 9:45 a.m. ● 11 – 11:45 a.m.
● 6 – 6:45 p.m.



PROGRAMAS DE NIÑOS PEQUEÑOS

PEQUEÑOS ATLETAS

Los niños realizarán diversos movimientos deportivos durante ejercicios estructurados y mejorarán su motricidad gruesa. Cada clase se centrará en un ejercicio deportivo diferente, prácticas y juegos de intensidad alta y baja, todo en un ambiente no competitivo.

UBICACIÓN: Indio Teen Center
INSCRIPCIÓN: mayo DÍAS: sábados
EDADES: 1 ½ – 3 años de edad
HORA: 9:15 – 9:45 a.m. COSTO: \$25 por Mes

ARTE DESORDENADO

Juntos explorarán la expresión creativa, la imaginación, la motricidad fina y la exploración sensorial de su hijo. A través del arte desordenado, animamos a los niños a ensuciarse las manos con materiales blandos y pegajosos. Ofrecemos un ambiente relajado donde usted y su hijo podrán desarrollar su creatividad y hacer nuevos amigos.

UBICACIÓN: Vestíbulo en Indio Metro 8
INSCRIPCIÓN: junio, julio
EDADES: 1 ½ – 3 años de edad
DÍAS: viernes HORA: 9 – 10:30 a.m.
COSTO: \$50 por Mes

TIEMPO DE JUEGO PARA NIÑOS

Come play in a space filled with balls, toys and tunnels. This drop in tot space gives toddlers an opportunity to engage in developing social skills, small motor skills all while having fun. Adult participation is required.

INSCRIPCIÓN: mayo
DÍAS: martes HORA: 5 – 6 p.m.
EDADES: 6 meses – 1 ½ años de edad
COSTO: \$40 por Mes

YOUNG AT ART SUMMER CAMP

EMPIEZA EL 9 DE JUNIO PARA NIÑOS DE 8 A 14 AÑOS

Para matricular, visita: CVHM.ORG/EDUCATION

EXPLORE
COACHELLA VALLEY HISTORY MUSEUM

Indio Hills

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

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

Indio Hills Community Center



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

HORAS: Ver actividades por horarios/días

50+ ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

PROGRAMA DE SENIORS

Acompáñenos a disfrutar de un café, bingo, lotería, manualidades y mucho más. Este divertido grupo se reúne para celebrar cumpleaños, ir de excursión y crear amistades eternas. Traer su platillo favorito para compartir con el grupo es una excelente manera de conectar.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes, miércoles, jueves

HORA: 9:30 a.m. – 12:30 p.m.

EDADES: 50 años de edad y más COSTO: Gratis



EVENTOS DE LA COMUNIDAD

2025 HORA DE REGRESO A CLASES

El Distrito y sus colaboradores comunitarios organizarán un evento de regreso a clases para estudiantes de K – 12 en Indio Hills, donde se ofrecerán mochilas, útiles escolares y más, por orden de llegada. No es necesario registrarse. Para consultas sobre proveedores o patrocinadores, escriba a avelasquez@drd.us.com.



FECHA: domingo 3 de agosto HORA: 10 a.m. – 12 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

Para participar en la planificación futura de eventos comunitarios de Indio Hills, comuníquese con

► avelasquez@drd.us.com ◀

FIESTA DE INDIO HILLS

¡Únete a nosotros en una fiesta familiar en el Centro Comunitario! Disfruta de un concurso de salsa, piñata, lotería, manualidades con papel picado y mucho más; ¡diversión que no te quieres perder!

FECHA: sábado 3 de mayo HORA: 4 – 6 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

FIND DISTRIBUCIÓN DE ALIMENTOS

Traemos la comida del FIND Food Bank como una forma de ayudar a las familias dentro de la comunidad de Indio Hills. Las distribuciones se realizarán en el



estacionamiento del Centro Comunitario de Indio Hills.

Respete las señales de seguridad de conducción, los alimentos se distribuyen por orden de llegada.

DISTRIBUCIÓN: Segundo viernes del mes
(puede excluir días festivos)

HORA: 9:30 – 11:30 a.m.

(o hasta que se haya distribuido toda la comida)

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

EXCURSIONES DE VERANO

El equipo del Centro Comunitario Indio Hills ofrecerá transporte a diversas actividades y lugares divertidos durante este verano. Entre ellas: excursiones de pesca, piscinas, excursiones de un día y más. Se pueden aplicar cargos para ciertas actividades. Para más información, llame al 760-902-0574.

FECHAS Y HORA: Varias fechas y horarios

REUNIÓN DEL CONSEJO COMUNITARIO DE INDIO HILLS

El Consejo Comunitario de Indio Hills se reúne el tercer martes de mayo. Esta reunión está abierta al público para conocer las últimas noticias de la comunidad de Indio Hills, presentadas por funcionarios gubernamentales, autoridades locales y presentaciones especiales.

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

FECHA: martes 20 de mayo • HORA: 6 – 8 p.m. • ABIERTO A TODAS LAS EDADES

Para conocer las fechas de las reuniones y obtener más información, visite: <https://rivco4.org/Councils/Community-Councils>

La Quinta

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 a continuación.

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

La Quinta Community Fitness Center & Park



77-865 Avenida Montezuma, La Quinta, CA 92253
(760) 564-9921
HORA: lunes – viernes: 5:30 a.m. – 8:30 p.m.
sábado: 8 a.m. – 12 p.m.
domingo: cerrado

Fritz Burns Pool



78-107 Avenue 52, La Quinta, CA 92253
(760) 771-4347
HORA: Consulte Actividades para horarios/días

50+ ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

FIT BEYOND 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: 11:30 a.m. – 12:45 p.m.

EDADES: 50 años de edad y más

COSTO: GRATIS para miembros de DRD Get Fit Pass
o \$5 para instalaciones sin cita previa



ARTES Y MÚSICA

PIANO PRINCIPIANTE PARA ADULTOS

Esta clase enseña los fundamentos del piano con teclado, abarcando notas, ritmos, escalas, posiciones de las manos y piezas musicales sencillas pero desafiantes. ¡Un excelente comienzo para principiantes!

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes HORA: 9:15 – 10:15 a.m.

EDADES: 18 años de edad y más COSTO: \$65 por Mes

GUITARRA – AMBOS NIVELES

INSCRIPCIÓN: 16 de junio – 14 de julio

28 de julio – 25 de agosto

DÍAS: lunes EDADES: 9 años de edad y más

COSTO: \$80 por Mes • \$20 por Clase

GUITARRA PRINCIPIANTE

Aprende los fundamentos de la guitarra, ¡ideal para principiantes! Aprenderás diagramas de acordes, tablaturas, rasgueo, ritmo, fingerpicking, afinación y técnica adecuada. Empieza a tocar canciones de inmediato; no se requiere experiencia musical previa. Se incluyen todos los materiales; solo trae cualquier guitarra de nailon, de cuerdas metálicas o eléctrica.

HORA: 6 – 7 p.m.

GUITARRA DE SEGUNDO NIVEL

Esta clase presenta nuevos acordes, ritmos y canciones de artistas como Johnny Cash, Sheryl Crow y Rod Stewart. También aprenderás a leer notación estándar para solos de guitarra sencillos. Se proporcionan todos los materiales; solo tienes que traer cualquier guitarra de nailon, de cuerdas metálicas o eléctrica.

HORA: 7 – 8 p.m.





CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

CLUB INFANTIL – VISTA DUNES

En colaboración con Hope Through Housing, este Club Infantil es exclusivo para los residentes de Vista Dunes Apartments. Este programa extraescolar, en un ambiente seguro, ofrece mentoría, un refrigerio saludable, ayuda con las tareas y actividades que apoyan el enriquecimiento académico.

Nota: Durante el periodo de verano, del 10 de junio al 7 de agosto, en lugar de ayuda con las tareas, se centrará en asignaturas como cocina, manualidades y actividades científicas.

UBICACIÓN: Complejo de apartamentos Vista Dunes

DÍAS, HORARIOS Y FECHAS:

lunes a viernes • 3 – 6 p.m.

1 – 30 de mayo • 1 – 5 de junio • 20 – 29 de agosto

martes y jueves • 1 – 4 p.m.

10 – 26 de junio • 1 – 31 de julio • 5 – 7 de agosto

EDADES: 5 – 17 años de edad COSTO: Gratis



BAILE

SALÓN, SWING Y Salsa PARA PRINCIPIANTES

Esta animada clase de baile de salón para principiantes abarca swing, salsa y una introducción al fox trot, con patrones básicos. Se aceptan participantes individuales y en pareja.

INSCRIPCIÓN: 1 al 22 de mayo • 5 al 26 de junio
10 al 31 de julio • 7 al 28 de agosto

DÍAS: jueves HORA: 4 – 5 p.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$55 por Mes • \$15 por Clase

BALLET PRINCIPIANTE

Los bailarines aprenderán los pasos básicos del ballet y las posiciones iniciales. Esta clase también está diseñada para mejorar la coordinación y el equilibrio de los niños, a la vez que les enseña a apreciar e interpretar la música.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves HORA: 5:30 – 6:15 p.m.

EDADES: 5 – 10 años de edad

COSTO: \$42 por Mes

BAILA, JUEGA Y FINGE

Su hijo disfrutará de un tiempo lúdico y de simulación mientras aprende movimientos básicos de ballet en un ambiente divertido y enriquecedor. Se requieren zapatillas de ballet para las niñas y camiseta, pantalones cortos y calcetines para los niños.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS Y HORA: lunes, 4 – 4:45 p.m. ●

miércoles, 5:30 – 6:15 p.m. ● viernes, 9 – 9:45 a.m.

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

BAILE EN LÍNEA PARA PRINCIPIANTES

¡Únete a esta divertida y animada clase de baile en línea para aprender el Cupid Shuffle, el Electric Slide y otros pasos populares! Bailar te mantiene en forma, alerta y con energía. Usa ropa y calzado cómodos.

INSCRIPCIÓN: 1 al 22 de mayo • 5 al 26 de junio
10 al 31 de julio • 7 al 28 de agosto

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

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$55 por Mes • \$15 por Clase



SALUD Y ESTADO FISICO

VINYASA SUAVE

En esta clase para todos los niveles, conectamos la respiración con el movimiento consciente, desarrollando fuerza, flexibilidad y equilibrio en un espacio seguro y de apoyo. Ofrecemos accesorios y modificaciones para adaptarnos a las necesidades de tu cuerpo.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes HORA: 5:30 – 6:30 p.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$50 per Sesiones • \$15 por Día

ENTRENAMIENTO PERSONAL

(sesiones de 30 minutos y 1 hora, opciones de paquete único y de 5)

Nuestro entrenador Elite con certificación ISSA se especializa en Fuerza y Rendimiento en Tenis, Fitness para Personas Mayores, Pérdida de Peso y Coaching de Salud. Los programas se desarrollan en Fuerza, Movilidad y Flexibilidad, Equilibrio y Coordinación, y Entrenamiento Avanzado, con apoyo continuo por correo electrónico y mensajes de texto.

La Quinta

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 a continuación.



SALUD Y ESTADO FISICO

ENTRENAMIENTO PERSONAL CONTINUADO

INSCRIPCIÓN: Concertar en persona con el entrenador en el gimnasio comunitario de La Quinta. *Capacitación en grupo disponible, consulte con el entrenador.*

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: Sesión individual de **60** minutos – \$90

5 sesiones de **60** minutos – \$400

Sesión única de **30** minutos – \$50

5 sesiones de **30** minutos – \$200

SALSAEROBICS

¡Aeróbicos con un toque latino! Esta divertida clase combina aeróbicos, baile y ejercicio al ritmo de la salsa, mejorando la flexibilidad, el acondicionamiento y la forma física.

INSCRIPCIÓN: Sólo mayo y junio

DÍAS: martes y jueves **HORA:** 8 – 9 a.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$40 por Sesión

TERAPIA DE BAÑO DE SONIDO

Un baño de sonido utiliza instrumentos musicales para crear una experiencia de meditación relajante. Sus beneficios incluyen relajación, reducción del estrés y mejor sueño. Guiado por un instructor capacitado.

FECHAS: 6 de mayo • 10 de junio • 8 de julio • 5 de agosto

DÍAS: martes **HORA:** 10:30 – 11:30 a.m.

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: Gratis para miembros de instalaciones DRD o \$5 para instalaciones sin cita previa

YIN YOGA

El Yin Yoga se centra en estiramientos profundos que trabajan la fascia y el tejido conectivo, mejorando la circulación, la movilidad y la flexibilidad. Disfruta de posturas largas y relajantes que fomentan la quietud y una sensación de amplitud.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes **HORA:** 4:15 – 5:15 p.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$50 por Sesión • \$15 por Día



ZUMBA

Un entrenamiento total, que combina todos los elementos del fitness; cardio, acondicionamiento muscular, equilibrio y flexibilidad, aumento de energía y una gran dosis de increíble cada vez que sales de clase.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: miércoles y viernes

HORA: 10 – 11 a.m. **EDADES:** 16 años de edad y más

COSTO: \$48 por Mes • \$8 por Clase



INTERÉS ESPECIAL

PERROS DISCOTECA

Esta divertida y divertida clase de baile de salón es para mamás o papás y sus perros. Aprende coreografías sencillas con un máximo de 8 perros por clase. No se requieren trucos. Se requiere preinscripción y un cuestionario para perros



FECHAS Y HORA:

Miércoles • 7 y 14 de mayo • 4 y 11 de junio • 10:30 – 11:30 a.m.

Lunes • 7 y 14 de julio • 4 y 11 de agosto • 1:15 – 2:15 p.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$25 por sesión de 2 semanas



DEPORTES

LIGA DE SOFTBOL MIXTA DE LA QUINTA

¡Prepara tu plantilla de jugadores COED y volvamos al campo! La liga se rige por las reglas y regulaciones de lanzamiento lento para adultos. Las eliminatorias se celebrarán el 18 de agosto de 2025. Por favor, inscribe a tu equipo en persona en el Gimnasio Comunitario La Quinta antes del miércoles 18 de junio de 2025. Para más información, llama al 760-564-9921.

