

Guía de Actividades y Programas

MAYO | JUNIO | JULIO | AGOSTO | 2021



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



¡Bienvenidos al verano de 2021!

Después de un año de modificar los programas para que sean virtuales o de realizar clases al aire libre para las actividades que solemos realizar en interiores, estamos emocionados de poder ofrecer una variedad de actividades que incluyen las favoritas anuales, así como algunas clases nuevas, ya que las cosas comienzan a parecerse más a un verano típico en el Valle de Coachella.

Queremos comenzar invitándolo a la celebración de la Inauguración del Parque Oasis del Desierto (Oasis of the Desert), que anticipamos realizar a principios de este verano (consulte nuestro sitio web o redes sociales para obtener actualizaciones, incluyendo el anuncio de la fecha y hora). Estamos contentos de estar construyendo el primer parque comunitario en Oasis, esta primera fase del parque incluye un área de juegos, cancha de fútbol, cancha de deportes y equipo de ejercicio. Busque programación comunitaria y juvenil en el parque a finales de este año.

Si refrescarse en la piscina es su idea de diversión, ofrecemos programas en Bagdouma Pool en Coachella, Fritz Burns Pool en La Quinta, Mecca Pool, y Pawley Pool Family Aquatic Center en Indio. Gracias a la generosidad de Kaiser Permanente, podremos ofrecer becas para clases de natación infantil para aquellos que califiquen.

Para aquellos que disfrutan estar al aire libre en las noches cálidas, busque nuestras Películas en el parque, que se llevan a cabo en varias de nuestras ubicaciones, que incluyen Coachella, Mecca y Thousand Palms.

Si prefieres estar en el interior, tenemos una variedad de deportes como baloncesto, voleibol, tenis de mesa y fútbol. También contamos con clases de fitness en la comodidad del aire acondicionado, que van desde estiramientos de Yoga hasta las experiencias rítmicas de Salsa aerobics y Zumba. Y no olvide nuestra pista en el Centro Comunitario de Indio.

Algunas de nuestras clases más recientes es K9 Nose Work, donde se le enseña a su perro cómo fomentar y desarrollar las habilidades naturales de olfato, en las clases la serie inicial aprenderá a buscar en vehículos, contenedores, interiores y exteriores.

¿Está buscando una buena manera de hacer que su preadolescente o adolescente se mueva? Nuestras clases Titan Fitness y Tiny Titan incluyen entrenamientos y consejos sobre opciones de estilo de vida saludables. Continuando con la línea de elecciones conscientes de la salud, nuestra clase de preparación de comidas para adolescentes FIT4SUMMER les enseña a los adolescentes a preparar comidas saludables en casa.

Te invitamos a salir y experimentar las muchas maneras diferentes en que Desert Recreation District contribuye a la calidad de vida en el Valle de Coachella.

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

Atentamente,

Kevin Kalman, Gerente General

Tabla de Contenido

BERMUDA DUNES	6-7	OASIS	39
COACHELLA	8-10	PALM DESERT.....	40-49
INDIAN WELLS	11	RANCHO MIRAGE.....	50
INDIO	12-26	THERMAL	50-51
INDIO HILLS	27	THOUSAND PALMS	52-53
LA QUINTA	28-33	GOLF.....	5
MECCA.....	34-37	DONDE ESTAMOS.....	54
NORTH SHORE	38	ASISTENCIA FINANCIERA.....	55

— Una Nota Sobre Nuestros Programas De Verano —

En el momento en que se produjo esta publicación, los casos de COVID-19 estaban disminuyendo, y con una vacuna disponible para muchos que viven y trabajan en el Valle de Coachella, nos preparamos para abrir nuestros programas y proporcionar las excelentes actividades que ofrecemos cada verano. Es posible que tengamos que limitar el número de participantes a grupos más pequeños, grupos a distancia social, o mover clases de una habitación a un lugar diferente para permitir más espacio, pero creemos que podemos ofrecer muchas clases de verano una vez más.

Mientras monitoreamos de cerca la información publicada por los Centros para el Control de Enfermedades (CDC), el Departamento de Salud Pública del Condado de Riverside, y seguimos las directrices del estado de California, incluidas las órdenes emitidas por el gobernador Gavin Newsom, si se ordena un cambio después de que se le envió esta guía por correo, es posible que tengamos que realizar cambios, incluidos, entre otros, trasladar las actividades interiores al aire libre cuando sea posible (teniendo en cuenta el clima) y/o cancelar las clases. Tenemos muchas esperanzas de NO tener que hacer esto; sin embargo, la seguridad y el bienestar de nuestro personal, invitados, voluntarios y cualquier persona que utilice o visite nuestras instalaciones es la máxima prioridad.

Haremos todo lo posible para mantener actualizados nuestro sitio web y cuentas de redes sociales. Sin embargo, si escucha que se emiten órdenes oficiales que limitan o cierran actividades o reuniones, le recomendamos que antes de asistir a cualquier clase o evento enumerado en esta guía, por favor consulte con la ubicación en la que se llevará a cabo la actividad o llame a nuestra oficina administrativa al (760) 347-3484 para conocer el estado del programa.

Continuaremos haciendo cumplir el uso de cubiertas faciales, desinfectando y siguiendo protocolos de limpieza, manteniéndonos a un mínimo de 6 ‘de distancia de los demás, pidiendo a cualquier persona que presente síntomas de COVID-19 o que haya estado expuesta a alguien con COVID-19 que se quede en casa, y fomentar el lavado de manos frecuente.

Somos optimistas de que con todas las medidas que han estado en vigor durante el año pasado, podremos llevar a cabo si no todas las actividades de esta guía, la gran mayoría de ellas. Gracias por su paciencia y comprensión si tenemos que modificar cualquiera de nuestros programas, y esperamos ver cada una de sus caras sonrientes de nuevo en nuestras instalaciones!

— Equipo DRD

JUNTA DE DIRECTORES DEL DISTRITO DE RECREACIÓN DEL DESIERTO

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



SILVIA PAZ
VICE PRESIDENT

Division 1

Term: 12/1/17 to 12/3/22

*Indio, La Quinta, Mecca,
North Shore, Oasis,
Thermal, Vista Santa Rosa
and 100 Palms*



RUDY GUTIERREZ
DIRECTOR

Division 2

Term: 12/4/20 to 12/6/24

*Chiriaco Summit,
Coachella, Indio and
Indio Hills*



*FOTO
PRÓXIMAMENTE,
EN BREVE, PRONTO*

JONATHAN BECERRA
DIRECTOR

Division 3

Term: 12/4/20 to 12/6/24

Indio



RUDY ACOSTA
PRESIDENT

Division 4

Term: 12/1/17 to 12/3/22

*Bermuda Dunes,
Desert Palms, Indian Wells,
La Quinta and Palm Desert*



LAURA MCGALLIARD
DIRECTOR

Division 5

Term: 12/4/20 to 12/6/24

*Palm Desert,
Rancho Mirage and
Thousand Palms*

Información General

DESCUENTOS

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

ERRORES

Si bien se hacen todos los esfuerzos para asegurar la exactitud de la información de nuestro programa, es posible que se produzcan errores de vez en cuando, por lo que recomendamos llamar para verificar la información. Ofrecemos una disculpa si hemos cometido algún error en esta o cualquiera de nuestras publicaciones. **ATENCIÓN:** Todos los programas están sujetos a cambios sin previo aviso.

MATRÍCULA

Todas las tarifas indicadas en esta guía son para los residentes del Distrito. Para determinar si su residencia se encuentra dentro de los límites del Distrito, por favor llame al (760) 347-3484, donde también puede informarse sobre las tarifas de nuestros programas y clases para los residentes del Distrito.

HORAS DE TRABAJO

Las horas que estamos en servicio varían según la ubicación del Centro Comunitario, la actividad y otros elementos, como la época del año y eventos especiales. Debido a todas las variaciones, recomendamos llamar a nuestra Oficina Administrativa, al (760) 347-3484, para verificar las horas que estamos abiertos en cualquier lugar en particular.

FOTOGRAFÍAS

El Distrito de Recreación del Desierto se reserva el derecho de fotografiar instalaciones, actividades, programas y participantes en eventos especiales para su posible uso futuro. Todas las fotografías, ya sean digitales o impresas, seguirán siendo propiedad de DRD y sólo podrán ser utilizadas para fines publicitarios o promocionales.

Algunos programas son estacionales. Si tiene preguntas, comuníquese con su Community Center local, visite MyRecreationDistrict.com o llame al Desert Recreation District al (760) 347-3484.



The Golf Center AT PALM DESERT

¡La mejor instalación para mejorar su juego en el Valle de Coachella! Convenientemente ubicado en el corazón de Palm Desert a la salida de Cook St, El Golf Center en Palm Desert ofrece un campo de prácticas grande con iluminación nocturna, además de prácticas de juego corto. Cuando haya terminado de perfeccionar su juego, juegue una ronda en nuestro campo de golf de Par-3 de 9-hoyos. El campo de golf es el lugar perfecto para mejorar su juego, y es el lugar perfecto para trabajar en la de puntuación de su juego (80–130 yardas).