UBICACIÓN: Francis Hack Field at La Quinta Community Park
LIGAS, DÍAS Y FECHAS:

Lunes COED

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

23 de junio – 11 de agosto

HORA: 6:15 – 10:15 p.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$450 por equipo por temporada

ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA

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

TARIFAS DE ENTRADA:

NIÑOS: \$3 (Menores de 3 Años Entran Gratis)

ADULTOS: \$4

FECHAS Y HORARIOS DE LA PISCINA:

Abierto todo el año

LUNES – JUEVES:

9 – 10 a.m. (Clases de fitness acuático/natación)

10 a.m. – 12 p.m. (Clases para jóvenes/Natación)

12 – 2 p.m. (Natación de entrenamiento/Natación abierta)

2 – 4 p.m. (Cerrado)

4 – 7 p.m. (Lecciones para jóvenes)

7 – 8 p.m. (Clases de fitness acuático/natación)

VIERNES:

8 – 9 a.m. (Clases para adultos/Natación)

9 a.m. – 2 p.m. (Natación de entrenamiento/Natación abierta)

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

SÁBADOS:

8 – 9 a.m. (Natación de entrenamiento/Natación abierta)

9 – 10 a.m. (Clases de fitness acuático/natación)

10 a.m. – 12 p.m. (Clases para jóvenes/Natación)

12 – 2 p.m. (Natación de entrenamiento/Natación abierta)

4 – 5 p.m. (Juego de salpicaduras adaptable)

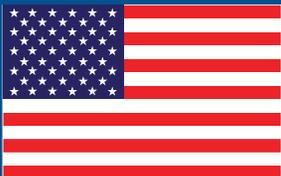
5 – 9 p.m. (Natación de entrenamiento/Natación abierta)

DOMINGOS: Cerrado

EVENTOS ESPECIALES EN LA PISCINA

Únase a nosotros el viernes 13 de junio para el **“Viernes de natación libre”** de 5 a 9 p. m.

DÍA DE NATACIÓN GRATUITA PARA VETERANOS



Los veteranos tendrán la oportunidad de nadar gratis por la tarde y la noche del viernes 4 de julio.

EVENTOS ESPECIALES EN LA PISCINA

PELÍCULAS DE INMERSIÓN

Familias y amigos de todas las edades disfrutarán de una película familiar gratis en la piscina. No se necesitan entradas; solo vengan a disfrutar de una película divertida, incluso desde la comodidad del agua en una noche de verano.



FECHAS Y PELÍCULA: viernes 20 de junio, La Sirenita
viernes 18 de julio, Sonic 3 • viernes 8 de agosto, Moana 2

HORA: 7 – 10 p.m. EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis

SEGURIDAD ACUÁTICA CON LENNY EN LANDSHARK

¡Únete a nosotros en una divertida e interactiva lección de seguridad acuática con Lenny, el tiburón terrestre! Los niños aprenderán sobre el agua, el sol y la seguridad en los canales, chalecos salvavidas y cómo pedir ayuda. ¡Incluye libros para colorear de Lenny gratis!

DÍAS: sábados HORA: 12 – 1 p.m.

FECHAS: 31 de mayo • 28 de junio • 26 de julio • 30 de agosto

EDADES: 2 – 11 años de edad COSTO: Gratis

WORLD'S LARGEST SWIM LESSON

Participe en una misión global con DRD y el equipo WLSL, reuniendo a decenas de miles de personas de cientos de comunidades de todo el mundo para participar en la misma lección el 26 de junio para generar conciencia sobre el ahogamiento y el hecho de que la natación es una habilidad vital para salvar vidas que todo niño debería aprender.

FECHA: jueves 26 de junio HORA: 7 – 9 p.m.

EDADES: 6 meses – 17 años de edad COSTO: Gratis

NATACIÓN ADAPTATIVA

JUEGO DE SALPICADURAS ADAPTATIVO

Las personas con discapacidad o necesidad especial pueden unirse a una natación abierta temprana, lo que brinda la oportunidad de practicar habilidades de natación y divertirse con amigos y familiares.

FECHAS: 14 de junio – 5 de julio • 12 de julio – 2 de agosto
9 al 30 de agosto

DÍAS: sábados HORA: 4 – 4:45 p.m.

EDADES: 4 años y más con discapacidad o necesidad especial

COSTO: Gratis

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 a continuación.



ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA

CLASES DE AGUA PARA ADULTOS

LECCIONES DE NATACIÓN PARA ADULTOS

Nunca es tarde para aprender a nadar o perfeccionar tus habilidades. Presentaremos las técnicas a nuestros nadadores principiantes y trabajaremos la brazada y la resistencia para los nadadores intermedios. Esta clase está diseñada para introducir y mejorar las habilidades básicas necesarias para alcanzar tus objetivos personales.

FECHAS: 13 de junio – 5 de julio • 11 de julio – 2 de agosto
8 – 30 de agosto

DÍAS: viernes y sábados HORA: 8 – 8:45 a.m.

EDADES: 18 años de edad y más COSTO: \$80 por Sesión

AERÓBIC ACUÁTICO PARA ADULTOS

Esta clase de aeróbic acuático de alta intensidad utiliza el peso corporal, pesas de agua y fideos para desarrollar fuerza y resistencia. ¡Únete a la diversión en este entrenamiento rápido y desafiante! No se requiere saber nadar.

EDADES: 18 años de edad y más COSTO: \$60

DÍAS Y FECHAS:

sábados – 9 – 9:45 a.m.

21 de junio – 9 de agosto • 16 de agosto – 4 de octubre

DÍAS Y FECHAS:

lunes y miércoles: 7 – 7:45 p.m.

9 de junio – 2 de julio • 7 – 30 de julio • 4 – 27 de agosto

DÍAS Y FECHAS:

martes y jueves: 9 – 9:45 a.m.

10 de junio – 3 de julio • 8 – 31 de julio • 5 – 28 de agosto

CLASE DE CHAPOTEO PARA PERSONAS MAYORES

Una clase de aeróbic acuático de ritmo lento que se centra en aumentar la flexibilidad y mantener la fuerza. Esta clase incorpora el uso de peso corporal, pesas de agua y flotadores. No se requiere saber nadar.

EDADES: 62 años de edad y más

COSTO: \$35 por Sesión



CLASE DE CHAPOTEO PARA PERSONAS MAYORES CONTINUADO

DÍAS Y FECHAS: lunes y miércoles : 9 – 9:45 a.m.

9 de junio – 2 de julio • 7 – 30 de julio • 4 – 27 de agosto

HORA: 7 – 7:45 p.m.

FECHAS: martes y jueves: del 10 de junio al 3 de julio

lunes y jueves: del 10 al 31 de julio

martes y miércoles: del 5 al 28 de agosto

PRECALIFICACIÓN DE SALVAVIDAS

Nadar 300 yardas continuamente, demostrando control de la respiración y respiración rítmica. 2. Mantenerse a flote durante 2 minutos usando solo las piernas. 3. La recuperación de objetos es una prueba de natación cronometrada con una inmersión en la superficie para recuperar un objeto de 4.5 kg y regresar al punto de partida en 1 minuto y 40 segundos. Las actividades preparan a los candidatos para reconocer y responder con rapidez y eficacia ante emergencias, y prevenir ahogamientos y lesiones.

FECHAS Y HORA: sábados del 3 al 31 de mayo • 12 – 1 p.m.

EDADES: 16 años de edad y más COSTO: Gratis

CLASES DE NATACIÓN INFANTIL Y JUVENIL

El costo de todas las siguientes clases es de \$70 por sesión, las clases se llevan a cabo los lunes, martes, miércoles y jueves, y las fechas de las clases de natación son las siguientes, a menos que se indique lo contrario:

SESIÓN 1: 9 – 19 de junio SESIÓN 4: 21 – 31 de julio

SESIÓN 2: 23 de junio – 3 de julio

SESIÓN 3: 7 – 17 de julio SESIÓN 5: 4 al 14 de agosto

Sesiones del sábado:

SESIÓN 1: 21 de junio – 9 de agosto

SESIÓN 2: 16 de agosto – 4 de octubre

CLASES DE NATACIÓN INFANTIL

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

Clases de padres y yo : EDADES: 6 meses – 3 años de edad

HORA: 11 – 11:45 a.m. **O** 5 – 5:45 p.m. **O** 6 – 6:45 p.m.

Clases de padres y yo: sábado:

HORA: 10 – 10:45 a.m.

La Quinta

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

CLASES DE NATACIÓN PRE-ESCOLAR

¡Vamos a nadar! A esta edad, a los niños que se sienten cómodos cerca del agua se les presentan los fundamentos de una natación segura y eficaz.

GUPPIES: Los niños son ubicados en clases según su capacidad y los padres no acompañan a los niños en esta clase.

EDADES: 3 – 6 años de edad

HORA: 10 – 10:45 a.m. ● 11 – 11:45 a.m. ● 12 – 12:45 p.m.

● 4 – 4:45 p.m. ● 5 – 5:45 p.m. ● 6 – 6:45 p.m.

Guppies: sábado

HORA: 10 – 10:45 a.m. ● 11 – 11:45 a.m.



CLASES DE NATACIÓN EN LA ESCUELA PRIMARIA

La natación es una excelente manera de mantenerse en forma y activo, y nuestra clase de pingüinos de los sábados presentará a los niños este fantástico deporte.

PINGÜINOS 1 & 2: Los niños aprenderán a comprender las reglas básicas de seguridad en el agua, habilidades de ajuste en el agua, flotación frontal y posterior con y sin apoyo durante cinco segundos, deslizamiento, patadas frontales y posteriores con apoyo y demostración de acción alternada de brazos con uso simultáneo de piernas.

Pingüinos 1 EDADES: 6 ½ – 9 años de edad

HORA: 10 – 10:45 a.m. ● 11 – 11:45 a.m.

4 – 4:45 p.m. ● 5 – 5:45 p.m.



Pingüinos 2 EDADES: 8 – 12 años de edad

HORA: 5 – 5:45 p.m. ● 6 – 6:45 p.m.

Pingüinos 1 & 2: sábado: HORA: 11 – 11:45 a.m.

RAYAS: Los nadadores deben demostrar todas las habilidades mencionadas en Penguins, además de la capacidad de nadar 10 yardas sin apoyo. Las habilidades que se enseñan incluyen estilo libre, braza, mariposa y espalda básica.

EDADES: 6 ½ – 12 años de edad

HORA: 10 – 10:45 a.m. ● 4 – 4:45 p.m.



BARRACUDAS: El crol, el crol de espalda, la espalda, la braza y la patada lateral, junto con la flotación, hacen que esta clase sea divertida, ya que los niños perfeccionan y amplían sus habilidades de natación.

EDADES: 7 – 13 años de edad

HORA: 5 – 5:45 p.m.



TIBURONES: Los Sharks se centran en la resistencia, el dominio de la respiración a crol y el perfeccionamiento de la mariposa y la espalda. Se introducen los giros de pared. Los requisitos incluyen 25 yardas de crol con respiración lateral, espalda y espalda básica.

EDADES: 8 – 14 años de edad

HORA: 6 – 6:45 p.m.



ADAPTIVE SWIMMING LESSONS

1 on 1 Adaptive Beginner Swimming Lessons



► Personas con discapacidad o necesidad especial, mayores de 4 años

► Fritz Burns Pool
51885 Avenida Bermudas, La Quinta

► Jueves: 11 a.m. – 1 p.m.

► \$45 por lección de 30 minutos
8 lecciones en total
\$360 Residente • \$440 No residente

Se requiere preinscripción: 760-834-9597
MyRecreationDistrict.com

Gracias Juan



DRD agradece sinceramente a Juan Salas, nuestro instructor voluntario de La Quinta Fit Beyond 50 durante 10 años. Recibió el Premio al Ciudadano Distinguido de la Ciudad de La Quinta por su servicio a nuestra comunidad.

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 a continuación.

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

Mecca Community Center



65-250 Coahuilla Street, Mecca, CA 92254

(760) 396-0257

HORA: lunes viernes: 8 a.m. – 2 p.m.
sábado y domingo: cerrado

Mecca Community Pool



65-250 Coahuilla Street, Mecca, CA 92254

(760) 347-3484

Reserve alquileres de primavera y verano ahora

50+ ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

PROGRAMA SENIOR

¡Únase a nosotros para el Programa Seniors de Mecca donde las personas mayores pueden disfrutar de actividades como manualidades, Fit After 50, arte, presentadores invitados, recursos y mucho más! Pase y recoja nuestro calendario mensual.

INSCRIPCIÓN: En curso

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

EDADES: 50 años de edad y más COSTO: Gratis

CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

CLUB DE NIÑOS – PASEO DE LOS HEROES

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

UBICACIÓN: Paseo De Los Heroes Apartments

INSCRIPCIÓN: Calendario en curso durante el año escolar de CVUSD (los días festivos pueden estar excluidos)

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

EDADES: 5 – 17 años de edad COSTO: Gratis



CLUB EXTRAESCOLAR DE MECCA

Nuestros programas extraescolares ofrecen un ambiente seguro, divertido y social al finalizar la jornada escolar. Los estudiantes pasan la tarde haciendo tareas, actividades físicas, proyectos de arte, jugando y participando en eventos especiales. Se ofrece una merienda diaria y los estudiantes son supervisados por nuestro personal profesional y capacitado.

INSCRIPCIÓN: Continuo durante el año escolar

(se pueden excluir los días festivos)

HORA: 2:45 – 6 p.m. DÍAS: lunes a viernes

LOS GRADOS: 5 – 11 años de edad

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

ESCENA ADOLESCENTE

Abierto a todos los jóvenes de preparatoria, este programa brindará apoyo académico y los expondrá a diversos estilos de liderazgo. Las actividades recreativas y los talleres se centrarán en habilidades de liderazgo, concientización comunitaria, desarrollo del carácter, habilidades para la vida y mucho más.

INSCRIPCIÓN: 8 al 31 de julio • 5 al 14 de agosto

DÍAS: martes y jueves HORA: 3 – 6 p.m.

EDADES: 13 – 17 años de edad COSTO: Gratis

EVENTOS DE LA COMUNIDAD

NOCHE DE LOTERÍA

Nos emociona dar la bienvenida a la comunidad de Mecca y sus alrededores para una noche de juegos, comunidad y diversión.

¡Todas las edades son bienvenidas a participar en un divertido y dinámico juego de lotería!



FECHA: martes 12 de agosto HORA: 6 – 7:30 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

SOCIALES PARA PERSONAS MAYORES

Personas mayores, ¡únanse a nosotros en el Centro Comunitario Mecca para un día de artes creativas, juegos, refrigerios y mucha más diversión!

FECHA: miércoles 30 de julio HORA: 10 a.m. – 1 p.m.

EDADES: 55 años de edad y más COSTO: Gratis

BAILE

FOLKLORICO (BALLET FOLKLORICO)

La clase se centrará en la historia, la cultura, la música y la danza de México. Los jóvenes aprenderán los fundamentos del zapateado y los pasos del ballet folklórico, incluyendo el trabajo con falda, las técnicas de baile, el estilo de interpretación y la coreografía.

INSCRIPCIÓN: mayo, junio, julio

DÍAS: miércoles

EDADES Y HORA: 5 – 9 años de edad • 5:30 – 6:30 p.m.

10 – 13 años de edad • 6:30 – 7:30 p.m.

COSTO: \$30 por Mes

SALUD Y ESTADO FISICO

YOGA PARA MAMÁS Y ADOLESCENTES

Esta clase de yoga para todos los niveles fortalece, equilibra y promueve la paz interior, a la vez que fomenta el tiempo de calidad en familia. Al terminar, te sentirás alineado, renovado y conectado con tu cuerpo y con tu ser querido.

INSCRIPCIÓN: junio, julio, agosto

DÍAS: jueves HORA: 6 – 7 p.m.

EDADES: 14 años de edad y más

FEE: \$25 por Mes, por Participante

YOGA

Nuestra clase de yoga, ideal para principiantes, es apta para todos los niveles y te guiará a través de movimientos que fortalecen, equilibran y promueven la paz interior. Tanto si eres nuevo en yoga como si tienes experiencia, te sentirás alineado, renovado y profundamente conectado contigo mismo.

INSCRIPCIÓN: junio, julio, agosto

DÍAS: jueves HORA: 7 – 8 p.m.

EDADES: 14 años de edad y más COSTO: \$25 por Mes



PELICULAS

PELÍCULAS EN EL PARQUE

¡No necesitas entradas! ¡Ven a disfrutar de un momento familiar mientras disfrutas de una película bajo las estrellas! No olvides traer una silla, una manta y prepárate para disfrutar de una película en familia.

UBICACIÓN: Mecca Sports Park

FECHA: miércoles 11 de junio HORA: 8 – 10 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis



PROGRAMA AL AIRE LIBRE

DÍA DE PASEO POR EL PARQUE

Familias y amigos, vengan y comiencen el día con una caminata de 30 minutos en el Parque Deportivo Mecca. ¡Este divertido evento familiar es para todas las edades! Se admiten carriolas y perros. Acompañennos en actividades de calentamiento antes de la caminata que comienza a las 9:30 a.m.

UBICACIÓN: Mecca Sports Park

FECHA: sábado 3 de mayo HORA: 9 – 10 a.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis



DEPORTES

¡PRÓXIMAMENTE LAS LIGAS DEPORTIVAS DEL EAST VALLEY!

Baloncesto, Béisbol, Fútbol americano, Fútbol (ya en la temporada 3)

ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO

¡Únete a nuestra clase de baloncesto para principiantes, diseñada para jóvenes que desean aprender los fundamentos del juego! Esta clase se centra en desarrollar habilidades esenciales como el regate, el tiro, el pase y el trabajo en equipo en un ambiente divertido y de apoyo.

UBICACIÓN: Mecca Community Park Basketball Courts

INSCRIPCIÓN: mayo DÍAS: martes HORA: 6 – 7 p.m.

EDADES: 7 – 11 años de edad COSTO: \$25 por Sesión

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 a continuación.

DEPORTES

INSCRIPCIÓN A LA LIGA DE BALONCESTO JUVENIL DE VERANO – MECCA

¡Llegó el baloncesto juvenil de verano! Los entrenamientos son los martes, con horarios establecidos por los entrenadores (normalmente de 17:00 a 20:00 h). El enfoque está en el desarrollo de los jugadores, con cronómetros, sustituciones obligatorias y equipamiento adaptado a cada edad. Se proporcionan camisetas y árbitros. ¡Únete a la diversión esta temporada!

UBICACIÓN DE LA PRÁCTICA: Varias ubicaciones

UBICACIÓN DEL JUEGO: Mecca Boys & Girls Club Gym

División A: 7 – 9 años de edad

División B: 10 – 12 años de edad

INSCRIPCIÓN: 17 de junio – 31 de julio

Liga de sesiones de 7 semanas

DÍAS: martes y jueves HORA: Entre las 6 y las 9 p.m.

COSTO: \$50 Registro

T-BALL ROOKIES

El programa T-Ball Rookies está diseñado para ayudar a los jóvenes atletas a desarrollar habilidades de béisbol de nivel principiante, como atrapar, lanzar, colocarse en posición de bateo y correr las bases. Los atletas deben traer su propio guante y pueden traer su propio bate y casco.



UBICACIÓN: Mecca Community Park

INSCRIPCIÓN: mayo, agosto

DÍAS: martes HORA: 6 – 6:45 p.m.

EDADES: 4 – 6 años de edad COSTO: \$20 por Sesión

TINY SOCCER STARS

Nuestra clínica se centrará en diversos ejercicios para mejorar tus habilidades futbolísticas, así como los fundamentos del fútbol. Animamos a todos los atletas a traer un balón de fútbol, espinilleras y calzado deportivo antideslizante.

UBICACIÓN: Mecca Sports Park

INSCRIPCIÓN: junio

DÍAS: martes HORA: 6 – 6:45 p.m.

EDADES: 4 – 6 años de edad COSTO: \$20 por Sesión

CLÍNICA DE BÉISBOL JUVENIL

Los instructores ayudarán a los participantes a desarrollar habilidades de atrapar, lanzar, batear y correr bases, a la vez que cubren los fundamentos del juego. Esta clínica es perfecta para principiantes. Los atletas deben traer su propio guante, y les recomendamos traer un bate y un casco.

UBICACIÓN: Mecca Community Park

INSCRIPCIÓN: mayo y agosto

DÍAS: martes HORA: 7 – 8 p.m.

EDADES: 7 – 11 años de edad COSTO: \$25 por Sesión

CLÍNICA DE FÚTBOL JUVENIL

Nuestra clínica se centrará en diversos ejercicios para mejorar tus habilidades futbolísticas, además de cubrir los fundamentos del fútbol. Animamos a todos los atletas a traer un balón de fútbol, espinilleras y calzado deportivo antideslizante.



UBICACIÓN: Mecca Sports Park

INSCRIPCIÓN: junio

DÍAS: martes HORA: 6:45 – 7:45 p.m.

EDADES: 8 – 12 años de edad COSTO: \$25 por Sesión

ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA

TODAS LAS ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y ACUÁTICOS ENUMERADAS EN ESTA SECCIÓN SE REALIZARÁ EN PISCINA COMUNITARIA MECCA

TARIFAS DE ENTRADA:

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

ADULTOS: \$4

FECHAS Y HORARIOS DE LA PISCINA:

Primer día – 9 de junio • Último día – 1 de septiembre
(Las horas se reducirán a fines de semana solo a partir del 17 de agosto)

LUNES – JUEVES:

4 – 7 p.m. (Lecciones para jóvenes)

7 – 9 p.m. (Natación en regazo/Natación abierta)

VIERNES Y SÁBADOS:

4 – 5 p.m. (Juego de chapoteo adaptativo) Solo el Sábado

5 – 9 p.m. (Natación abierta)

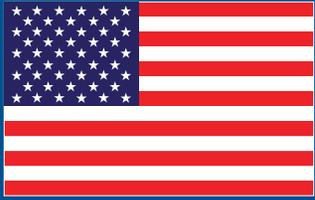
DOMINGOS:

5 – 9 p.m. (Natación abierta)

EVENTO ESPECIAL EN LA PISCINA

Únase a nosotros el viernes 13 de junio para el
“**Viernes de natación libre**” de 5 a 9 p.m.

DÍA DE NATACIÓN GRATUITA PARA VETERANOS



Los veteranos tendrán la oportunidad de nadar gratis por la tarde y la noche del viernes 4 de julio.

DÍA DE LA SEGURIDAD DEL AGUA CON LENNY THE LANDSHARK

¡Únete a nosotros para una divertida introducción a la seguridad acuática con Lenny, el tiburón terrestre! Aprende sobre el agua, el sol y la seguridad en los canales, chalecos salvavidas y cómo pedir ayuda. Incluye libros para colorear de Lenny.

FECHA: jueves, 19 de junio

HORA: 7 – 8:30 p.m.

EDADES: 3 – 11 años de edad COSTO: Gratis



WORLD'S LARGEST SWIM LESSON

Participe en una misión global con DRD y el equipo WLSL, reuniendo a decenas de miles de personas de cientos de comunidades de todo el mundo para participar en la misma lección el 20 de junio para generar conciencia sobre el ahogamiento y el hecho de que la natación es una habilidad vital para salvar vidas que todo niño debería aprender.

FECHA: jueves, 26 de junio HORA: 7 – 9 p.m.

EDADES: 6 meses – 17 años de edad COSTO: Gratis

NATACIÓN ADAPTATIVA

ADAPTIVE SPLASH PLAY

Las personas con discapacidad o necesidad especial son bienvenidas a unirse a una natación abierta temprana, lo que brinda la oportunidad de practicar habilidades de natación y divertirse con amigos y familiares.

FECHA: 14 de junio – 5 de julio • 12 de julio – 2 de agosto
9 al 30 de agosto

DÍAS: sábados HORA: 4 – 4:45 p.m.

EDADES: 4 años y más con discapacidad o necesidad especial

COSTO: Gratis

CLASES DE NATACIÓN PARA NIÑOS Y JÓVENES

El costo de todas las siguientes clases es de \$70 por sesión, las clases se llevan a cabo los lunes, martes, miércoles y jueves, y las fechas de las sesiones de la clase de natación son las siguientes a menos que se indique lo contrario:

SESIÓN 1: 9 – 19 de junio

SESIÓN 4: 21 – 31 de julio

SESIÓN 2: 23 de junio – 3 de julio

SESIÓN 3: 7 – 17 de julio

SESIÓN 5: 4 al 14 de agosto

CLASES DE NATACIÓN INFANTIL

Nuestras clases de natación para bebés les ayudan a sentirse cómodos dentro y fuera del agua, ¡y a desarrollar una pasión por las actividades acuáticas para toda la vida! Los padres aprenden las habilidades básicas con sus hijos, y un adulto debe acompañarlos en el agua.

Parent & Me Classes: EDADES: 6 meses – 3 años de edad
HORA: 5 – 5:45 p.m.

CLASES DE NATACIÓN PREESCOLAR

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

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

EDADES: 3 – 6 años de edad

HORA: 4 – 4:45 p.m. ● 5 – 5:45 p.m. ● 6 – 6:45 p.m.



CLASES DE NATACIÓN EN LA ESCUELA PRIMARIA

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

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

Pingüinos 1 EDADES: 6 ½ – 12 años de edad

HORA: 4 – 4:45 p.m. ● 6 – 6:45 p.m.

Pingüinos 2 EDADES: 8 – 12 años de edad

HORA: 4 – 4:45 p.m. ● 5 – 5:45 p.m. ● 6 – 6:45 p.m.



Mecca

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 a continuación.

ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA

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

EDADES: 6 ½ – 12 años de edad
HORA: 4 – 4:45 p.m. **O** 6 – 6:45 p.m.



BARRACUDAS: Para niños que pueden realizar todas las habilidades del nivel Penguins y nadar 10 yardas de forma independiente. Se enseñan habilidades como estilo libre con respiración lateral, espalda, patada mariposa, espalda básica y seguridad en el agua.

EDADES: 7 – 13 años de edad
HORA: 5 – 5:45 p.m.



Lake Cahuilla

Veterans Regional Park
58075 Jefferson St. La Quinta, CA 92253

Enjoy the
Great Outdoors



SAVE*
50%
Second Night

Come visit for...

- Trailer/RV Camping
- Tent Camping
- Fishing Lake
- Horseback Trail
- Playground
- Sand Volleyball
- Pickleball
- Bocce Ball
- and more...

Events Calendar



RivCoParks.org

Online Reservations available 24/7

1-800-234-7275 (PARKS)

   @rivcoparks

*To receive discount, call 800-234-7275 and mention code CAMP25. Offer expires 9/30/2025. Discount not offered during special events, holiday weekends, or in conjunction with other discounts.



For reservations
& more information
scan the QR code.

North Shore

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

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

North Shore Beach & Yacht Club



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

HORA: lunes – viernes: 8 a.m. – 12 p.m. y
4 – 8 p.m.
sábado y domingo: cerrado

North Shore Community Park



99-480 70th Avenue, North Shore, CA 92254
(760) 393-0602

HORA: Ver actividades para horarios/días

50+ ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

PROGRAMA SENIOR

Únase a nosotros en el Programa para Personas Mayores de North Shore, donde podrán disfrutar de actividades como ejercicio, arte, ponentes invitados, recursos, excursiones y mucho más. ¡Visite el centro y recoja un calendario mensual!



INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes, miércoles, jueves HORA: 9 a.m. – 1 p.m.

EDADES: 50 años y mayores COSTO: Gratis



CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

CASA CLUB DESPUÉS DE LA ESCUELA DE NORTH SHORE

Nuestros programas después de la escuela proporcionan un ambiente seguro, divertido y social después de la finalización del día escolar. Se proporciona un refrigerio diario, y los estudiantes son supervisados por nuestro personal capacitado y profesional.