Para obtener información adicional, llame a Golf Shop al **(760) 779-1877** o visite **GolfCenterPD.com**

Tarifas de golf (9 hoyos):

JUNIOR (menores de 17 años)	\$ 8
ADULTOS	\$18
MAYORES (más de 55)	\$15
REPETICIÓN DE 9 HOYOS EL MISMO DÍA	\$ 5

(De Junio a Agosto incluye un pequeño balde de pelotas y un carrito para usar en el campo)

TARIFAS CAMPO DE PRACTICAS

CUBETA MEDIANA:	\$ 8
CUBETA GRANDE:	\$12

ALQUILAR

CARRITO	\$ 3
CONJUNTO DE PALOS DE GOLF	\$ 7
PALOS DE GOLF INDIVIDUALES	\$ 2



first tee coachella valley

En First Tee – Coachella Valley, permitimos que los niños desarrollen la fuerza de carácter que los ayude a través de una vida de desafíos. First Tee es un programa de desarrollo juvenil que enseña valores fundamentales y habilidades para la vida a través del juego de golf. Las clases están disponibles para todos los niveles de habilidad para participantes de 4 a 18 años. Se proporciona equipo de golf y ayuda financiera a cualquier participante que tenga una necesidad.

EDADS: De 4 a 18 años

COSTCO: \$65 por semana (campamentos),
\$65 por sesión de nueve semanas

Las inscripciones se abren el 26 de Mayo

PROGRAMA DE VERANO:

Clases semanales de First Tee

21 de Junio – 21 de Agosto (9 semanas)

CAMPAMENTO DE VERANO

EDADS: 7 años en adelante

8:30 – 11:30 (Lunes a Jueves) 5 sesiones

21–24 de Junio, 28 de Junio – 1 de Julio, 5–8 de Julio,
12–16 de Julio, 19–22 de Julio



Regístrese para las clases y campamentos de First Tee – Coachella Valley en: www.FTCV.org

Oportunidades para voluntarios disponibles para Asistentes de Entrenador, Eventos Especiales y Tutoría

¿PREGUNTAS?

Envíe un correo electrónico a Charles DeLorey: cdecorey@ftcv.org o llame al **(760) 779-1877**

Bermuda Dunes

Tenga en cuenta: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el **Centro Comunitario de Bermuda Dunes** (en interiores o al aire libre según lo permitan las regulaciones) a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.

Las clases de ballet y yoga que se están llevando a cabo actualmente en el Parque Comunitario La Quinta se trasladarán al Centro Comunitario Bermuda Dunes tan pronto como las pautas y el espacio permitan nuevamente las actividades en el interior.

DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

APTITUD ADAPTATIVA

(Se ofrecen clases presenciales y en línea)

Únase a nosotros para un entrenamiento exigente que tiene opciones para todos los niveles de habilidad. La clase se enfoca en fuerza y acondicionamiento con el uso de equipo mínimo. Tiene la opción de inscribirse en clases presenciales o en línea cuando se registra.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: jueves

HORA: 10 – 11 a.m.

EDADES: 16 años o más con discapacidad o necesidades especiales

COSTO: \$25 por Mes

APTITUD ADAPTATIVA SENTADO

(Se ofrecen clases presenciales y en línea)

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: viernes

HORA: 10 – 11 A.M.

EDADES: 16 años o más con discapacidad o necesidades especiales

COSTO: \$25 por Mes



CLASE DE ARTE ADAPTATIVO

(Se ofrecen clases presenciales y en línea)

Seamos creativos y expresémonos a través del arte. Esta clase ofrece una exploración de una (1) hora a través de diferentes medios artísticos. Los materiales de arte requeridos para la clase son mínimos, desde cartulina, pegamento, marcadores y tijeras. Tiene la opción de inscribirse en clases presenciales o en línea cuando se registra. El programa es proporcionado por LEAPS Services.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: miércoles

HORA: 1 – 2 p.m.

EDADES: 8 años o más con discapacidad o necesidades especiales

COSTO: Gratis

CLASE DE LECTURA ADAPTATIVA

(Se ofrecen clases presenciales y en línea)

¡Compartamos nuestros libros favoritos y ampliemos nuestro conocimiento! Esta clase ofrece una inmersión en una nueva aventura en la que los alumnos leen sus libros favoritos y trabajan para mejorar su comprensión lectora. Tiene la opción de inscribirse en clases presenciales o en línea cuando se registra. El programa es proporcionado por LEAPS Services.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: martes

HORA: 1 – 2 p.m.

EDADES: 8 años o más con discapacidad o necesidades especiales

COSTO: Gratis



LEAPS Services
"A Hand in Hand Approach"



Bermuda Dunes

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

REUNIONES DEL CONSEJO DE LA COMUNIDAD DE LAS DUNAS DE BERMUDAS

El Consejo de la Comunidad se reúne a las 6 p.m. el segundo jueves de enero, marzo, mayo, septiembre y noviembre, y el público puede asistir.

Verifique antes de asistir, ya que la reunión se puede realizar a través de ZOOM

FECHAS: 13 de mayo HORA: 6 p.m.

KARATE ADAPTATIVO – SOLO EN LÍNEA

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DIA: lunes

HORA: 4:15 – 5 p.m.

EDADES: 4 años o más con discapacidad o necesidades especiales

COSTO: \$25 por Mes

MEDITACIÓN GUIADA

(Se ofrecen clases presenciales y en línea)

Esta clase de meditación lo guiará a través de cómo meditar y completar los ejercicios de meditación. La práctica de la meditación es algo que podrá hacer todos los días y puede ayudarlo a enfocar la vida de manera diferente. Aprender a meditar a cualquier edad puede ayudarte a concentrarte en lo que es importante para tu vida. Tiene la opción de inscribirse en clases presenciales o en línea cuando se registra.

INSCRIPCIÓN: En curso

DIA: viernes

HORA: 4 – 4:45 p.m.

EDADES: 8 años o más con discapacidad o necesidades especiales

COSTO: \$25 por Mes



INTERÉS ESPECIAL

K9 NOSE WORK-BASIC-

taller de introducción al trabajo del olfato

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

INSCRIPCIÓN: Mayo, Junio, Julio, Agosto

DIA: miércoles HORA: 6:30 – 8 p.m.

EDADES: 18 años de edad o más

COSTO: \$125 por sesión de 4 semanas

TALLER AVANZADO DE TRABAJO DE NARIZ

K9Esta serie avanzada está diseñada para que los equipos de perros/guías amplíen sus conocimientos y habilidades en el entrenamiento de detección de olores. Los tipos de búsquedas realizadas incluyen contenedores, vehículos, interiores y exteriores (**prerrequisito de trabajo de olor – INTERMEDIO**).

INSCRIPCIÓN: Mayo, Junio, Julio, Agosto

DIA: miércoles HORA: 5 – 6:30 p.m.

EDADES: 18 años de edad o más

COSTO: \$125 por sesión de 4 semanas

Carreras DRD

- SALVAVIDAS
 - INSTRUCTORES DE NATACIÓN
 - LÍDERES DE RECREACIÓN
- ### ¡Y MÁS!

¡ÚNETE AL “EQUIPO DE DIVERSIÓN”!

Visite MyRecreationDistrict.com/
oportunidades de empleo para postularse en línea!

Tenga en cuenta: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el **Centro Comunitario de Bagdouma** (en el interior o al aire libre según lo permitan las regulaciones) a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.

ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA

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

HORARIO DE PISCINA – comienza el 5 de junio

Lunes a jueves, 4 – 7 p.m. (Lecciones de natación para jóvenes)
7 – 9 p.m. (Natación de vuelta)

viernes y sábado, 5 – 9 p.m. (Natación de vuelta)

domingo, 12 – 4 p.m. (Natación de vuelta)

Tarifas de entrada (entrada incluida si está inscrito en una clase o lección): **Niños \$2** (menores de 3 años entran gratis) **Adultos \$3**

TENGA EN CUENTA: el costo de todas las siguientes clases es de \$ 50 por sesión, las lecciones se llevarán a cabo de lunes a jueves y las fechas de las sesiones de natación son las siguientes, a menos que se indique lo contrario:

Sesión 1: del 7 al 17 de junio

Sesión 2: 21 de junio – 1 de julio

Sesión 3: del 5 al 15 de julio

Sesión 4: 19 al 29 de julio

Sesión 5: del 2 al 12 de agosto

CLASES DE NATACIÓN PREESCOLAR

¡Vamos a nadar! A esta edad, los niños que se sienten cómodos cerca del agua conocen los fundamentos de la natación segura y eficaz. Los niños se colocan en clases según su capacidad y los padres no acompañan a los niños en esta clase.

GUPPIES: 3–6 años de edad

HORAS: 4 – 4:45 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 para nadar.