CASA CLUB DESPUÉS DE LA ESCUELA DE NORTH SHORE CONTINUADO

INSCRIPCIÓN: En curso durante el año escolar

(se pueden excluir los días festivos)

HORA: 2:45 – 6 p.m. DÍAS: lunes – viernes

GRADOS: 5 – 11 años de edad

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

VERANO JUNTO A LA ORILLA

¡Ven y únete a las divertidas actividades como juegos temáticos, proyectos de arte creativo, manualidades, torneos de juegos de mesa, karaoke y mucho más! Los participantes pueden aprender nuevas habilidades y fortalecer su autoestima mediante actividades deportivas, arte creativo, manualidades y juegos en grupo. Se ofrece una merienda diaria.

DÍAS: lunes – viernes (Días festivos excluidos)

HORA: 8 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 5 – 11 años de edad (El niño debe haber completado un año COMPLETO de jardín de infantes o TK)

TARIFAS SEMANALES: (Inicio de sesiones semanales (1, 14, 28 de julio, 4, 11 de agosto) – \$50 - Sesiones de 1 semana para campamento de medio día (duramos 4 horas máximo)

○ \$15 por día (no se permite el ingreso sin cita previa en los días de excursiones escolares)

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 ESCENA ADOLESCENTE

Abierto a todos los jóvenes de preparatoria, este programa brindará apoyo académico y los expondrá a diversos estilos de liderazgo. Las actividades recreativas y los talleres se centrarán en habilidades de liderazgo, concientización comunitaria, desarrollo del carácter, habilidades para la vida y mucho más.

INSCRIPCIÓN: 9 – 30 de julio, 4 – 13 de agosto
DÍAS: lunes y miércoles HORA: 3 – 6 p.m.
EIDADES: 13 – 17 años de edad COSTO: Gratis

EVENTOS DE LA COMUNIDAD

CATHOLIC CHARITIES DISTRIBUCIÓN DE COMIDA

No se requiere documentación para obtener comida en este evento gratuito; la comida se distribuye por orden de llegada a partir de las 8 a.m. y hasta agotar existencias. Se entrega desde el auto y la comida se depositará en su vehículo.

DÍAS: miércoles FRECUENCIA: semanal
HORA: 8 – 9 a.m.

NOCHE DE LOTERIA

Nos emociona dar la bienvenida a la comunidad de North Shore y sus alrededores para una noche de



juegos, comunidad y diversión. Todos están invitados a participar en esta divertida y emocionante noche de lotería.

FECHA: miércoles 13 de agosto HORA: 6 – 7:30 p.m.
EIDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

SOCIALES PARA PERSONAS MAYORES

Personas mayores, ¡únanse a nosotros en North Shore Beach & Yacht Club para una noche de artes creativas, juegos, refrigerios y mucha más diversión!

FECHA Y HORA: jueves 24 de julio • 10 a.m. – 1 p.m.
EIDADES: 55 años de edad y más COSTO: Gratis

BAILE

FOLKLORICO (BALLET FOLKLORICO)

La clase se centrará en la historia, la cultura, la música y danza de México. Los jóvenes aprenderán los conceptos básicos del juego de pies zapateado y los fundamentos del ballet folclórico, incluido el trabajo con faldas, técnicas de danza, estilo de actuación y coreografía.

INSCRIPCIÓN: mayo, junio, julio DÍAS: jueves
HORA Y EDADES: 5 – 6 p.m. • 5 – 7 años de edad
6 – 7 p.m. • 8 – 10 años de edad
7 – 8 p.m. • 11 – 13 años de edad

COSTO: \$30 por Mes

SALUD Y ESTADO FISICO

ZUMBA

Zumba es un sistema de fitness dinámico, emocionante y eficaz con pasos de baile y música alegres e internacionales. Es una excelente manera de hacer ejercicio y divertirse sin importar tu nivel de condición física, ¡te encantará Zumba!

INSCRIPCIÓN: En curso
DÍAS: martes y jueves HORA: 6 – 7 p.m.
EIDADES: 14 años de edad y más
COSTO: \$35 por Mes • \$7 por Clase

PELICULAS

PELÍCULAS EN EL PARQUE / NOCHES DE CINE

¡No necesitas entradas! ¡Ven a disfrutar de un momento familiar mientras disfrutas de una película bajo las estrellas! No olvides traer una silla, una manta y prepárate para disfrutar de una película en familia.

FECHA: jueves 12 de junio HORA: 8 – 10 p.m.
EIDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

PROGRAMA AL AIRE LIBRE

DÍA DE PASEO POR EL PARQUE

Familias y amigos, vengan y comiencen el día con una caminata de 30 minutos en el Parque Comunitario North Shore. ¡Este divertido evento familiar es para todas las edades! Se admiten carriolas y perros. Acompañennos en actividades de calentamiento antes de la caminata que comienza a las 9:30 a.m.

UBICACIÓN: North Shore Community Park
FECHA: sábado 24 de mayo HORA: 9 – 10 a.m.
EIDADES: Todas las edades COSTO: Gratis



North Shore

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

DEPORTES

¡PRÓXIMAMENTE LAS LIGAS DEPORTIVAS DEL EAST VALLEY!
Baloncesto, Béisbol, Fútbol americano, Fútbol (ya en la temporada 3)

ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO

¡Únete a nuestra clase de baloncesto para principiantes, diseñada para jóvenes que desean aprender los fundamentos del juego! Esta clase se centra en desarrollar habilidades esenciales como el regate, el tiro, el pase y el trabajo en equipo en un ambiente divertido y de apoyo.



UBICACIÓN: North Shore Community Park

INSCRIPCIÓN: mayo DÍAS: jueves

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

COSTO: \$25 por Sesión

TINY SOCCER STARS

Nuestra clínica se centrará en diversos ejercicios para mejorar tus habilidades futbolísticas, así como los fundamentos del fútbol. Animamos a todos los atletas a traer un balón de fútbol, espinilleras y calzado deportivo antideslizante.



INSCRIPCIÓN: junio, agosto

DÍAS: jueves HORA: 6 – 6:45 p.m.

EDADES: 4 – 6 años de edad

COSTO: \$20 por Sesión

CLÍNICA DE FÚTBOL JUVENIL

Nuestra clínica se centrará en diversos ejercicios para mejorar tus habilidades futbolísticas, además de cubrir los fundamentos del fútbol. Animamos a todos los atletas a traer un balón de fútbol, espinilleras y calzado deportivo antideslizante.

UBICACIÓN: North Shore Community Park

INSCRIPCIÓN: junio, agosto

DÍAS: jueves

HORA: 6 – 7 p.m.

EDADES: 7 – 11 años de edad

COSTO: \$25 por Sesión



The Great
DRD HUNT
75 años, 75 pistas

¡LLEGA ESTE OTOÑO!

75 years
DESERT
RECREATION DISTRICT

BUSCAR EXPLORAR DESCUBRIR

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.

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

Oasis del Desierto Park



88-775 Avenue 76, Thermal, CA 92274
(760) 393-0602

HORA: Ver actividades para horarios/días

ARTES Y MÚSICA

ESCENA ARTÍSTICA DE VERANO

Nuestra Escena Artística de Verano es una forma maravillosa de presentarles a los jóvenes de la comunidad de Oasis diversas formas de arte. Usaremos acuarela, acrílico, haremos botones y arte con arcilla.

UBICACIÓN: Mountain View Estates

INSCRIPCIÓN: 27 de mayo – 12 de junio

DÍAS: martes y jueves HORA: 6:30 – 7:30 p.m.

EDADES: 6 – 9 años de edad COSTO: Gratis

EVENTOS DE LA COMUNIDAD

H2-OASIS: DÍA DEL AGUA EN EL PARQUE

Ven a disfrutar con nosotros y a combatir el calor del verano en el primer día acuático de H2-Oasis. Animamos a todos los participantes a traer toallas y ropa que no les importe mojar. ¡Habrá música, actividades acuáticas y mucha diversión!

FECHA: viernes 13 de junio

HORA: 4:30 – 6:30 p.m.

EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis



NOCHE DE PINTURA PARA MAMÁ Y YO

¡Únete a nuestra Noche de Pintura con temática del Día de la Madre en Mountain View Estates! ¡Habrá refrigerios, bocadillos y música! No se necesita experiencia. Personas de todas las edades son bienvenidas a celebrar y ser creativas.

UBICACIÓN: Mountain View Estates

FECHA: miércoles 7 de mayo HORA: 6 – 7:30 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis



PROGRAMA AL AIRE LIBRE

DÍA DE PASEO POR EL PARQUE

Familias y amigos, vengan y comiencen el día con una caminata de 30 minutos en el Parque Oasis del Desierto. ¡Este divertido evento familiar es para todas las edades! Se admiten carriolas y perros. La caminata comienza a las 9:30 a.m.

UBICACIÓN: Oasis Del Desierto Park

EDADES: sábado 17 de mayo HORA: 9 – 10 a.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis



DEPORTES

¡PRÓXIMAMENTE LAS LIGAS DEPORTIVAS DEL EAST VALLEY!
Baloncesto, Béisbol, Fútbol americano, Fútbol (ya en la temporada 3)

ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO

Esta clase le ofrece ejercicios e instrucción de calidad que le ayudarán a desarrollar sus habilidades de baloncesto con instructores entusiastas.

INSCRIPCIÓN: mayo DÍAS: lunes HORA: 6 – 7 p.m.

EDADES: 7 – 12 años de edad COSTO: \$25 por Sesión

CLÍNICA DE FÚTBOL JUVENIL

Nuestra clínica se centrará en diversos ejercicios para mejorar tus habilidades futbolísticas. En todas las clases, también cubriremos los fundamentos del fútbol. Animamos a todos los atletas a traer un balón de fútbol, espinilleras y calzado deportivo antideslizante.



INSCRIPCIÓN: junio, julio

HORA: 6:30 – 7:30 p.m. DÍAS: miércoles

EDADES: 7 – 12 años de edad

COSTO: \$25 por Mes

Palm Desert

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

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

Palm Desert Community Center



43-900 San Pablo Avenue, Palm Desert
(760) 568-9697

HORA: lunes - viernes: 6 a.m. - 9 p.m.
sábado: 9 a.m. - 2 p.m.
domingo: cerrado

Portola Community Center



45-480 Portola Avenue, Palm Desert
(760) 568-2560

HORA: lunes - viernes: 8 a.m. - 8:30 p.m.
sábado y domingo: cerrado

The Golf Center at Palm Desert



74-945 Sheryl Avenue, Palm Desert
(760) 779-1877

HORA: Ver actividades para horarios/días

Cahuilla Hills Park

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

Civic Center Park

43-900 San Pablo Avenue, Palm Desert, CA 92260
(760) 568-9697 • HORA: 5 a.m. – 11 p.m. Diario

Freedom Park

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

Palm Desert Soccer Park

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

Olsen Community Park

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

University Park

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

TENGA EN CUENTA: Hay sillas deportivas disponibles para usar durante los programas adaptativos. Llame al equipo de adaptación, 760.834.9597, para solicitar una silla deportiva durante una sesión.



DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

BALONCESTO ADAPTATIVO

Nos centramos en el desarrollo de habilidades de baloncesto mediante ejercicios que progresan hasta el juego. La clase está abierta a personas con discapacidades y necesidades especiales. ¡Se anima a participar a personas de todos los niveles!

UBICACIÓN: Gymnasium INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes HORA: 2 – 3 p.m. ● 3 – 4 p.m.

EDADES: 16 años y más con una discapacidad o una necesidad especial

COSTO: \$35 por Mes

ADAPTIVE BOCCIA

Join us for Boccia, the Paralympic sport for all abilities. Played indoors, we seek to expand the game within the valley and the skill sets of participants.

UBICACIÓN: Sala de rúquetbol

INSCRIPCIÓN:

De mayo a septiembre

DÍAS: lunes HORA: 4:15 – 5 p.m.

EDADES: 16 años y más con una discapacidad o una necesidad especial

COSTO: \$35 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



DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

PICKLEBALL ADAPTATIVO

Trabaja la coordinación ojo-mano y desarrolla tus habilidades de pickleball con nosotros. Las clases se centran en el desarrollo de habilidades mediante ejercicios que progresan hasta el juego.

UBICACIÓN: Gimnasio

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves

HORA: 4 – 5 p.m.

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

COSTO: \$35 por Mes



POTENCIA ADAPTATIVA

Familiarízate con el equipo del gimnasio y aprende más sobre cómo interactúa cada grupo muscular. Aprende a establecer un programa de entrenamiento adecuado y a levantar pesas correctamente para minimizar lesiones.

UBICACIÓN: Sala de pesas

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves HORA: 2 – 2:45 p.m.

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

COSTO: \$35 por Mes

DEPORTES ROTATIVOS ADAPTABLES

¿Fútbol, bádminton, wiffleball, scooter o silla deportiva, carreras de obstáculos, tenis de mesa? Queremos mantener a nuestros participantes alerta sobre lo que les espera en esta sesión. Los programas se centrarán en el desarrollo de habilidades y la diversión.

UBICACIÓN: Cancha de ráquetbol 2

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves HORA: 3 – 3:45 p.m.

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

COSTO: \$35 por Mes

ZUMBA ADAPTATIVA

¡Únete a nosotros para una fantástica sesión de baile y música genial! El programa es una versión modificada de Zumba con toda la diversión y el movimiento. Bienvenidos a todos los niveles.

UBICACIÓN: Sala de baile MPR

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves HORA: 1:15 – 2:15 p.m.

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

COSTO: \$35 por Mes



ARTES Y MÚSICA

GUITARRA

Clase inicial enseña los fundamentos necesarios para empezar a tocar la guitarra. Aprende a leer diagramas de acordes y tablaturas, y desarrolla habilidades como el rasgueo, el ritmo, el fingerpicking y la afinación. ¡Aprende a tocar canciones al instante!

Clase de segundo nivel la clase enseña nuevos acordes, ritmos y canciones de Johnny Cash, Lynrd Skynrd, Rod Stewart y otros. También disfruta de una introducción sencilla a la lectura de notación estándar para aprender solos sencillos de guitarra.

INSCRIPCIÓN: 21 de mayo – 18 de junio • 2 – 30 de julio
13 de agosto – 10 de septiembre

DÍAS: miércoles EDADES: 9 años de edad

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

Segundo Nivel • 7 – 8 p.m.

COSTO: \$80 por Sesión

BATERÍA

¡Prepárate para el rock! En esta clase, aprenderás ritmos con cubetas proporcionadas por el instructor. Trae tus propias baquetas o compra un par por \$10. ¡En la última clase del mes, podrás improvisar con una batería de verdad!

INSCRIPCIÓN: mayo, junio DÍAS: martes

EDADES Y HORA: 4 – 6 años de edad • 3:15 – 3:45 p.m.
7 – 11 años de edad • 4 – 4:30 p.m.

COSTO: \$100 por Mes • \$25 por día con

aprobación del instructor



Palm Desert

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



CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

CAMPAMENTO DE VERANO

Los días de campamento están repletos de actividades emocionantes y estructuradas, tanto para los campistas nuevos como para los que ya han estado.



Cada día comienza con divertidas actividades, como juegos en grupos pequeños, deportes, manualidades y representaciones teatrales. Los campistas desarrollan nuevas habilidades, fortalecen su autoestima y se divierten al máximo, todo bajo la atenta guía de nuestro atento personal.

FECHAS: Sesión 1 de tres semanas: 9 – 27 de junio

Sesión 2 de tres semanas: 30 de junio – 18 de julio

Sesión 3 de tres semanas: 21 de julio – 8 de agosto

Las sesiones semanales comienzan el:

9, 16, 23 y 30 de junio, el 7, 14, 21 y 28 de julio y el 4 de agosto

DÍAS: lunes – viernes

EDADES: 5 – 12 años de edad

(el niño debe haber completado el kinder)

Campamento de verano – Días completos:

HORA: 7:30 a.m. – 6 p.m.

COSTO: \$360 por sesión de tres semanas

\$140 por sesión semanal

\$30 Servicio diario de entrada disponible en días en los que no hay excursiones.

**No se permite la entrada libre en días de piscina ni excursiones.*



BAILE

BAILE DE SALÓN: CLASES DE SWING Y SALSA

Estas clases te brindarán una sólida instrucción en los populares bailes de salón, swing, salsa y fox trot, además de una introducción al chachachá. ¡Trae a tu pareja y a bailar de nuevo! Tanto solteros como parejas son bienvenidos.

INSCRIPCIÓN: 7 – 28 de mayo • 4 al 25 de junio

9 – 30 de julio • 6 – 27 de agosto

DÍAS: miércoles **HORA:** 7 – 8 p.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$52 por sesión por persona

BALLET PRINCIPIANTE

Los bailarines aprenderán los pasos básicos del ballet y las posiciones iniciales. Esta clase también está diseñada para mejorar la coordinación y el equilibrio de los niños, a la vez que les enseña a apreciar e interpretar la música.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: sábados **HORA:** 10 – 10:45 a.m.

EDADES: 5 – 11 años de edad **COSTO:** \$42 por Mes

DANZA DEL VIENTRE

***Se prohíbe el vídeo y la presencia de espectadores.**

Bailamos descalzos y se recomienda ropa ajustada.

DANZA DEL VIENTRE PARA PRINCIPIANTES

Aprende técnicas modernas de danza del vientre, centrándote en la consciencia corporal total, el balanceo y mucho más.

Baila descalza, sin calcetines para evitar resbalones.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves **HORA:** 9 – 10 a.m. • 6:30 -7:30 p.m.

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$70 por Sesión

DANZA DEL VIENTRE INTERMEDIA

Acompáñanos al siguiente nivel de danza del vientre, donde combinarás técnicas como movimientos de brazos y pasos de desplazamiento. Explora nuevos elementos y accesorios para descubrir la diversidad de esta hermosa danza.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes **HORA:** 6:30 – 7:30 p.m.

EDADES: 13 años de edad y más

COSTO: \$70 por Sesión

DANZA DEL VIENTRE ROMÁNTICA

Esta elegante clase combina la danza del vientre tradicional con movimientos suaves y sensuales al ritmo de una música evocadora. Diseñada para bailarinas solistas, desarrolla la confianza, mejora la postura y promueve movimientos fluidos y elegantes.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes **HORA:** 6:30 – 7:30 p.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$65 por Sesión



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

BAILE

DANZA DEL VIENTRE PARA TODOS/ SHIMMYOLOGY

¿Ya sabes shimmies? ¡A practicar! Esta clase mejora la flexibilidad, la coordinación y el equilibrio, comenzando con un estiramiento de 10 minutos y enfocándose en las técnicas básicas de danza del vientre. Es gratuita para principiantes y estudiantes avanzados de danza del vientre.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes **HORA:** 6:30 – 7:30 p.m.

EDADES: 16 años de edad y más **COSTO:** \$35 por Sesión

BAILA, JUEGA Y FINGE

Tu hijo explorará la música y la danza a través de la imaginación y el movimiento, aprendiendo ballet básico en un ambiente divertido y enriquecedor. Las niñas necesitan ropa de baile y zapatillas de ballet; los niños necesitan camiseta, pantalones cortos y calcetines.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: sabados **HORA:** 9 – 9:45 a.m.

EDADES: 2½ – 6 años de edad **COSTO:** \$42 por Mes

DISCO DOGS Y BAILE DE SALÓN

¡Nuestro instructor de baile de salón se va a los perros! ¡Baila con tu mejor compañero: tu perro! Los trucos son opcionales, la diversión está garantizada. Completa un formulario dos días antes de la clase; contacta con el Centro Comunitario de Palm Desert para más detalles.

UBICACIÓN: Anfiteatro del Centro Cívico de Palm Desert

FECHAS: 13 – 20 de mayo • 10 al 17 de junio

8 – 15 de julio • 12 – 19 de agosto

DÍAS: martes **HORA:** 12 – 1 p.m.

EDADES: 18 años de edad y más **COSTO:** \$25 por perro

BAILE EN LÍNEA

¡Es hora de divertirse! Estas clases te animarán, te mantendrán alerta y son una excelente manera de hacer ejercicio y ponerte en forma.

INSCRIPCIÓN: 7 – 28 de mayo • 4 al 25 de junio

9 – 30 de julio • 6 – 27 de agosto

DÍAS: miércoles **HORA:** 6 – 7 p.m.

EDADES: 18 años de edad y más

50 FEE: \$43 por Sesión por Persona • \$15 por Clase

SALUD Y ESTADO FISICO

CURSO DE LONGEVIDAD CEREBRAL – CONFERENCIA Y EJERCICIOS

Aprende a aumentar y mejorar tu memoria a corto y largo plazo. Descubre cómo la dieta, el ejercicio y la meditación pueden influir positivamente en tu cuerpo y mente.

UBICACIÓN: Portola Community Center

FECHAS: 1, 8, 15, 22, 29 de mayo, 5, 12, 19, 26 de junio

DÍAS: jueves **HORA:** 12 – 12:45 p.m.

EDADES: 16 años de edad y más **COSTO:** \$19 por Sesión

YOGA EN SILLA – INCLUIDO

Esta clase ofrece un enfoque suave y accesible del yoga para todos los niveles, tanto si eres nuevo como si buscas una práctica modificada. Únete a nosotros para una experiencia de apoyo y adaptable. Se aceptan personas de todas las edades.

UBICACIÓN Y INSCRIPCIÓN:

Centro Comunitario de Palm Desert: mayo

Centro Comunitario Portolá: junio, julio, agosto

DÍAS: miércoles **HORA:** 11 – 11:45 a.m.

EDADES: 18 años de edad y más **COSTO:** \$45 por Mes



YOGA SUAVE PARA ADULTOS ACTIVOS

Esta clase promueve el bienestar, el rejuvenecimiento y la relajación mediante posturas de yoga suaves y técnicas de respiración en un ambiente tranquilo y acogedor. Se requieren colchonetas de yoga para mayor comodidad y seguridad.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes **HORA:** 10:45 – 11:30 a.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$55 por Mes • \$16 por Día

Palm Desert

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

HULA PARA HACER EJERCICIO Y DIVERTIRSE

Una clase de hula de bajo impacto, ideal para principiantes, que enseña pasos y movimientos fluidos para contar historias hawaianas. El hula desarrolla resistencia, flexibilidad, gracia, ritmo y equilibrio, a la vez que tonifica muslos, brazos y torso. Es un entrenamiento de bajo impacto, fácil de aprender.



FECHAS: 5 de mayo – 23 de junio • 30 de junio – 4 de agosto
DÍAS: lunes **HORA:** 6 – 8 p.m.
EDADES: 18 años de edad y más **COSTO:** \$66 por Sesión

TAI CHI

MEDITACIÓN TAI CHI SENTADA

Esta clase se centra en la reducción del estrés mediante movimientos suaves y fluidos de la parte superior del cuerpo y respiración enfocada para mejorar la capacidad pulmonar y la longevidad cerebral. Rejuvenecimiento y relajación de mente, cuerpo y espíritu para todos.

UBICACIÓN: Centro Comunitario Portolá
INSCRIPCIÓN: mayo, junio, julio
DÍAS: miércoles **HORA:** 12 – 12:45 p.m.
EDADES: 18 años de edad y más **COSTO:** \$45 por Mes

TAI CHI PARA TU SALUD

Programa acreditado por la Asociación Estadounidense de Tai Chi y Qigong (ATCQA).

Esta clase se centra en los movimientos del estilo Sun, reconocidos por sus formas suaves y fluidas que promueven la salud y el bienestar general. Ideales para todos los niveles de condición física, nuestras sesiones están diseñadas para adaptarse a todos, garantizando un ambiente acogedor y de apoyo.



INSCRIPCIÓN: En curso
DÍAS: lunes **HORA:** 12 – 12:45 p.m.
EDADES: 18 años de edad y más **COSTO:** \$55 por Mes

ARTES MARCIALES

MOO DUK KWAN "TAE KWON DO" **NUEVO**

Siente la intensidad y conviértete en parte del tradicional "Moo Duk Kwan", fundado en 1953. Aprende todos los aspectos clave del entrenamiento, incluyendo el desarrollo personal, el acondicionamiento físico y mental, el espíritu deportivo, la defensa personal, la integridad y la disciplina.



INSCRIPCIÓN: En curso
HORA: 4 – 5 p.m. **EDADES:** 7 años de edad y más
MES, DÍAS, COSTO: mayo: lunes y miércoles, \$75 por Mes
junio, julio y agosto: lunes, miércoles y sábado, \$80 por Mes

★ INTERÉS ESPECIAL

K9 NOSE WORK-BÁSICO-TALLER DE INTRODUCCIÓN AL TRABAJO OLFATIVO

Esta serie para principiantes se centra en enseñarte a fomentar y desarrollar el olfato natural de tu perro. Los perros aprenden divertidos juegos de rompecabezas aprovechando su pasión por la caza y su amor por la comida y los juguetes.

UBICACIÓN: Centro Comunitario Portolá
INSCRIPCIÓN: En curso **DÍAS:** martes
HORA: 2:30 – 3:20 p.m. **EDADES:** 18 años de edad y más
COSTO: \$200 por sesión de 4 semanas,
\$50 por sesión individual disponible

TALLER DE TRABAJO DE NARIZ CANINA AVANZADO

Esta serie avanzada está diseñada para que los equipos de perros y guías amplíen sus conocimientos y habilidades en el entrenamiento de detección de olores. Se realizan búsquedas en contenedores, vehículos, interiores y exteriores.



Prerrequisito: Taller intermedio de trabajo de nariz canina.

UBICACIÓN: Centro Comunitario Portolá
INSCRIPCIÓN: En curso **DÍAS:** martes
HORA: 1:30 – 2:20 p.m. **EDADES:** 18 años de edad y más
COSTO: \$200 por sesión de 4 semanas,
\$50 por sesión individual disponible

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

BALONCESTO

ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO

No esperes a que empiece la temporada, empieza a entrenar ahora y prepárate para el día del draft. Únete a la "Zona de Entrenamiento de Baloncesto" y lleva tu juego al siguiente nivel. Nuestros instructores te brindarán retroalimentación constructiva, destacando tus fortalezas e identificando áreas de mejora.

INSCRIPCIÓN: junio, julio, agosto DÍAS: miércoles

COSTO: \$40 por Mes • \$12 por Día

BASKETBALL TRAINING ZONE: BEGINNERS

HORA: 3:45 – 4:45 p.m. EDADES: 7 – 10 años de edad

BASKETBALL TRAINING ZONE: INTERMEDIATE

HORA: 4:45 – 5:45 p.m. EDADES: 10 – 15 años de edad



BANDERA FÚTBOL AMERICANO

BANDERA JUVENIL FÚTBOL AMERICANO

Este programa se centra en los fundamentos del flag football: pases, recepciones y trabajo en equipo, a la vez que promueve la condición física y el espíritu deportivo. Los ejercicios



sin contacto perfeccionarán tus habilidades individuales y te prepararán para la próxima temporada. ¡Únete a la diversión!

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes HORA: 5 – 6 p.m.

EDADES: 7 – 11 años de edad COSTO: \$40 por Mes

TORNEO DE GOLF

TORNEO DE GOLF SCRAMBLE PARA CUATRO PERSONAS 2025

Segundo Torneo Anual de Golf Scramble para 4 Personas del Desert Recreation District en el Desert Falls Country Club, Palm Desert. Solo se permitirá la



participación de 20 equipos. El registro es de 6 – 7:45 a.m. y el turno al tiro comienza a las 8 a.m. El torneo incluye golf, carrito, almuerzo, agua y refrigerios. Se podrán comprar boletos para la rifa y el Mulligan. Para más información sobre cómo inscribirse, llame al (760) 568-9697 o envíe un correo electrónico a Cbaluga@drd.us.com.

¡Este evento cuenta con un premio de hoyo en uno de \$10,000!

FECHA: domingo 8 de junio HORA: 8 a.m. – 2 p.m.