PINGÜINOS 1 Y 2:

Haz 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 del brazo y el uso de las piernas introducen a los niños en este fantástico deporte.

Pingüinos 1, edades 6 ½ – 12 años.

Pingüinos de 2, edades 8 – 12 años.

PINGÜINOS 1

HORA: 5 – 5:45 p.m.



PINGÜINOS 2

HORA: 6 – 6:45 p.m.

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

EDADES: 6 ½ – 12 años.

HORA: 5 – 5:45 p.m.



BARRACUDAS: Nadar crol, natación crol de espalda, estilo espalda, estilo braza y sidestroke natación tiro, junto con estar a flote hacen que esta clase sea divertida para los niños y además mejora sus habilidades de natación.

EDADES: 7 – 13 años.

HORA: 4 – 4:45 p.m.



¡Encuentra Diversión!

ARTES Y MÚSICA

ESCENAS DE ARTE

Estos programas introducirán a los participantes en el este de Coachella Valley al arte y les brindarán un lugar seguro para dejar que sus mentes creativas exploren. Cada clase será dirigida por un instructor y los participantes podrán llevarse la pintura completa a casa al final de la clase.

ESCENA DE ARTE

INSCRIPCIÓN: 12 de mayo

DÍA: miércoles

HORA: 4 – 5:30 p.m.

EDADES: 6 – 12 años de edad

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



ESCENA DE ARTE DE VERANO

EDADES Y FECHAS:

6 a 12 años, 23 de junio, 28 de julio, 25 de agosto

13 – 16 años, 2 de junio, 7 de julio, 4 de agosto

DÍAS: miércoles

HORA: 5:30 – 7 p.m.

COSTO: \$10 por Clase

DANCE

BAILE JUEGUE Y PRETENDA

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

INSCRIPCIÓN: Mayo Junio Julio

DÍA: jueves

HORA: 4 – 4:45 p.m.

EDADES: 2 ½ – 5 años de edad

COSTO: \$36 Por Mes

FOLKLORICO (Baile Folklorico)

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

INSCRIPCIÓN: Mayo Junio Julio

DÍA: martes

EDADES & HORAS: 4 – 7 años de edad, 6:15 – 7:15 p.m.
8 – 14 años de edad, 7:15 – 8:15 p.m.

COSTO: \$40 Por Mes

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

HIP HOP

Los participantes se divertirán aprendiendo a bailar mientras incorporan fitness y se les enseñará movimiento y coordinación. Es una excelente manera para que los niños aprendan hip hop básico en un ambiente divertido y enriquecedor.

INSCRIPCIÓN: Mayo Junio Julio

DÍA: lunes

HORA Y EDADES: 3 a 4 p. M., 6 a 9 años de edad
4 a 5 p. M., 10 a 12 años de edad

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



Tenga en cuenta: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el **Centro Comunitario de Bagdouma** (en el interior o al aire libre según lo permitan las regulaciones) a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.

CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

LAS CASAS KIDS CLUB

En asociación con Coachella Valley Housing Coalition, este Kids Club es exclusivamente para los residentes de Las Casas Apartments. Este programa después de la escuela, en un ambiente seguro, brinda tutoría, un refrigerio saludable, ayuda con la tarea y actividades que apoyan el enriquecimiento académico.

UBICACIÓN: Las Casas Apartments

FECHAS: 3 al 27 de mayo, 1 al 30 de junio, 1–29 de julio, 11 al 31 de agosto

HORA: 1:30 – 6 p.m.

DÍAS: lunes a jueves

EDADES: 5–17 años de edad

COSTO: Gratis

CAMPAMENTO DE VERANO

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

FECHAS: Sesión 1: 7 al 25 de junio

Sesión 2: 28 de junio – 16 de julio

Sesión 3: 19 de julio – 6 de agosto

DÍAS: lunes a viernes

HORA: 7:30 a.m. – 6 p.m.

EDADES: 5 – 14 años de edad

(el niño debe haber completado Kindergarten)

COSTO:

\$290 por sesión de 3 semanas (costo promedio – puede variar si las vacaciones están incluidas en la sesión)

\$110 por sesión de 1 semana (costo promedio) – las sesiones semanales comienzan el 7, 14, 21, 28 de junio, 6 de julio, 12, 19, 26 y 2 de agosto

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

SALUD Y ESTADO FISICO

ONLINE

FIT 4 SUMMER – CLASE DE PREPARACIÓN DE COMIDAS PARA ADOLESCENTES

Esta clase de preparación de comidas para adolescentes enseñará a los participantes cómo preparar comidas rápidas, fáciles y saludables en casa. Se proporcionarán todos los ingredientes necesarios para la recogida. ¡La inscripción es limitada.

FECHAS: 1 al 22 de junio, 6 al 27 de julio

DIAS: martes **HORA:** 11 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 14 – 17 años de edad

COSTO: Gratis gracias a los fondos de la **Anderson Children's Foundation** y una asociación con **USDA SNAP**.



TITAN FITNESS

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

INSCRIPCIÓN: en curso

DIAS: martes **HORA:** 4 – 4:30 p.m.

EDADES: 7 – 13 años de edad

COSTO: Gratis

PELICULAS

PELÍCULAS

(¡en el parque, en la costa y más!)

Nos complace asociarnos con la ciudad de Coachella para ofrecerle películas aquí en su vecindario. Actualmente estamos planeando películas algunos viernes por la noche en abril y mayo. Consulte los listados en nuestro sitio web en myrecreationdistrict.com/movies para ver los títulos, lugares, fechas y horarios más actualizados de las películas.



Indian Wells

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

Visit a World Class Golf Destination

Play. Relax. Dine.

Indian Wells Golf Resort lures those looking for championship golf, chill and a private escape. Play one or both of Indian Wells Golf Resort's 18-hole courses. This is a rare property to add to your "golf bucket list" since both courses are ranked in the Top 25 "Best Municipal Courses in the United States" by Golfweek Magazine.

VUE Grille & Bar

After golf enjoy the exceptional amenities that await you in the 53,000 square-foot clubhouse. Plan to visit VUE Grille & Bar which is the top golf course destination restaurant in the area serving up American Gastro Pub and Bourbon Bar offerings with award winning and friendly service.

A New After Dark Experience

Shots in the Night is perfect for the whole family. Imagine a unique golf experience with a variety of exciting and challenging games on the putting course or glow golf balls and multi-color LED targets on the driving range. Music, a food truck, craft beers and cocktails add to the fun vibe. Participate in the outdoor golfing fun or just relax and socialize.

Enjoy Indian Wells with Family or Friends

Indian Wells is the perfect spot to vacation with four luxury resorts within walking distance from the Golf Resort with first-class rooms, spas and pools.

Indian Wells has many unforgettable golf experiences waiting for you! Plan your trip now.



44-500 Indian Wells Lane, Indian Wells, CA / 760.346.4653 / indianwellsgolfresort.com

Tenga en cuenta: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el centro o **parque de la comunidad de indio** (en el interior o al aire libre según lo permitan las regulaciones) a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.

ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA

TODAS LAS ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA LISTADAS EN ESTA SECCIÓN SE REALIZARÁN EN COMPLEJO ACUÁTICO FAMILIA PAWLEY POOL

Se puede encontrar información sobre clases de natación adaptativa y diversión acuática en **pagina 22**.

HORARIO DE PISCINA – comienza el 5 de junio

lunes a jueves, 9 a.m. – 6:45 p.m. (Lecciones de natación para jóvenes)

7 – 9 p.m. (Natación de vuelta)

viernes, 9 a.m. – 12 p.m. (Clase o lección para adultos)
12 – 4 p.m. and 7 – 9 p.m. (Natación de vuelta)

Sábado, 9 a.m. – 12 p.m. (Clase o lección para adultos)
12 – 4 p.m. (Natación de vuelta)

domingo, **CERRADO**

Tarifas de entrada (entrada incluida si está inscrito en una clase o lección):

Niños \$3 (menores de 3 años entran gratis) Adultos \$4

AQUA FIT

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

FECHAS: 11 de junio – 30 de julio **DÍAS:** viernes

HORA: 10 – 10:45 a.m.

EDADES: 18 años de edad y mayores **COSTO:** \$20

CURSO DE LIFEGUARD

¿Amas el agua? ¿Quieres trabajar este verano, al mismo tiempo? ¿Por qué no ser salvavidas con DRD? Prepárese para el verano con este curso de capacitación de tres días. Los participantes deben nadar 300 yardas, poder completar pisada de agua durante 2 minutos y realizar una prueba de recuperación de agua al principio del curso.

FECHAS: 14 al 16 de mayo, 21 al 23 de mayo

DÍAS Y HORARIOS: viernes de 5 a 9 p.m.

sábado y domingo, de 8 a.m. a 5 p.m.