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$125 por jugador o \$500 por equipo

MULTIDEPORTES

CAMPAMENTO MULTIDEPORTIVO DE PALM DESERT

Únete a nuestro campamento de primavera para aprender los fundamentos del fútbol, baloncesto, tenis, pickleball y vóley playa. Los estudiantes practicarán habilidades y competirán en juegos y desafíos. Trae agua, zapatos y ropa deportiva holgada.

FECHAS: 4 – 8 de agosto DÍAS: lunes – viernes

HORA: 8:30 – 10 a.m. EDADES: 7 – 14 años de edad

COSTO: \$65 por Participante

PICKLEBALL

UBICACIÓN DE TODAS LAS CLÍNICAS DE PICKLEBALL: Centro Comunitario de Palm Desert – Canchas de pickleball cubiertas

CLÍNICAS DE PICKLEBALL – NIVEL PRINCIPIANTE

Los talleres de pickleball para principiantes ofrecen habilidades y ejercicios grupales para todos los jugadores principiantes. En este nivel, el jugador es nuevo en el pickleball y aprenderá a anotar y a usar las reglas.

Desarrollará su derecha y aprenderá a sacar correctamente.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: lunes

HORA: 8 – 9:30 a.m. EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$95 por Mes • \$25 por Día

Palm Desert

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

CLÍNICAS DE PICKLEBALL – NIVEL PRINCIPIANTE AVANZADO

Los jugadores de esta categoría son capaces de mantener peloteos más largos y pueden realizar voleas con mayor facilidad y utilizar su revés con más frecuencia, pero a menudo necesitan trabajar en el desarrollo del golpe.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: miércoles HORA: 8 – 9:30 a.m.

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$95 por Mes • \$25 por Día

CLÍNICAS DE PICKLEBALL – EJERCICIOS INTERMEDIOS A AVANZADOS

Los jugadores de este nivel habrán logrado confiabilidad en el golpe con control direccional en la mayoría de los tiros de ritmo medio y algunos tiros más duros, pero aún necesitan desarrollar más profundidad y variedad en sus tiros.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes HORA: 8 – 9:30 a.m.

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$95 por Mes • \$25 por Día

CLÍNICAS DE PICKLEBALL – EJERCICIOS DE JUEGO AVANZADOS

Esta clase requiere un nivel mínimo de 3.0-3.5 o superior, o la aprobación del instructor. La primera parte de esta clínica consistirá en ejercicios específicos y el resto se dedicará a organizar torneos de estrategia y juego con diversos formatos.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes HORA: 8 – 9:30 a.m.

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$95 por Mes • \$25 por Día

JUEGO ABIERTO DE PICKLEBALL EN INTERIORES

Ven y disfruta de tu deporte favorito y evita el mal tiempo.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes, miércoles, viernes

HORA: 9:30 a.m. – 2 p.m.

EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis con un pase Get Fit o un Drop-In de \$5

TORNEO DE PICKLEBALL ROUND ROBIN – INDOOR

¡Ven a participar en nuestro Torneo Round Robin! Cada mes ofreceremos partidas individuales, rotativas, mixtas y dobles masculinos y femeninos alternados.

FECHAS: domingos, 18 de mayo, 22 de junio, 20 de julio,
24 de agosto

HORA: 7:30 a.m. – 2:30 p.m.

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$20 por persona; \$10 adicionales por ronda doble

LECCIONES DE PICKLEBALL

LECCIONES PRIVADAS: Para programar una lección privada, debe comunicarse con nuestra instructora, Michelle Brodeur. Correo electrónico: mich_bro@yahoo.com
O Teléfono: 1-760-870-8099

CLASES PRIVADAS DE PICKLEBALL PARA UN JUGADOR – 1 SESIÓN

Nuestras clases individuales personalizadas de pickleball están diseñadas para centrarse completamente en ti y en tu nivel de habilidad. Tanto si eres principiante que aprende lo básico como si eres un jugador avanzado que perfecciona su técnica, nuestro entrenador dedicado te ayudará a mejorar y a ganar confianza en la cancha.

INSCRIPCIÓN: En curso

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$85 por Persona por 1 Sesión
\$300 por Persona for 4 Sesións



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

FÚTBOL

CAMPAMENTO DE FÚTBOL DE VERANO DE CHALLENGER SPORTS 2025

Los jugadores desarrollarán habilidades técnicas y valores fundamentales como la responsabilidad, el respeto y el liderazgo en un entorno divertido y seguro. Este campamento de 3 días combina un excelente entrenamiento con experiencias culturales y educativas, utilizando el fútbol para enseñar lecciones de vida.

Descuentos por inscripción anticipada disponibles: insíbete en **challengersports.com**. Para más información, envíe un correo electrónico. **Camps@challengersports.com** o llamar **(844)-674-8404**.

UBICACIÓN: Palm Desert Freedom Park

FECHAS: 16 al 20 de junio • 30 de junio al 4 de julio
4 al 8 de agosto

DÍAS: lunes – viernes HORA: 4 – 8 p.m.

EDADES Y COSTO:

pequeños niños: 2 – 4 años de edad, \$60 Medio Día
5 – 12 años de edad, \$99 Día completo

CLÍNICA DE FÚTBOL JUVENIL DE PALM

DESERT: PRINCIPIANTES – Esta clase les ayudará a comprender los aspectos atractivos y emocionantes del fútbol y a mejorar sus habilidades auditivas, sociales y atléticas. Cada actividad está diseñada para ser divertida y dinámica

INSCRIPCIÓN: mayo, junio, agosto

DÍAS: sábados HORA: 10 – 11 a.m.

EDADES: 5 – 8 años de edad COSTO: \$40 por Mes

FÚTBOL INTERMEDIO

– El objetivo es crear un entorno divertido y estructurado que prepare a los jugadores para el desarrollo de habilidades atléticas. Las clases se centran en la participación activa mediante juegos y ejercicios, que incluyen marcar goles correctamente, realizar movimientos diarios, regatear y pasar o quitar el balón a sus compañeros.

INSCRIPCIÓN: junio, julio, agosto

DÍAS: miércoles HORA: 5 – 6 p.m.

EDADES: 8 – 10 años de edad COSTO: \$30 por Mes

FUTBOL AVANZADO

¡Mejora tu juego con nuestra Clínica de Fútbol Avanzada!

Diseñado para jugadores que dominan los fundamentos, este programa dinámico se centra en el control del balón, la toma de

decisiones, la táctica de juego, la condición física y la fortaleza mental. ¡Adquiere las habilidades y la confianza para jugar como un profesional, mientras te diviertes!

INSCRIPCIÓN: junio, julio, agosto

DÍAS: miércoles HORA: 6 – 7 p.m.

EDADES: 11 – 14 años de edad COSTO: \$30 por Mes



FÚTBOL ENTRE PADRES Y YO

Esta clase se centra en el desarrollo y aprendizaje de niños de 2 a 5 años. Se mejoran las habilidades motoras y sociales mediante divertidos juegos didácticos y carreras de obstáculos, a la vez que se aprenden los fundamentos del fútbol. Se requiere la participación de los padres.

INSCRIPCIÓN: mayo, junio, agosto

DÍAS: sábados HORA: 9 – 10 a.m.

EDADES: 2 – 5 años de edad (con participación de los padres)

COSOTO: \$40 por Mes

TENIS DE MESA

TENIS DE MESA

¡Únete a nuestro grupo de tenis de mesa competitivo! Ideal para todos los niveles, mejora la rapidez, la coordinación ojo-mano y la concentración. ¡Trae tu propia pala!

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes, jueves, viernes

MES Y HORA: mayo: 1 – 4 p.m.

junio, julio y agosto: 6 – 9 p.m.

EDADES: 5 años de edad y más

COSTO: Gratis con un pase Get Fit o una tarifa

sin cita previa de \$5



Palm Desert

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

TENIS

CLÍNICAS DE TENIS –

UBICACIÓN: Palm Desert Civic Center Park Tennis Courts 1

TENIS PARA PRINCIPIANTES JÓVENES/ PRINCIPIANTES AVANZADOS

Esta clase está diseñada para introducir a su hijo al tenis. Los jugadores usarán una nueva pelota de tenis modificada, diseñada para que los principiantes aprendan los golpes correctos de forma fácil y rápida.

INSCRIPCIÓN: mayo, junio, agosto

DÍAS: lunes y viernes

EDADES: Principiantes: 7 – 11 años de edad

Principiantes avanzados: 11 – 15 años de edad

HORA: Principiantes: 6 – 7 p.m.

Principiantes avanzados: 7 – 8 p.m.

COSTO: \$60 por Mes

TENIS INTERMEDIO JUVENIL

Esta clase es para estudiantes con al menos un año de experiencia o más de 25 partidos jugados, o para quienes buscan mejorar sus habilidades. Los jugadores perfeccionarán sus habilidades, aprenderán a competir y participarán en ejercicios divertidos e interactivos para mejorar todos los aspectos de su juego.



INSCRIPCIÓN: junio, julio, agosto

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

EDADES: 9 – 11 años de edad

COSTO: \$60 por Mes

TENIS JUVENIL AVANZADO

Esta clínica dinámica es ideal para jugadores jóvenes que buscan mejorar, centrándose en el perfeccionamiento de habilidades, la confianza y las estrategias de juego. Mediante ejercicios y una competencia amistosa, los niños mejorarán su tenis mientras se divierten en la cancha. ¡A pelotear, sacar y rematar!

INSCRIPCIÓN: junio, julio, agosto

DÍAS: lunes y viernes HORA: 6 – 7 p.m.

EDADES: 11– 13 años de edad COSTO: \$60 por Mes

CLÍNICAS DE VOLEIBOL

VOLEIBOL PARA PRINCIPIANTES E INTERMEDIOS



Únase a nuestra clínica de voleibol mixta para aprender a sacar, bloquear, jugar con los pies, mover el juego y sacar las reglas en un entorno divertido y seguro, preparándolo para el siguiente nivel de juego..

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes, jueves HORA: 3:15 – 4 p.m.

EDADES: 8 – 18 años de edad COSTO: \$50 por Mes

VOLEIBOL INTERMEDIO-AVANZADO

Inscríbete en nuestra clínica de voleibol para jugadores de nivel intermedio a avanzado para mejorar el control del balón, los pases, la colocación, las excavaciones, los bloqueos y el juego de pies, ¡todo mientras te diviertes!

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes, jueves HORA: 4 – 5 p.m.

EDADES: 8 – 18 años de edad COSTO: \$60 por Mes

TORNEO DE VOLEIBOL JUVENIL FEMENINO

Un día lleno de emocionantes partidos, desarrollo de habilidades y divertida competencia: es la oportunidad perfecta para que los jóvenes atletas demuestren su talento y trabajo en equipo. ¡Inscríbete ya! Esta es una inscripción por equipos. Para más información, escribe a Chris Baluga a cbaluga@drd.us.com para saber cómo inscribirte

UBICACIÓN: Desert Sports Center

FECHA: jueves 26 de junio HORA: 9 a.m. – 5 p.m.

EDADES: 11 – 15 años de edad

COSTO: \$470 por equipo





A program of Desert Recreation District

First Tee-Coachella Valley forma parte de una organización internacional de desarrollo juvenil que ofrece programas educativos enfocados en fortalecer el carácter y promover hábitos saludables a través del golf. Hay clases disponibles para participantes de todos los niveles, de 4 a 18 años. Se proporciona equipo de golf y becas a cualquier participante que lo necesite.

LAS SESIONES DE 6 SEMANAS ESTÁN ABIERTAS A NIÑOS DE 4 A 18 AÑOS.

Las fechas de las sesiones están sujetas a cambios:

Las clases semanales de First Tee que se describen a continuación cuestan \$75 por sesión de 6 semanas; las clases se reúnen una vez por semana y tendrán una duración de 45 a 90 minutos, según la edad de los participantes.

SESIÓN DE VERANO

9 de junio – 28 de julio (6 semanas)

CAMPAMENTOS DE VERANO

Los campamentos de verano están abiertos a participantes de 7 a 12 años.

La cuota es de \$99 por semana; se ofrecen becas.

Semana Uno: 9 al 13 de junio Semana Cuatro: 7 – 11 de julio

Semana Dos: 16 al 20 de junio Semana Cinco: 14 – 18 de julio

Semana Tres: 23 – 27 de junio Semana Seis: 21 – 25 de julio

Semana libre el 4 de julio Semana Siete: 28 de julio – 1 de agosto

PROGRAMACIÓN DE REGRESO A CLASES

18 de agosto – 27 de septiembre (6 semanas)



POR FAVOR REGÍSTRESE PARA LAS CLASES EN FTCV.ORG

Oportunidades de voluntariado disponibles

¿CONSULTAS?

Envíe un correo electrónico a: jwilloughby@ftcv.org

o llame al **760-834-6792**



The Golf Center AT PALM DESERT

¡La mejor instalación para mejorar tus juegos en el Valle de Coachella!

Convenientemente ubicado en el corazón de Palm Desert, cerca de Cook Street, el Centro de Golf de Palm Desert ofrece un amplio campo de prácticas de doble cara con iluminación nocturna. Nos complace anunciar la inauguración de las mejoras en el campo este, que incluye un área de práctica de juego corto de primera clase y un tee de césped más grande. Además de los amplios greens de putting y chipping, el área de práctica de juego corto, recientemente renovada, incluye tres bunkers y un estacionamiento esencial de 26 plazas. Cuando termine de perfeccionar su juego en el campo de prácticas, juegue una ronda en nuestro desafiante campo de golf Par 3 de 9 hoyos. El campo de golf es el lugar perfecto para mejorar su juego, con greens pequeños y ondulados, ideales para trabajar la puntuación (80-130 yardas).



TARIFAS GOLF (9HOYOS)

1 DE MAYO – 31 DE AGOSTO DE 2025

Adultos	\$25
Personas Mayores (55+)	\$20
Júnior (17 años y menos).....	\$12
First Tee acompañante	\$12
Repetición el mismo día	\$10

Tarifa de verano: 1 de junio – 31 de agosto de 2025. La tarifa verde incluye un carrito de arrastre y un balde de pelotas de práctica para calentar.

ÁREA DE MANEJO

Cubo mediano	\$10
Balde grande.....	\$15

CLÍNICAS DE GOLF Llame para más detalles.

ALQUILERES

Carro de arrastre.....	\$5
Juego de palos.....	\$12
Clubes individuales.....	\$5
Fiestas y eventos.....	Llame para más detalles.

Para obtener información adicional, llame a GolfShop al **(760) 779-1877** o visite GolfCenterPD.com

Rancho Mirage

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

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

Rancho Mirage Community Park



71-560 San Jacinto Dr, Rancho Mirage, CA 92270
(760) 347-3484
HORA: 6 a.m. – 9 p.m. A diario



DEPORTES

UBICACIÓN: Canchas de Pickleball de Rancho Mirage

CLÍNICAS DE PICKLEBALL PARA PRINCIPIANTES

Habilidades y ejercicios para jugadores principiantes de pickleball que aún están aprendiendo las reglas y el sistema de puntuación. El jugador puede conectar varios golpes de derecha, pero le cuesta mantener un peloteo, lo que le dificulta jugar juegos completos. En esta etapa, se centra en desarrollar su derecha y aprender la técnica correcta de saque.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: sábados

HORA: 7 – 8:30 a.m.

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$95 por Mes

LECCIONES DE PICKLEBALL

LECCIONES PRIVADAS: Para programar una lección privada, debe comunicarse con nuestra instructora, Michelle Brodeur. Correo electrónico: mich_bro@yahoo.com
O Teléfono: 1-760-870-8099

CLASES PRIVADAS DE PICKLEBALL PARA UN JUGADOR – 1 SESIÓN

Nuestras clases individuales personalizadas de pickleball están diseñadas para centrarse completamente en ti y en tu nivel de habilidad. Tanto si eres principiante que aprende lo básico como si eres un jugador avanzado que perfecciona su técnica, nuestro entrenador dedicado te ayudará a mejorar y a ganar confianza en la cancha.

INSCRIPCIÓN: En curso

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$85 por Persona por 1 Sesión

\$300 por Persona for 4 Sesións

Thermal

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

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

Jerry Rummonds' Community & Senior Center



89-229 Church Street, Thermal, CA 92274
(760) 347-3484

HORA: De lunes a viernes 8 a.m. – 8 p.m.
sábado y domingo: cerrado

50+ ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

PROGRAMA SENIOR

Acompáñenos al Programa Termal para Personas Mayores, donde podrá disfrutar de un día de ejercicio, arte, ponentes invitados, recursos, almuerzo, excursiones y mucho más.

Visítenos y recoja nuestro calendario mensual.

INSCRIPCIÓN: En curso

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

EDADES: 50 años de edad y más COSTO: Gratis



ARTES Y MÚSICA

SOCIAL JUVENIL THERMAL – (DISCOTECA SILENCIOSA)

Ven y disfruta de nuestras actividades sociales para jóvenes. ¡Habrá divertidas actividades como música, baile, karaoke y una discoteca silenciosa! ¡Refrescate y diviértete en verano!

FECHA: viernes 18 de julio HORA: 5:30 – 7:30 p.m.

EDADES: 6 – 14 años de edad COSTO: Gratis

CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA



CLUBHOUSE THERMAL DESPUÉS DE LA ESCUELA

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

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

HORA: 2:45 – 6 p.m. DÍAS: lunes a viernes

GRADOS: Kinder hasta 6 Grado

COSTO: Gratis* – *La tarifa del programa termal es tradicionalmente de \$200 por mes. Existe un subsidio para el programa para quienes califican que reducirá la tarifa a \$0. Los subsidios estarán disponibles hasta agotar los fondos.

Thermal

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

CAMPAMENTO DE VERANO THERMAL

El campamento de verano comienza de inmediato con divertidas y animadas actividades guiadas por nuestro increíble personal. Los campistas tienen la oportunidad de aprender nuevas habilidades y fortalecer su autoestima mediante actividades deportivas, manualidades creativas y juegos en grupo.

DÍAS: lunes a viernes (excepto festivos)

HORA: 8 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 5 – 11 años de edad (el niño debe haber completado un año COMPLETO de jardín de infantes o TK)

TARIFAS SEMANALES: (Las sesiones semanales comienzan el 1, 14 y 28 de julio, y el 4 y 11 de agosto)

\$50 por sesión de 1 semana para campamento de medio día (duración máxima de 4 horas)

TARIFA DE ENTRADA SIN CITA PREVIA:

\$15 por día (no se permite el ingreso sin cita previa en los días de excursiones escolares)

EVENTOS DE LA COMUNIDAD

NOCHE DE JUEGOS FAMILIAR

Invitamos a todas las familias de Thermal y comunidades aledañas a una noche de juegos, música, manualidades y, por supuesto, ¡diversión! Se proporcionarán refrigerios, meriendas y materiales.

FECHA: jueves 15 de mayo HORA: 5:30 – 7:30 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

FIESTA SOCIAL PARA PERSONAS MAYORES

Personas mayores, únense a nosotros en el Centro para personas mayores Jerry Rummond para una noche de artes creativas, karaoke, refrigerios y mucho más.

FECHA: viernes 23 de mayo HORA: 5:30 – 7:30 p.m.

EDADES: 55 años de edad y más COSTO: Gratis

BAILE

FOLKLORICO (Ballet Folklórico)

¡REGRESAMOS EN OTOÑO Y SEGUIMOS ACEPTANDO NUEVOS ESTUDIANTES!

Para más información, contacte a Erika Castellanos al 760-835-5925



DEPORTES

Manténgase atento a los emocionantes programas deportivos que se lanzarán próximamente en nuestra comunidad termal. Asegúrese de seguir nuestro Instagram para mantenerse actualizado. Si tiene alguna pregunta, comuníquese con nuestro especialista en recreación, Michael, al 760-541-4173.



Proyecto de Diseño y Construcción del Parque Thermal

El Parque Comunitario Termal se encuentra en plena fase de construcción, con la nivelación del terreno y los trabajos de cimentación en marcha. Este espacio comunitario tan necesario contará con dos campos multideportivos, una cancha multideportiva, una zona de juegos acuáticos, estructuras de juego, senderos para caminar, una zona de pícnic, un escenario para eventos comunitarios, numerosas estructuras de sombra, baños y mucho más, listo para servir a la comunidad durante generaciones.

Financiado a través de la Proposición 68 y colaboraciones clave, junto con la participación de la comunidad, este proyecto transformador brindará nuevas oportunidades de recreación, participación y conexión comunitaria. ¡Esperamos darles la bienvenida a todos cuando el parque abra oficialmente a principios de 2026!

Para obtener más información, comuníquese con Scott Sear, PIO/Asuntos Legislativos, al 760.347.3484.



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 a continuación.

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

Thousand Palms Community Center & Park



31-189 Robert Road, Thousand Palms
(760) 347-3484

HORA: Consulte Actividades para Horarios/Días

50+ ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

PROGRAMA DE SENIORS

¡Únete a nosotros para disfrutar de un café, bingo, juegos, manualidades y mucho más! Este divertido grupo se reúne para celebrar cumpleaños, ir de excursión y crear amistades para eternas. Traer tu platillo favorito para compartir con el grupo es una excelente manera de conectar.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes HORA: 10 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 50 años y mayores COSTO: Gratis



ARTES Y MÚSICA

TIEMPO DE MÚSICA PARA PADRES Y YO

¡Conecta con tu hijo a través de la música y la diversión! Esta clase permite que padres e pequeños aprendan juntos una nueva canción, instrumento o baile. Cada sesión presenta un nuevo instrumento para explorar. **NUEVO**

INSCRIPCIÓN: mayo, agosto

DÍAS: lunes HORA: 10 – 10:30 a.m.

EDADES: 2 – 4 años de edad

COSTO: \$40 por Mes • \$15 por Día



CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

CAMPAMENTO DE VERANO – MEDIO DÍA

Sus días de campamento estarán llenos de actividades emocionantes y estructuradas que seguro interesarán tanto a los nuevos campistas como a los que ya lo han hecho. Cada día, la verdadera experiencia del campamento comienza de inmediato, ya que el personal guía al grupo en divertidas y animadas actividades. Todas las actividades se llevan a cabo bajo la atenta supervisión de nuestro personal.



COMIENZAN LAS SESIONES SEMANALES:

9, 16, 23, 30 de junio, 7, 14 de julio

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

EDADES: 5 – 12 años de edad

(los participantes deben haber completado el jardín de infantes)

COSTO: \$60 por sesión semanal



EVENTOS DE LA COMUNIDAD

2025 HORA DE REGRESO A CLASES

El Distrito y sus colaboradores comunitarios organizaran un evento para estudios de K–12 en Thousand Palms, incluyendo mochilas y útiles escolares, por orden de llegada. No es necesario registrarse. Para preguntas sobre proveedores o patrocinadores, envíe un correo electrónico a avelasquez@drd.us.com.

FECHA: sábado 2 de agosto HORA: 10 a.m. – 12 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

Thousand Palms

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

CELEBRACIÓN DE FIN DE AÑO ESCOLAR

Acompáñenos a un día divertido donde celebraremos los éxitos de todos nuestros estudiantes al dejar atrás un año escolar para entrar en una época tan esperada: ¡el VERANO! Traiga traje de baño y toalla para disfrutar de las actividades de agua. Los padres o tutores deberán completar una exención de responsabilidad para participar.



FECHA: viernes 6 de junio HORA: 12 – 2 p.m.
EIDADES: 4 – 12 años de edad COSTO: Gratis

BAILE

FOLKLORICO (Ballet Folklórico)

¡Ven a aprender este baile tradicional y colorido! A medida que tú o tu hijo/a progresen en la clase, habrá algunas oportunidades cada año para bailar en vivo frente a amigos y familiares en eventos especiales. Puedes comprar vestuario directamente con el instructor de clase.

INSCRIPCIÓN: mayo, junio

DÍAS: martes

HORA, EIDADES Y COSTO:

4 – 4:45 p.m. • 3 – 5 años de edad • \$40 por Mes

5 – 6 p.m. • 6 – 11 años de edad • \$45 por Mes

6:15 – 7:15 p.m. • 12 años de edad y más • \$45 por Mes

SALUD Y ESTADO FISICO

ZUMBA

Esta es la clase de fitness latino de la que todos hablan. La música optimista te hará pasar a un baile de quema de calorías que es divertido y saludable para ti, independientemente de tu nivel de condición física.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes, miércoles, jueves

HORA: 7 – 8 p.m. EIDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$45 por Mes

COSTO DIARIO: \$7 por Clase

DEPORTES

ENTRENAMIENTO DE BÉISBOL JUVENIL

Ven a perfeccionar tus habilidades de béisbol entrenando con el equipo técnico Thousand Palms. Con años de experiencia, los entrenadores se dedican a desarrollar jugadores de béisbol de calidad en el Valle de Coachella. ¡Trae tu propio equipo y únete a la diversión!

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: sábados HORA: 9 – 10 a.m.

EIDADES: 7 – 11 años de edad COSTO: \$40 por Mes

DESARROLLO DE HABILIDADES DEL FÚTBOL JUVENIL



Ven a perfeccionar tus habilidades futbolísticas entrenando con el equipo técnico de Thousand Palms. Con años de experiencia, los entrenadores se dedican a desarrollar futbolistas de calidad. Esta clase constará de ejercicios de velocidad y agilidad, control del balón y otros componentes para ayudar a cada jugador a ser el mejor de su equipo. No se necesita experiencia.



INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: sábados HORA: 10:15 – 11:15 a.m.

EIDADES: 7 – 11 años de edad COSTO: \$40 por Mes

REUNIÓN DEL CONSEJO COMUNITARIO DE THOUSAND PALMS

En las fechas especificadas a continuación, el Consejo Comunitario de las Thousand Palms celebrará su reunión informativa para todos los que viven en la comunidad de las Thousand Palms, durante el cual puede escuchar las últimas noticias del Condado de Riverside con respecto a su comunidad de funcionarios gubernamentales, autoridades del condado y el Desert Recreation District.

Por favor contactarnos a esperez@rivco.org ya que las reuniones pueden posponerse.

FECHA: jueves 29 de mayo

HORA: 5 – 7 p.m. • EIDADES: Todas las edades

Gracias

AVENTURAS

AL AIRE LIBRE

EXPLORA LA PLENA NATURALEZA

ENCUENTROS COSTEROS

Excursion para Mayores: Paseo por la Playa y el Acuario

- **Sitio:** Cabrillo Beach
- **Fecha:** 14 de mayo • **Horario:** 7:30 a.m. - 5:30 p.m.
- **Edades:** 50 años de edad y más
- **GRATUITO** con transporte incluido

Senderismo Costero

- **Sitio:** Laguna Wilderness Park
- **Fecha:** 30 de mayo
- **Horario:** 7:30 a.m. - 5:30 p.m.
- **Edades:** Jovenes Adultos, edades 18 - 40
- **GRATUITO** con transporte incluido

Día de Playa comunitario!

Fogata, Voleibol, Picnic

- **Sitio:** Dockweiler Beach
- **Fecha:** 25 de julio • **Horario:** 9:30 a.m. - 8:30 p.m.
- **Edades:** 3 años de edad y más
- **GRATUITO** con transporte incluido

OBSERVACION DE AVES PARA NIÑOS

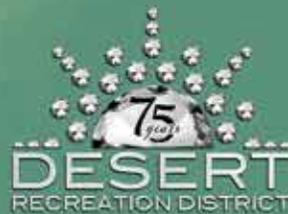
Exploración del Mundo de las Aves!