EDADES: 15 años de edad y mayores

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



TENGA EN CUENTA: el costo de todas las siguientes clases es de \$50 por sesión, las lecciones se llevarán a cabo de lunes a jueves y las fechas de las sesiones de natación son las siguientes, a menos que se indique lo contrario:

Sesión 1: del 7 al 17 de junio

Sesión 2: 21 de junio – 1 de julio

Sesión 3: del 5 al 15 de julio

Sesión 4: 19 al 29 de julio

Sesión 5: del 2 al 12 de agosto

CLASES DE NATACIÓN INFANTIL

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



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

PADRES Y YO NIVEL 1:

EDADES: de 18 meses–3 años.

PADRES Y YO NIVEL 2: Las actividades incluyen los de nivel 1 y más habilidades básicas de natación.

EDADES: 2–3 ½

PADRES Y YO NIVEL 1

HORA: 9 – 9:45 a.m., 11 – 11:45 a.m., 1 – 1:45 p.m.,
3 – 3:45 p.m., 5 – 5:45 p.m.

Sesión solo viernes: 11 de junio – 30 de julio; 11 – 11:45 a.m.

PADRES Y YO NIVEL 2

HORA: 10 – 10:45 a.m., 12 – 12:45 p.m., 2 – 2:45 p.m.,
4 – 4:45 p.m., 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. Los niños se colocan en clases según su capacidad y los padres no acompañan a los niños en esta clase.

GUPPIES: 3 – 6 años de edad

HORA: 9 – 9:45 a.m., 10 – 10:45 a.m., 11 – 11:45 a.m.,
12 – 12:45 p.m., 1 – 1:45 p.m., 2 – 2:45 p.m.,
3 – 3:45 p.m., 4 – 4:45 p.m., 5 – 5:45 p.m., 6 – 6:45 p.m.

CLASES DE NATACIÓN EN LA ESCUELA PRIMARIA

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

PINGÜINOS 1 Y 2: Haz 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 del brazo y el uso de las piernas introducen a los niños en este fantástico deporte.

Pingüinos 1, edades 6 ½ – 12 años.

Pingüinos de 2, edades 8 – 12 años.

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

EDADES: 6 ½ – 12 años.

BARRACUDAS: Nadar crol, natación crol de espalda, estilo espalda, estilo braza y sidestroke natación tiro, junto con estar a flote hacen que esta clase sea divertida para los niños y además mejora sus habilidades de natación.

EDADES: 7–13 años.

TIBURONES: Los tiburones son afilados mientras se concentran en resistencia con el estilo espalda, y estilo libre, maestro estilo libre respiración y construir sobre el estilo mariposa y espalda elemental. Inflexión en la pared se introduce. Los requisitos incluyen: estilo libre y poder respirar de lado, estilo espalda y natación espalda elemental para 25 yardas.

EDADES: 8 – 14 años.

PINGÜINOS 1

HORA: 9 – 9:45 a.m.
11 – 11:45 a.m.
1 – 1:45 p.m.
3 – 3:45 p.m.
4 – 4:45 p.m.
6 – 6:45 p.m.



PINGÜINOS 2

HORA: 10 – 10:45 a.m.
12 – 12:45 p.m.
2 – 2:45 p.m.
5 – 5:45 p.m.

RAYAS

HORA: 11 – 11:45 a.m.
2 – 2:45 p.m.
6 – 6:45 p.m.



BARRACUDAS

HORA: 10 – 10:45 a.m.
1 – 1:45 p.m.
5 – 5:45 p.m.



TIBURONES

HORA: 9 – 9:45 a.m.
12 – 12:45 p.m.
3 – 3:45 p.m.
4 – 4:45 p.m.



Tenga en cuenta: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el centro o **parque de la comunidad de indio** (en el interior o al aire libre según lo permitan las regulaciones) a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.

50+ ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

PARACAÍDAS DE ORO

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

INSCRIPCIÓN: En curso

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

EDADES: 50 años y mayores

COSTO: GRATIS para los miembros del DRD Get Fit Pass



ARTES Y MÚSICA

GUIARRA PARA PRINCIPIANTES

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

SESIONES: 6 de mayo – 3 de junio, 17 de junio – 15 de julio, 29 de julio – 26 de agosto

DÍA: jueves HORA: 6 – 7 p.m.

EDADES: 9 años de edad y más

COSTO: \$70 por sesione

PIANO – PRINCIPIANTE E INTERMEDIO

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: sábados HORA: 10:30 – 11:50 a.m.

EDADES: 6 – 16 años de edad

COSTO: \$ 120 Por Mes

PIANO – RENDIMIENTO

Esta clase prepara a los niños de 6 a 16 años para ampliar sus habilidades de piano y de lectura de música a un nivel de rendimiento de juego.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: sábados HORA: 12 – 1:50 p.m.

EDADES: 6 a 16 años de edad

COSTO: \$120 Por Mes



ARTES MARCIALES

COMBO DE KARATE – 2 DÍAS

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

INSCRIPCIÓN: En curso

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

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

PEQUEÑO PROGRAMA DE KARATE DRAGONES

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

INSCRIPCIÓN: En curso

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

EDADES: 4 – 7 años de edad COSTO: \$50 Por Mes





BAILE

BAILE JUEGUE Y PRETENDA

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: martes HORA: 9 – 9:45 a.m.

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



BALLET PARA PRINCIPIANTES

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS & HORAS:

los lunes 10 – 10:45 a.m. O 5:30 – 6:15 p.m. O

miércoles 4 – 4:45 p.m.

EDADES: 5 – 10 años de edad COSTO: \$36 Por Mes

NUEVA UBICACIÓN DEL CLUB DE NIÑOS

Estamos encantados de anunciar que Kids Club en Desert Meadows comienza en agosto

(consulte los listados a la derecha para obtener más detalles)



CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA



CAMPAMENTO DE VERANO

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

FECHAS:

Sesión 1: 7 al 25 de junio

Sesión 2: 28 de junio – 16 de julio

Sesión 3: 19 de julio – 6 de agosto

DÍAS: lunes a viernes HORA: 7:30 a.m. – 6 p.m.

EDADES: 5 – 14 años de edad

(el niño debe haber completado Kindergarten)

COSTO: \$290 por sesión de 3 semanas

\$110 por sesión de 1 semana (costo promedio): las sesiones semanales comienzan el 7, 14, 21, 28 de junio, 6 de julio, 12, 19, 26 y 2 de agosto

CLUB DE NIÑOS – DESERT MEADOWS

En asociación con Hope Through Housing y CVCT Collaborative, le ofrecemos una ubicación de New Kids Club exclusivamente para los residentes de Desert Meadows Apartments. Este programa después de la escuela, en un ambiente seguro, brinda tutoría, un refrigerio saludable, ayuda con la tarea y actividades que apoyan el enriquecimiento académico.

UBICACIÓN: Desert Meadows Apartment Complex

FECHAS & HORAS: 18 – 31 de agosto, 3 – 6 p.m.

DÍAS: de lunes a viernes EDADES: 5 – 17 años de edad

COSTO: Gracia

Tenga en cuenta: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el centro o **parque de la comunidad de indio** (en el interior o al aire libre según lo permitan las regulaciones) a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.



CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA



CLUB DE NIÑOS – VILLA HERMOSA

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

UBICACIÓN: Villa Hermosa Apartments

FECHAS: 3 – 31 de mayo, 1 – 30 de junio, 1 – 29 de julio, 18 – 31 de agosto

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

EDADES: 5 – 17 años de edad COSTO: Gratis



CREATIVE BRAIN – CAMPAMENTO DE VIDEOJUEGOS

¡Los JUEGAS, ahora HAZLOS! ¡Diviértete aprendiendo a crear tus propios videojuegos en 3D y comparte tus juegos completos con el mundo! Utilizando un motor de codificación intuitivo basado en objetos desarrollado por Microsoft®, los participantes podrán crear sus propios entornos y desafíos de juego únicos. Esta es una clase virtual en vivo.

FECHAS: 7 – 11 de junio

HORA: 2:30 – 3:45 p.m. DÍAS: de lunes a viernes

EDADES: 8 – 15 años de edad COSTO: \$99

CREATIVE BRAIN – TALLER DE ARTISTA

En esta clase virtual en vivo, los participantes exploran las técnicas de pintores famosos y aprenden a recrear algunas de sus pinturas más famosas. Los materiales necesarios para esta clase incluyen algunos pinceles de artista, papel blanco en blanco o papel de dibujo y, si están disponibles, algunos paneles de lienzo. Puede completar todo el trabajo en papel.

FECHAS & HORAS:

14 – 18 de junio, 10:30 – 11:45 a.m.

12 – 16 de julio, 2:30 – 3:45 p.m.

DÍAS: de lunes a viernes EDADES: 8 – 16 años de edad

COSTO: \$99

¡Encuentra la creatividad!

DEPORTES

ANIMADORAS

PORRISTAS JUVENILES

Aprenderá a realizar vótores, técnicas adecuadas de salto, ejercicios de voltereta y fortalecimiento. Esta clase sigue las pautas de deportes juveniles y se llevará a cabo en el área de gimnasia.

INSCRIPCIÓN: Mensual

DÍAS: jueves

HORA: 4:30 – 5:30 p.m.

EDADES: 5 – 11 años de edad

COSTO: \$60 por sesión de 4 semanas

(tarifas ajustadas para sesiones de tres o cinco semanas)

BALONCESTO

CLÍNICA DE BALONCESTO DE VERANO

Nuestra clínica de baloncesto de verano ofrece instrucción motivadora y de calidad en un ambiente divertido y competitivo, utilizando nuestro gimnasio de baloncesto de última generación. Se cubren los ejercicios de estiramiento, ofensivos y defensivos adecuados y las prácticas correctas de tiro.

FECHAS: 8 de junio – 1 de julio, 6 – 29 de julio

DÍAS: martes y jueves

HORARIOS, EDADES Y TARIFAS:

10 – 10:30 a.m. (5 & 6 años de edad), \$35

10:45 – 11:45 a.m. (7 – 10 años de edad), \$40

12 – 1 p.m. (11 – 14 años de edad), \$40

ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO INTERMEDIO/AVANZADO PARA NIÑOS

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

INSCRIPCIÓN: 4 – 25 de mayo

DÍAS: martes

HORA: 5 – 6 p.m.

EDADES: 10–17 años de edad

COSTO: \$50

ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO INTERMEDIO/AVANZADO PARA CHICAS

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

INSCRIPCIÓN: 6 – 27 de mayo

Días: jueves

HORA: 5 – 6 p.m.

EDADES: 10–17 años de edad

COSTO: \$50



LIGA DE BALONCESTO JUVENIL DE VERANO

¡Summer Youth Basketball ofrece una excelente manera para que los niños aprendan nuevas habilidades, jueguen en un equipo y se mantengan en forma! Ofrecemos cuatro divisiones de edad. Nuestros equipos más jóvenes se centran en el desarrollo, no en victorias y derrotas. Los Campeones de la División serán coronados de la División C y D al final de la temporada.

FECHAS: 29 de junio – 5 de agosto

DÍAS: martes y jueves por División A, B, C
sábado por División D

HORA, DIVISIONES DE EDAD:

División A (7 – 8 años), 5:20 – 6 p.m.

División B (9 – 10 años), 6:30 – 7:15 p.m.

División C (11 – 12 años), 7:45 – 8:45 p.m.

División D (13 – 14 años), sábado 10 – 11 a.m.

COSTO: \$100 por jugador (\$80 por jugador para la División D)

MÁS baloncesto EN LA SIGUIENTE PÁGINA

Tenga en cuenta: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el centro o parque de la comunidad de indio (en el interior o al aire libre según lo permitan las regulaciones) a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.

DEPORTES

DÍAS DE DRAFT PARA LA LIGA JUVENIL DE BALONCESTO DE VERANO

(la asistencia es obligatoria para jugar en la liga)

División A (7 – 8 años): sábado 29 de mayo, 10 a.m. a 12 p.m.

División B (9 – 10 años): sábado 29 de mayo, 12 a 2 p.m.

División C (11 – 12 años): viernes 28 de mayo, 5 a 7 p.m.

División D (13 – 14 años): viernes 28 de mayo, 7 a 9 p.m.



LIGA DE BALONCESTO JUVENIL DE VERANO – LITTLE DRIBBLERS

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

FECHAS: 26 de junio – 7 de agosto

DÍAS: sábado

HORARIO: 9 – 10 a.m.

EDADES: 5 & 6 años de edad

COSTO: \$80

**Encuentra
Trabajo en Equipo!**

ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO

Estas clases para principiantes, durante todo el año, ofrecen simulacros e instrucción de calidad que ayudarán a los participantes a desarrollar habilidades de baloncesto. ¡Esta clase es perfecta para que un jugador de baloncesto comience su aventura atlética!

ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO PARA NIÑAS DE 5 Y 6 AÑOS

INSCRIPCIÓN: 4 – 25 de mayo **DÍAS:** martes

HORA: 4 – 4:45 p.m. **COSTO:** \$30 por Mes

ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO PARA NIÑAS DE 7 A 14 AÑOS

DÍA, FECHA, HORARIO Y TARIFAS:

Jueves, 6 – 27 de mayo, 4 – 4:45 p.m., \$35

Jueves, 12 – 26 de agosto, 5 – 6 p.m., \$40

CLASES MULTI DEPORTES:

ACONDICIONAMIENTO DEPORTIVO JUVENIL

Mejore sus habilidades atléticas, agilidad y juego de pies. La clase de acondicionamiento deportivo juvenil incorpora ejercicios de velocidad, ejercicios de peso corporal, ejercicios cardiovasculares y ejercicios pliométricos, lo que ofrece un entrenamiento corporal total para ayudar en el acondicionamiento de todos los deportes.

CLASE DE TRES DÍAS POR SEMANA

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes miércoles viernes

HORA: 4:30 – 5:30 p.m.

EDADES: 7 – 14 años de edad

COSTO: \$40 por Mes

TWO DAY PER WEEK CLASS

INSCRIPCIÓN: 3 – 26 de mayo

DÍAS: lunes y miércoles

EDADES: 7 – 14 años de edad

COSTO: \$30 por Mes

HORA: 5:30 – 6:30 p.m.

INSCRIPCIÓN:

1 – 29 de junio, 1 – 29 de julio, 3 – 31 de agosto

DÍAS: martes y jueves

HORA: 3 – 4 p.m.

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

PEQUEÑOS CAMPEONES

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

INSCRIPCIÓN: lunes, del 3 al 31 de mayo,
viernes, 7 al 28 de mayo

HORA: 1:30 – 2 p.m.

EDADES: 3 – 5 años de edad

COSTO: \$25 por Mes

EJECUTAR

DESERT RUNNERS

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

DÍAS: lunes y miércoles

FECHAS, HORARIOS, EDADES Y TARIFAS:

- 2 – 30 de junio, 12:30 – 1 p.m., 5 – 9 años de edad, \$25
- 2 – 30 de junio, 1:15 – 2:15 p.m., 10 – 14 años de edad, \$40
- 7 – 28 de julio, 12:30 – 1 p.m., 5 – 9 años de edad, \$25
- 7 – 28 de julio, 1:15 – 2:15 p.m., 10 – 14 años de edad, \$40

FÚTBOL

CLÍNICA DE FÚTBOL JUVENIL – PRINCIPIANTE

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

INSCRIPCIÓN: Sesión de 4 semanas

FECHAS: 3 – 28 de mayo

DÍAS: lunes y viernes

HORA: 4 – 5 p.m.

EDADES: 6 – 14 años de edad

COSTO: \$40 por jugador



CLÍNICA DE FÚTBOL JUVENIL – AVANZADO

Nuestra clínica avanzada se centrará en varios ejercicios para la mejora continua de las habilidades futbolísticas del participante. La clínica está diseñada para jugadores que buscan perfeccionar su técnica, velocidad y creatividad en general en el campo de fútbol.

INSCRIPCIÓN: Sesión de 4 semanas

FECHAS: 3 – 28 de mayo

DÍAS: lunes y viernes

HORA: 5:15 – 6:15 p.m.

EDADES: 6 – 13 años de edad

COSTO: \$40 por jugador

CLÍNICA DE FÚTBOL DE VERANO

Nuestra Clínica de Fútbol de Verano ofrece instrucción motivadora y de calidad en un ambiente divertido y competitivo en el interior, lejos del calor. Los participantes jugarán fútbol competitivo y aprenderán reglas, estrategias y juego en equipo.

FECHAS: 7 – 30 de junio, 7 – 28 de julio

DÍAS: lunes y miércoles

HORA & EDADES:

10 – 11 a.m. (5 – 10 años de edad)

11:15 a.m. – 12:15 p.m. (11 – 14 años de edad)

COSTO: \$40 por jugador



Tenga en cuenta: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el centro o **parque de la comunidad de indio** (en el interior o al aire libre según lo permitan las regulaciones) a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.

DEPORTES

LITTLE KICKERS – CLÍNICA DE FÚTBOL

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

FECHAS & DÍAS: lunes, 3 al 24 de mayo **O**
viernes, 7 al 28 de mayo

HORA: 3:15 – 3:45 p.m.

EDADES: 4 – 5 años de edad **COSTO:** \$30 por Mes



FÚTBOL AMERICANO **ACONDICIONAMIENTO DE FÚTBOL** **JUVENIL DE INDIO**

Este programa de acondicionamiento es ideal para los jóvenes que desean mejorar su juego de pies, velocidad y habilidades: los ejercicios de fútbol, los ejercicios de juego de pies y la agilidad de velocidad lo ayudarán a pasar al siguiente nivel con prácticas y situaciones de tiempo de juego.