- **Sitio:** Big Morongo Canyon Preserve
- **Fechas:** 3 de mayo y 10 de mayo
- **Horario:** 8 a.m. - 1 p.m.
- **Edades:** 5+ años de edad y Familias!
- **GRATUITO** con transporte incluido

ACAMPAR EN COMUNIDAD

3-días, 2-noches Campamento en la Playa

- **Sitio:** Leo Carrillo State Park and Beach
- **Fechas:** 29 - 31 de agosto
- **Horario:** 2 p.m. Viernes- 12 p.m. Domingo
- **Edades:** 8 años de edad y más
- **GRATUITO** incluye alimentos y equipo básico de acampada
- *Contáctenos si tiene dificultades de transporte



Para mis información sobre Aventuras al Aire Libre: Escribenos: OutdoorFun@drd.us.com • Llamanos: 760-347-3484 • Visitanos:

MyRecreationDistrict.com/outdoor

Reconocemos a nuestros generosos patrocinadores por su apoyo financiero a estos programas. Las excursiones de senderismo, los paseos en bicicleta Trips for Kids y las aventuras de escalada en roca están financiados por el Community Access Grant Program de Coachella Valley Mountains Conservancy a través de Desert Recreation District Foundation. Nuestros Programas de Acampadas Comunitarias están financiados por el Outdoor Equity Grants Program, creado a través de AB 209 y administrado por la oficina de Grants and Local Services de California State Parks.



¡Alquiler de Piscinas!

Los alquileres de piscinas de verano ya están disponibles en Bagdouma, Fritz Burns, Pawley y Mecca.

Para más información, envíe un correo electrónico a: kpleming@drd.us.com



BERGER FOUNDATION

ICEPLEX



THE COOLEST SPOT IN THE DESERT FOR EVENTS AND PROGRAMS



5/15 - 7/12

LEARN TO SKATE & LEARN TO PLAY

SAVE \$5 USING CODE: DRDSUMMER



7/16 - 9/6

LEARN TO SKATE & LEARN TO PLAY

SAVE \$5 USING CODE: DRDFALL



PUBLIC SKATE

Beat the heat, hit the ice, and have some fun! Join us for daily public skate sessions at the Iceplex.



DAILY SKATE SCHEDULE

760.835.5000

bergerfoundationiceplex.com

75702 Varner Rd, Palm Desert

Gimnasia y Artes Escénicas

En una decisión revolucionaria, el Distrito Recreativo del Desierto (DRD) adquirió el antiguo complejo de cines Metro 8 en noviembre de 2024, ¡abriendo un mundo de posibilidades para nuestras comunidades!



¿Qué se avecina? Imagine una academia de gimnasia de vanguardia (nuestro programa actual está a rebosar, con 500 inscritos y 250 ansiosos en la lista de espera), un teatro de artes escénicas electrizante, un estadio de deportes electrónicos y realidad virtual de vanguardia, un emocionante muro de escalada, espacios multiusos, ¡y MUCHO MÁS!

Esta audaz inversión no se trata solo de reutilizar un edificio vacío, sino de revitalizar nuestra comunidad y crear un centro de recreación, innovación y oportunidades para que todos disfrutemos.

Para obtener más información y actualizaciones, escanee el código QR.





ALTURA CARE

La misión de Altura Care es elevar la calidad del cuidado para las personas con discapacidades.



Altura Care ofrece apoyos de integración comunitaria para personas con discapacidades del desarrollo, incluyendo síndrome de Down, autismo, parálisis cerebral, retraso intelectual y epilepsia.

Servicios

Apoyos de Integración Comunitarias

En Altura Care, nuestro programa de apoyo a la integración comunitaria ayuda a personas con necesidades especiales a participar en actividades que les gustan dentro de su comunidad. Ayudamos a encontrar y registrarse en actividades divertidas basadas en tus intereses, como clases de arte, música o deportes. Proporcionamos transporte hacia y desde estas actividades y te asignamos un entrenador 1:1 para brindarte apoyo. Nuestro programa está diseñado para ser agradable y adaptado a tus intereses, asegurando que tengas una experiencia gratificante.

Asistencia Personal (PA)

Los servicios de asistencia personal de Altura Care están diseñados para apoyar a las personas que necesitan ayuda con las actividades diarias, la integración comunitaria y la supervisión cuando su cuidador principal no está presente. Desde ayudar a las personas a hacer sus mandados, bañarse y arreglarse hasta la preparación de comidas y la alimentación, nuestros servicios cubren una amplia gama de tareas esenciales.

En Altura Care, nuestros servicios están diseñados para personas calificadas para el Programa de Autodeterminación (SDP) de su Centro Regional, ¡ayudándote a tomar el control de tu propio cuidado! **Para obtener información sobre los servicios, llama al 760-834-5163 o envía tu consulta por correo electrónico a info@alturacare.org.**

Si no estás inscrito en el programa SDP pero estás interesado, nuestro personal puede referirte a defensores de servicios en Inland Empire que pueden ayudarte. ¡Llama hoy!

alturacare.org

44-100 Monterey Avenue, Suite 216-2, Palm Desert, CA 92260

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.

¡Levántate del sofá y entra en los tiempos Fun-Tastic!

BERMUDA DUNES

- ♦ **Bermuda Dunes Community Center**
78-400 Avenue 42, Bermuda Dunes

CATHEDRAL CITY

- ♦ **Cathedral City High School (Swimming Pool)**
69-250 Dinah Shore Drive, Cathedral City

COACHELLA

- ♦ **Bagdouma Community Center & Park**
51-251 Douma Street, Coachella
- ♦ **Bagdouma Pool**
84-599 Avenue 52, Coachella

INDIO

- ♦ **Indio Community Center & Park**
45-871 Clinton Street, Indio
- ♦ **Indio Teen Center**
81-678 Avenue 46, Indio
- ♦ **Pawley Pool Family Aquatic Complex**
46-350 Jackson Street, Indio

INDIO HILLS

- ♦ **Indio Hills Community Center & Park**
80-400 Dillon Road, Indio Hills

LA QUINTA

- ♦ **Fritz Burns Pool**
78-107 Avenue 52, La Quinta
- ♦ **La Quinta Community Fitness Center & Park**
77-865 Avenida Montezuma, La Quinta

MECCA

- ♦ **Mecca Community Center, Park & Pool**
65-250 Coahuilla Street, Mecca
- ♦ **Mecca Sports Park**
91403 66th Avenue, Mecca

NORTH SHORE

- ♦ **North Shore Beach & Yacht Club**
99-155 Sea View Drive, North Shore
- ♦ **North Shore Community Park**
99-480 70th Avenue, North Shore

OASIS

- ♦ **Oasis del Desierto Park**
88-775 Avenue 76, Thermal

PALM DESERT

- ♦ **Cahuilla Hills Park**
45-825 Edgehill Drive, Palm Desert
- ♦ **Palm Desert Community Center & Civic Center Park**
43-900 San Pablo Avenue, Palm Desert
- ♦ **Freedom Park**
77-400 Country Club Drive, Palm Desert
- ♦ **Palm Desert Soccer Park**
74-735 Hovley Lane, Palm Desert
- ♦ **Olsen Community Park**
43-005 Magnesia Falls Drive, Palm Desert
- ♦ **Portola Community Center**
45-480 Portola Avenue, Palm Desert
- ♦ **The Golf Center at Palm Desert and First Tee – Coachella Valley**
74-945 Sheryl Drive, Palm Desert
- ♦ **University Park**
74-802 University Park Drive, Palm Desert

RANCHO MIRAGE

- ♦ **Rancho Mirage Community Park**
71-560 San Jacinto Drive, Rancho Mirage

THERMAL

- ♦ **Jerry Rummonds' Community & Senior Center**
87-229 Church Street, Thermal

THOUSAND PALMS

- ♦ **Thousand Palms Community Center & Park**
31-189 Robert Road, Thousand Palms



OFICINA ADMINISTRATIVA

45-305 Oasis Street, Indio, CA 92201
760.347.3484
Info@MyRecreationDistrict.com
MyRecreationDistrict.com



facebook.com/MyRecreationDistrict



instagram.com/MyRecreationDistrict



twitter.com/mydrd



Durante esta temporada de celebración, estamos muy agradecidos por ustedes: ¡nuestros amigos, socios y seguidores!

Participantes como usted nos cuentan todos los días cómo los parques y la recreación de calidad han cambiado sus vidas. Desde hacer nuevos amigos y aprender nuevas habilidades hasta mejorar la salud y crear recuerdos preciados: los parques, centros comunitarios, piscinas y áreas naturales del Desert Recreation District mejoran nuestras comunidades, nuestras familias y nuestras vidas.

El futuro es brillante a medida que Desert Recreation Foundation trabaja detrás de escena para garantizar que todos los residentes del Valle de Coachella tengan acceso sin barreras a recursos, instalaciones, parques y programas recreativos de calidad que satisfagan las necesidades actuales y las de las generaciones venideras. ¡Puedes marcar la diferencia e impactar las vidas de los residentes que más lo necesitan apoyando los programas, servicios o parques que más te apasionan!

¡Tu apoyo lo hace posible!

- \$75 permite a una persona mayor de bajos ingresos disfrutar de un pase anual Get Fit Pass, mejorando su bienestar y fomentando conexiones sociales esenciales a las que de otro modo no tendrían acceso.
- \$150 brindan a un niño en edad escolar un mes de apoyo crucial con las tareas en un programa extraescolar seguro, lo que garantiza que prospere continuamente.
- \$250 permite a una persona con una discapacidad participar plenamente en una membresía de recreación terapéutica y deportes adaptativos de un año de duración, donde puede encontrar satisfacción a través de experiencias únicas adaptadas a sus necesidades y cultivar un profundo sentido de pertenencia dentro de una comunidad de apoyo.
- \$250 brinda a una joven gimnasta la oportunidad de participar en competencias de nivel de USA Gymnastics durante un mes, alimentando su pasión y dedicación al deporte y abriendo nuevas puertas a sus sueños.
- \$300 apoya a personas desfavorecidas a conectarse con la naturaleza a través de programas de aventuras al aire libre, como ciclismo de montaña a lo largo de rutas panorámicas y exploración de la hermosa costa de California, creando recuerdos inolvidables para toda la vida que de otro modo no podrían experimentar.
- \$650 reúne hasta 100 familias para una "Película mágica bajo las estrellas" en el parque, creando recuerdos y construyendo comunidad.

¡Aumente su inversión donando mensualmente para apoyar oportunidades deportivas y recreativas seguras y accesibles para todos!

Apoye nuestra misión en DesertRecreationFoundation.org



Gracias

NUESTRA MISIÓN

Enriquecer y preservar la calidad de vida de los residentes. Hacemos esto recaudando fondos y obteniendo apoyo para comprar, desarrollar, mejorar, preservar, promover y expandir las actividades, programas, parques, propiedades e instalaciones de Coachella Valley.

¿Te imaginas una comunidad sin parques y recreación? ¡Ni nosotros podemos!

Creemos que los parques y la recreación deben estar disponibles para todos en nuestras comunidades sin importar sus ingresos o habilidades.

PROGRAMA DE ASISTENCIA FINANCIERA

Los programas, actividades y eventos de Desert Recreation Foundation están abiertos a todos.. Su Desert Recreation Foundation trabaja en estrecha colaboración con las comunidades a las que servimos para reducir las tarifas de programas y actividades para los residentes que no pueden permitirse el lujo de participar. Nuestro objetivo es que ningún niño o adulto quede fuera de las actividades recreativas, deportivas y extraescolares que ofrecemos debido a sus ingresos limitados.

La Desert Recreation Foundation (la **Fundación**) es una organización sin fines de lucro 501(c)(3) responsable de recaudar fondos en nombre del Desert Recreation District.

Desde 2001, Desert Recreation Foundation ha estado trabajando detrás de escena del Desert Recreation District para enriquecer y preservar la calidad de vida de los residentes mediante la recaudación de fondos y el apoyo para comprar, desarrollar, mejorar, preservar, promover y expandir el programa recreativo del Valle de Coachella. actividades, programas, parques, propiedades e instalaciones. Creemos que los parques, las oportunidades recreativas y los programas de aprendizaje deberían estar disponibles para todos en nuestra comunidad, sin importar su nivel de ingresos o capacidad. ¡Lo hacemos realidad y podemos hacer mucho más con tu ayuda!

¡Todos merecen acceso a parques e instalaciones recreativas de calidad! ¡Su apoyo lo hace posible!



¡HAGA UNA DONACIÓN EN EL MOMENTO EN QUE SE ESTÁ REGISTRANDO PARA UNA CLASE Y VEA CÓMO SU GENEROSIDAD PUEDE TENER UN IMPACTO TODOS LOS DÍAS EN NUESTRAS COMUNIDADES!!

Llame hoy para obtener más información (760) 347-3484 o visite nuestro sitio web en DesertRecreationFoundation.org
Voluntario. Patrocinador. Donar.

¡LLEGANDO EN JULIO!

Bolos

Recaudación de fondos del torneo

Para beneficiar el acceso a parques y recreación para todos

¡PREMIO A LAS MEJORES CAMISETAS DE EQUIPO DE BOWLING!

Para consultas y preguntas sobre patrocinio, comuníquese con el copresidente del evento, Andrés Coronel: acoronel@drfcv.org



¡Únete al equipo de diversión!

VARIEDAD DE PUESTOS DISPONIBLES
A TIEMPO COMPLETO Y PARCIAL.

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

MyRecreationDistrict.com/employment-opportunities



PRESORTED STD
US POSTAGE
PAID
PALM DESERT, CA
PERMIT NO 149



¡Manténgase fresco en la piscina!

¡Aproveche las múltiples ubicaciones de piscinas que tenemos en todo el Valle de Coachella!

Natación abierta • Natación de entrenamiento • Clases de natación • Instrucción de salvavidas
Clases de acondicionamiento físico acuático • Waterpolo junior*

Piscina de la escuela preparatoria Cathedral City, piscina comunitaria de Bagdouma en Coachella,
centro acuático familiar Pawley Pool en Indio, piscina Fritz Burns en La Quinta, piscina comunitaria de Mecca



Fotografía archivada de la natación abierta en la piscina Pawley

*Tenga en cuenta que no todas las ubicaciones tienen todas las comodidades/clases; consulte la información dentro de esta guía o visite MyRecreationDistrict.com/swim-water-programs para obtener detalles sobre todas las ubicaciones y programas.