FECHAS: 3 – 12 de agosto **DÍAS:** martes, miércoles, jueves

HORARIOS, EDADES Y TARIFAS:

8 – 9 a.m., 7 – 10 años de edad, \$40

20 9:30 – 11 a.m., 11 – 14 años de edad, \$60

TIRO AL ARCO



TIRO AL ARCO – JUVENTUD

Nuestro programa de tiro con arco enseña los fundamentos del tiro con arco, incluida la forma adecuada de tiro. Este programa se lleva a cabo en un entorno altamente supervisado donde se brinda estímulo positivo e instrucción individualizada para fomentar el éxito de los participantes.

INSCRIPCIÓN: En curso

FECHAS, DÍAS, HORAS, EDADES Y COSTO:

4 al 27 de mayo, martes y jueves, 4:30 a 5:30 p.m.,
7 a 10 años de edad, \$ 40

4 al 27 de mayo, martes y jueves, 5:30 a 6:30 p.m.,
11 a 16 años de edad, \$ 40

4 al 27 de mayo, martes y jueves, de 6:30 a 7:30 p.m.,
de 7 a 16 años de edad, \$ 40

5 al 26 de junio, sábados, 11:30 a.m. a 12:30 p.m.,
7 a 10 años de edad, \$ 30

5 – 26 de junio, sábados, 12:30 a 1:30 p.m., 1
1 – 17 años de edad, \$ 30

10 al 31 de julio, sábados, 11:30 a.m. a 12:30 p.m.,
7 a 10 años de edad, \$ 30

10 – 31 de julio, sábados, 12:30 a 1:30 p.m.,
11 – 17 años de edad, \$ 30

7 al 28 de agosto, sábados, 11:30 a.m. a 12:30 p.m.,
7 a 10 años de edad, \$ 30

7 al 28 de agosto, sábados, de 12:30 a 1:30 p.m.,
de 11 a 17 años de edad, \$ 30

VÓLEIBOL

CAMPAMENTO DE VERANO DE VOLEIBOL PARA NIÑAS

Todas las niñas de voleibol de todos los niveles están invitadas a este campamento de voleibol de verano. Ven y aprende cómo sacar, bloquear y ser un competidor de equipo en tu viaje de voleibol. Además del juego de pies, trabajaremos en las técnicas de movimiento del juego y las reglas del juego.

FECHAS Y TARIFAS:

8 – 17 de junio, \$30

6 – 29 de julio, \$50

DÍAS: martes y jueves

HORAS & EDADES:

8 – 9 a.m., 7 – 10 años de edad

9 – 10 a.m., 11 – 16 años de edad

VOLEIBOL PRINCIPIANTE

¡Llamando a todos los jugadores de voleibol! Esta clase de nivel inicial está diseñada para brindarle una comprensión fundamental de las técnicas de voleibol en un entorno seguro y cómodo. Ven y trabaja en tu juego de pies mientras te preparas para el siguiente nivel de voleibol.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: viernes

HORA: 4:30 – 5:15 p.m.

EDADES: 6 – 10 años de edad

COSTO: \$25 por Mes

VOLEIBOL INTERMEDIO

¿Eres un jugador de voleibol que está listo para jugar al siguiente nivel? Mejorarás tus habilidades para principiantes de saque, pase, bloqueo y ataque en este nivel. Únase a nosotros en este programa de un mes altamente motivador para agudizar su atletismo.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: viernes

HORA: 5:15 – 6 p.m.

EDADES: 11 – 14 años de edad

COSTO: \$30 por Mes

VOLEIBOL INTERMEDIO/AVANZADO

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: viernes HORA: 6 – 6:45 p.m.

EDADES: 14 – 17 años de edad COSTO: \$30 por Mes



VOLEIBOL LITTLE SPIKERS

¡Su “pequeño atacante” aprenderá a amar el deporte del voleibol en esta clase que ofrece instrucción inspiradora para asegurar que su jugador aprenda los conceptos básicos del juego y se divierta! Enseñamos habilidades básicas en entornos de grupo/equipo.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: viernes HORA: 4 – 4:30 p.m.

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

WRESTLING

WRESTLING

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

INSCRIPCIÓN: julio, agosto

DÍAS: martes y jueves

HORA & EDADES: 6 – 7 p.m., 5 – 9 años de edad

7 – 8 p.m., 10 – 13 años de edad

COSTO: \$80 por Mes

Tenga en cuenta: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el centro o **parque de la comunidad de indio** (en el interior o al aire libre según lo permitan las regulaciones) a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.



DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

ACUÁTICOS ADAPTATIVOS – PRINCIPIANTE

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

UBICACIÓN: Pawley Pool Family Aquatic Complex

INSCRIPCIÓN: 19 de junio – 7 de agosto

DIA: sábado HORA: 10 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 4 años de edad o más con una discapacidad o necesidad especial COSTO: \$50

ACUÁTICOS ADAPTATIVOS: MODERADO A AVANZADO

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

UBICACIÓN: Pawley Pool Family Aquatic Complex

INSCRIPCIÓN: 19 de junio – 7 de agosto

DIA: sábado HORA: 10 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 4 años de edad o más con una discapacidad o necesidad especial COSTO: \$50

BALONCESTO ADAPTABLE

El baloncesto puede ayudarlo a mejorar su nivel de condición física mientras trabaja en conjuntos de habilidades, incluido el tiro y el regate en un entorno social compatible. Jugado en nuestra cancha cubierta, reciba instrucción de nuestros entrenadores adaptativos. Los padres o cuidadores pueden unirse si el participante requiere ayuda adicional.

INSCRIPCIÓN: junio, julio, agosto

DIA: miércoles

HORA: 3 – 4 p.m.

EDADES: 10 años de edad o más con una discapacidad o necesidad especial COSTO: \$25 por Mes

BOCCIA ADAPTATIVA

Únase a nosotros para Boccia, el deporte paralímpico para todos los niveles. Buscamos expandir este juego impulsado por la habilidad y la precisión dentro del valle, y los conjuntos de habilidades de cada participante.

INSCRIPCIÓN: junio, julio, agosto

DIA: viernes

HORA: 2:30 – 3:30 p.m.

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

COSTO: \$25 por Mes

CLASE DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ADAPTATIVO

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DIA: martes

HORA: 4 – 4:45 p.m.

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

COSTO: \$25 por Mes

FÚTBOL ADAPTATIVO

Una excelente manera de fortalecer la coordinación y las habilidades motoras gruesas, con un enfoque en ejercicios como el regate, el pase y el control del balón. También contamos con unos grandes balones de fútbol para entretenernos durante el programa. ¡Se anima a todos los niveles de habilidad a unirse!

INSCRIPCIÓN: junio, julio

DIA: jueves

HORA: 1:30 – 2:30 p.m.

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

COSTO: \$25 por Mes



GIMNASIA ADAPTATIVA – AL AIRE LIBRE

Nuestros entrenadores capacitados trabajarán con las necesidades individuales de los participantes para garantizar un ambiente seguro en esta clase de gimnasia.** Las clases se llevarán a cabo al aire libre hasta que se levanten las restricciones del programa COVID en interiores.

INSCRIPCIÓN: En curso

DIA: lunes

HORA: 4:45 – 5:15 p.m.

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

COSTO: \$25 por Mes

PICKLEBALL ADAPTABLE

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

INSCRIPCIÓN: junio, julio, agosto

DIA: viernes

HORA: 1:30 – 2:30 p.m.

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

COSTO: \$25 por Mes

TIRO CON ARCO ADAPTATIVO

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

TIRO CON ARCO ADAPTATIVO – MARTES DE ADULTOS

INSCRIPCIÓN: 4 – 25 de mayo

DIA: martes

HORA: 2:30 – 3:30 p.m.

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

COSTO: \$25

TIRO CON ARCO ADAPTATIVO – MARTES DE JUVENTUD

INSCRIPCIÓN: 4 – 25 de mayo DIA: martes

HORA: 3:30 – 4:30 p.m.

EDADES: 7 – 17 años de edad con discapacidad o necesidades especiales COSTO: \$25

TIRO CON ARCO ADAPTATIVO – SABADO DE ADULTOS

INSCRIPCIÓN: 5 al 26 de junio, 10 al 31 de julio, 7 al 28 de agosto

DIA: sábado HORA: 1:30 – 2:30 p.m.

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

COSTO: \$25

TIRO CON ARCO ADAPTATIVO – SABADO DE JUVENTUD

INSCRIPCIÓN: 5 al 26 de junio, 10 al 31 de julio, 7 al 28 de agosto

DIA: sábado HORA: 2:30 – 3:30 p.m.

EDADES: 7 – 17 años de edad con discapacidad o necesidades especiales COSTO: \$25 por Mes

ULTIMATE FRISBEE ADAPTABLE

Únase a nosotros para una introducción a Ultimate Frisbee. Aprenda a lanzar, atrapar y apuntar. No se necesita experiencia para participar, ¡todos los niveles de habilidad están invitados a unirse! Comuníquese con Kendra, 760.834.9597, si necesita una silla deportiva para participar.

INSCRIPCIÓN: agosto DIA: jueves

HORA: 1:30 – 2:30 p.m.

EDADES: 10 años de edad o más con una discapacidad o necesidad especial COSTO: \$25 por Mes

VOLEIBOL ADAPTATIVO

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

INSCRIPCIÓN: junio, julio, agosto

DIA: martes HORA: 1:30 – 2:30 p.m.

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

COSTO: \$25 por Mes

Tenga en cuenta: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el centro o parque de la comunidad de indio (en el interior o al aire libre según lo permitan las regulaciones) a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.

EVENTOS DE LA COMUNIDAD

EVEN TO DE ARTESANÍA DEL CINCO DE MAYO

¡Ven a nuestro evento del Cinco de Mayo donde los participantes pueden crear varias manualidades temáticas!

FECHA: sábado, 1 de mayo

HORA: 10 a.m. – 1 p.m.

EDADES: 4 – 16 años de edad

COSTO: Gratis

(regístrese para el evento)



GIMNASIA

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

NOTA SOBRE EL REGISTRO DE GIMNASIA:

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

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

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

BUDDY 'N ME GIMNASIA

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

EDADES: 1 – 3 Años de edad

DÍAS Y HORARIOS: lunes 5 – 5:30 p.m. O 5:45 – 6:15 p.m. O

miércoles 7 – 7:30 p.m. martes O jueves 1:30 – 2 p.m.

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

GIMNASIA DEL DESIERTO TUMBLEWEEDS

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

EDADES: 4 – 6 Años de edad

DÍAS Y HORARIOS:

martes 7 – 7:45 p.m.

miércoles 5:45 – 6:30 p.m.

jueves 7 – 7:45 p.m.

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

GIMNASIA PRINCIPIANTE NIÑOS

Aquí es donde comienza todo. Esta clase enseña los seis eventos olímpicos de gimnasia masculina de salto, barra horizontal, barras paralelas, caballo con arcos, piso y anillos. La clase se centrará en las habilidades y técnicas de gimnasia mientras aumenta la fuerza y la flexibilidad, la coordinación y la autoestima.

DÍAS: martes O jueves

HORA: 3:15 – 4:45 p.m.

COSTO: \$70 por sesión de 4 semanas



¡Encuentra Fuerza!



GIMNASIA INTERMEDIA/AVANZADA PARA NIÑOS

Esta clase está diseñada para gimnastas con habilidades avanzadas. El plan de estudios sigue las pautas de USA Gymnastics para los seis eventos olímpicos de gimnasia masculina de salto, barra horizontal, barras paralelas, caballo con arcos, piso y anillos, con énfasis en la fuerza y la flexibilidad. Los instructores están certificados y acreditados en seguridad a través de la Universidad de Gimnasia de EE. UU.

DÍAS: lunes **O** miércoles

HORA: 6:45 – 8:15 p.m.

COSTO: \$70 por sesión de 4 semanas

GIMNASIA PRINCIPIANTE FEMENINA

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

DÍAS Y HORARIOS:

lunes **O** martes 3 – 4:30 p.m., 4:45 – 6:15 p.m.

miércoles 5 – 6:30 p.m., 6 – 7:30 p.m.

jueves 6 – 7:30 p.m.

COSTO: \$70 por sesión de 4 semanas

GIMNASIA INTERMEDIA FEMENINA

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

DÍAS Y HORARIOS: lunes **O** miércoles 7 – 8:30 p.m.

martes **O** jueves 4:45 – 6:15 p.m.

COSTO: \$70 por sesión de 4 semanas

GIMNASIA AVANZADA PARA NIÑAS

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

DÍAS: martes **O** jueves HORA: 6:30 – 8 p.m.

O

DÍAS: lunes HORA: 6 – 7:30 p.m.

COSTO: \$70 por sesión de 4 semanas

Síguenos en
facebook.com/drdgym

Tenga en cuenta: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el centro o **parque de la comunidad de Indio** (en el interior o al aire libre según lo permitan las regulaciones) a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.

GIMNASIA

GIMNASIA TUMBLING

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

DÍAS: martes HORA: 7 – 8 p.m.

COSTO: \$60 por sesión de 4 semanas

GIMNASIA OBLIGATORIA POR EQUIPOS

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

DÍAS: lunes, miércoles, viernes **O** martes, jueves y viernes

HORA: 3 – 6:30 p.m. COSTO: \$195 por Mes

EQUIPO SENIOR – GIMNASIA OPCIONAL

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

DÍAS: lunes, martes, jueves, viernes

HORA: 3 – 7 p.m. COSTO: \$250 por Mes

PROGRAMAS DE NIÑOS PEQUEÑOS

PEQUEÑOS EXPLORADORES

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: viernes HORA: 9 a.m. – 12 p.m.

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



TINY TOTS

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

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: De lunes a jueves

HORA: 9 a.m. – 12 p.m. EDADES: 3 – 5 años

COSTO: \$230 por Mes

SALUD Y ESTADO FISICO

SALSAEROBICS

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: Los lunes, miércoles, viernes

HORA: 8 – 10 a.m. EDADES: 18 años y mayores

COSTO: \$40 Por Mes COSTO POR DÍA: \$7 por Clase

TITAN FITNESS

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: lunes

HORA: 3:30 – 4 p.m.

EDADES: 7 – 13 años de edad

COSTO: Gratis



ZUMBA

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes y miércoles HORA: 5:45 – 6:45 p.m.

EDADES: 14 años y mayores COSTO: \$30 Por Mes

COSTO POR DÍA: \$5 por Clase

Indio Hills

Tenga en cuenta: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el **Centro Comunitario de Indio Hills** (en el interior o al aire libre según lo permitan las regulaciones) a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.

50+ ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS PROGRAMA PARA PERSONAS MAYORES DE INDIO HILLS

¡Están sucediendo muchas cosas en nuestros centros!
Disfrute de una hora de bingo, juegos o manualidades cada semana. ¡Cada actividad seguirá las pautas de distanciamiento social, pero tendrá la misma energía y diversión!

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: miércoles,
HORA: 9 a.m. – 12 p.m. EDADES: 50 años o más
COSTO: Gratis

EVENTOS DE LA COMUNIDAD FIND DISTRIBUCIÓN DE COMIDA

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

FECHAS: 11 & 25 de mayo, 8 & 22 de junio, 13 & 27 de julio
DÍAS: martes HORA: 11:30 – 2:30 p.m.
(o hasta que se haya distribuido toda la comida)
EDADES: Toda Edades COSTO: Gratis

REUNIÓN DEL CONSEJO COMUNITARIO DE INDIO HILLS

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

TENGA EN CUENTA QUE LA REUNIÓN SE REALIZARÁ A TRAVÉS ZOOM.

PARA ASISTIR EN LÍNEA: Póngase en contacto con dschemmer@rivco.org para obtener más información

DÍA: martes HORA: 6 p.m. FECHA: 18 de mayo

Weekend Getaway

Lake Cahuilla Veterans Regional Park

FEATURES :

- Trailer/RV Camping
- Tent Camping
- Fishing Lake
- Hiking Trails
- Horseback Trails
- Picnic Shelters
- Playground
- Pet Friendly
- BBQ areas
- Showers
- Restrooms
- Sand Volleyball
- Pickle Ball
- Bocce Ball
- and more...

SAVE*
50%
Second Night



www.RivCoParks.org

Online Reservations available 24/7

1-800-234-7275 (PARKS)

[f @rivcoparkshq](https://www.facebook.com/rivcoparkshq) [i rivcoparks](https://www.instagram.com/rivcoparks) [t rivcoparks](https://www.tiktok.com/@rivcoparks)

Lake Cahuilla

58075 Jefferson St.
La Quinta, CA 92253

*To receive discount, call 800-234-7275 and mention code CAMP21. Offer expires 7/1/2021.

La Quinta

Tenga en cuenta: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el **Centro Comunitario de La Quinta** (en el interior o al aire libre, según lo permitan las regulaciones) a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.

ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA

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

HORARIO DE PISCINA – comienza el 1 de junio

Lunes a jueves,

2 – 4 p.m. (Lecciones de natación para jóvenes)

4 – 7 p.m. (Clase o lección para adultos)

viernes y sábado, domingo, **CERRADO**

Tarifas de entrada (entrada incluida si está inscrito en una clase o lección):

Niños \$2 (menores de 3 años entran gratis)

Adultos \$3

AERÓBICOS ACUÁTICOS PARA ADULTOS

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

HORA: 6 – 6:45 p.m.

DÍAS & DATES:

lunes & miércoles, 31 de mayo – 23 de junio

martes & jueves, 1 – 24 de junio

martes & jueves, 29 de junio – 22 de julio

martes & jueves, 27 de julio – 19 de agosto

lunes & miércoles, 2 – 28 de junio

lunes & miércoles, 30 de junio – 26 de julio

lunes & miércoles, 28 de julio – 23 de agosto

EDADES: 18 años de edad y más **COSTO:** \$40

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

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

DÍAS & FECHAS:

martes & jueves: 1 – 24 de junio

lunes & miércoles: 2 – 28 de junio, 30 de junio – 26 de julio, 28 de julio – 23 de agosto

HORA: 5 – 5:45 p.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$40

CLASE DE SALPICADURAS PARA PERSONAS MAYORES

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

HORA: 4 – 4:45 p.m.

DÍAS & FECHAS:

lunes & miércoles, 2 – 28 de junio

martes & jueves, 1 – 22 de junio

lunes & miércoles, 30 de junio – 26 de julio

lunes & miércoles, 28 de julio – 23 de agosto

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$20



La Quinta

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

TENGA EN CUENTA: el costo de todas las siguientes clases es de \$50 por sesión, las lecciones se llevarán a cabo de lunes a jueves y las fechas de las sesiones de natación son las siguientes, a menos que se indique lo contrario:

- Sesión 1: del 7 al 17 de junio
- Sesión 2: 21 de junio – 1 de julio
- Sesión 3: del 5 al 15 de julio
- Sesión 4: 19 al 29 de julio
- Sesión 5: del 2 al 12 de agosto

CLASES DE NATACIÓN INFANTIL

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

PADRES Y YO NIVEL 1:

EDADES: de 18 meses – 3 años

PADRES Y YO NIVEL 2:

Las actividades incluyen los de nivel 1 y más habilidades básicas de natación.

EDADES: 2 – 3 ½

PADRES Y YO NIVEL 1

HORA: 2 – 2:45 p.m.

PADRES Y YO NIVEL 2

HORA: 3 – 3:45 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. Los niños se colocan en clases según su capacidad y los padres no acompañan a los niños en esta clase.

GUPPIES

EDADES: 3 – 6 años de edad

HORA: 2 – 2:45 p.m., 3 – 3:45 p.m.



ESCUELA PRIMARIA CLASES DE NATACIÓN

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

PINGÜINOS 1 Y 2: Haz 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 del brazo y el uso de las piernas introducen a los niños en este fantástico deporte.

Pingüinos 1, EDADES: 6 ½ – 12 años

Pingüinos de 2, EDADES: 8 – 12 años

RAYAS:

Los nadadores deben demostrar todas las habilidades enumeradas en los pingüinos, así como la capacidad de nadar 10 yardas sin apoyo. Las habilidades enseñadas incluyen estilo libre, braza y patada de mariposa, Backstroke elemental, así como seguridad adicional del agua.

EDADES: 6 ½ – 12 años

BARRACUDAS: Nadar crol, natación crol de espalda, estilo espalda, estilo braza y sidestroke natación tiro, junto con estar a flote hacen que esta clase sea divertida para los niños y además mejora sus habilidades de natación.

EDADES: 7 – 13 años

PINGÜINOS 1

HORA: 2 – 2:45 p.m.

PINGÜINOS 2

HORA: 3 – 3:45 p.m.

RAYAS

HORA: 2 – 2:45 p.m., 3 – 3:45 p.m.

BARRACUDAS

HORA: 2 – 2:45 p.m., 3 – 3:45 p.m.



La Quinta

Tenga en cuenta: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el **Centro Comunitario de La Quinta** (en el interior o al aire libre, según lo permitan las regulaciones) a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.

50+ ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

FORMA FÍSICA DESPUÉS DE 50

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

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: lunes, miércoles, viernes

HORA: 12:30 – 1:45 p.m. ● 2 – 3:15 p.m.

EDADES: 50 años y mayores

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



BAILE

BAILAR, JUGAR Y FINGIR

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS Y HORARIOS: lunes de 4 a 4:45 p.m. ● miércoles, 5:30 – 6:15 p.m. ● viernes de 9 a 9:45 a.m.

EDADES: 2 1/2 – 5 años de edad

COSTO: \$36 por Mes

BALLET PARA PRINCIPIANTES

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes o jueves

HORAS: 5:30 – 6:15 p.m.

EDADES:

5 – 10 años de edad

COSTO: \$36 por Mes



CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

THE KIDS TABLE:

UNA NOCHE DE FIESTA PARA PADRES

Esta es una excelente manera para que los padres salgan un viernes por la noche mientras sus hijos son supervisados. Este mini taller enseñará a los niños cómo preparar una receta deliciosa mientras aprenden la importancia de los alimentos saludables. La Mesa de Niños también incluirá juegos divertidos y un delicioso postre para concluir. Los niños pueden usar pijamas.

FECHAS: 23 de julio o 20 de agosto

DÍA: viernes HORA: 6 – 9 p.m.

EDADES: 6 – 11 Años de edad COSTO: \$30 por Día



CLUB DE NIÑOS VISTA DUNES

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

UBICACIÓN: Vista Dunes Apartment Complex

DÍAS, FECHAS Y HORARIOS:

lunes – viernes, 3 – 28 de mayo, 9 a.m. – 12 p.m.

lunes – viernes, 1 – 29 de junio, 9 a.m. – 12 p.m.

martes y jueves, 1 – 29 de julio, 9 a.m. – 12 p.m.

lunes – viernes, 3 – 31 de agosto, 3 – 6 p.m.

EDADES: 5 – 17 años de edad

COSTO: Gratis

DEPORTES

BOCCE BALL VIERNES

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

UBICACIÓN: Área al aire libre del parque comunitario La Quinta

INSCRIPCIÓN: En curso DÍA: viernes

HORA: 8 –10 a.m.

EDADES: 18 años y mayores

COSTO: Gratis

LA QUINTA SOFTBALL SUMMER LEAGUE MONDÍA COED

¡La liga de softbol para adultos en La Quinta está de regreso!

¡Prepara tu lista de jugadores COED y volvamos al campo!

La liga consta de reglas y regulaciones para adultos de lanzamiento lento. Los participantes mayores de 18 años son bienvenidos. Los juegos se jugarán en el campo de pelota Francis Hack los lunes por la noche.

UBICACIÓN: Parque Comunitario La Quinta

INSCRIPCIÓN: 3 de mayo – 28 de junio

DÍA: lunes HORA: 6 – 10 p.m.

EDADES: 18 años y mayores

COSTO: \$350 por equipo



VOLEIBOL AL AIRE LIBRE – PRINCIPIANTE A AVANZADO

Esta clase incluirá instrucción en las habilidades básicas de servir, pasar, colocar, atacar y bloquear. La clase también cubrirá las habilidades tácticas del juego ofensivo y defensivo de voleibol básico, así como las reglas y la puntuación.

INSCRIPCIÓN: mayo

DÍAS: lunes y miércoles

HORA: 3:30 –5 p.m.

EDADES: 7 – 17 Años de edad

COSTO: \$40

VOLEIBOL AL AIRE LIBRE – EXTREMO AVANZADO

Se espera que los estudiantes puedan sacar/pasar/stablecer/ golpear consistentemente y estar familiarizados con las rotaciones 5–1 y 6–2. Se revisan y practican las habilidades intermedias. Las ofensas y defensas complejas se incorporan en los juegos de clase. El tiempo de clase se dedicará principalmente a practicar habilidades durante las simulaciones del juego.

INSCRIPCIÓN: mayo

DÍA: lunes

HORA: 5 – 6:30 p.m.

EDADES: 13 – 17 Años de edad

COSTO: \$20

Tenga en cuenta: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el **Centro Comunitario de La Quinta** (en el interior o al aire libre, según lo permitan las regulaciones) a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.

EVENTOS DE LA COMUNIDAD



FIND DISTRIBUCION DE COMIDA AT LA QUINTA COMMUNITY PARK – SENIORS (65+)

77-865 Avenida Montezuma

Este evento se agregó en respuesta a la pandemia de COVID-19. Se requiere comprobante de edad y la comida se distribuye por orden de llegada a partir de las 9 a.m. hasta que se acaba la comida.

viernes:

7 y 21 de mayo, 4 y 18 de junio, 2 y 16 de julio,
6 y 20 de agosto

FIND DISTRIBUCION DE COMIDA AT LA QUINTA COMMUNITY PARK – GENERAL PUBLIC

77-865 Avenida Montezuma

No se requiere papeleo; la comida se distribuye por orden de llegada a partir de las 9 a.m. hasta que se acaba la comida. Por favor traiga sus propias bolsas para llevar comida.

sabado:

22 de mayo, 26 de junio, 24 de julio, 28 de agosto

INTERÉS ESPECIAL

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

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

INSCRIPCIÓN: Mayo, junio, julio, agosto

DÍA: martes HORA: 4 – 5:30 p.m.

EDADES: 18 años y mayores

COSTO: \$125 por Sesión de 4 semanas

TALLER AVANZADO DE TRABAJO DE NARIZ K9

Esta serie avanzada está diseñada para que los equipos de perros / guías amplíen sus conocimientos y habilidades en el entrenamiento de detección de olores. Los tipos de búsquedas realizadas incluyen contenedores, vehículos, interiores y exteriores (**prerrequisito de trabajo de olor –INTERMEDIO**).

INSCRIPCIÓN: Mayo, junio, julio, agosto

DÍA: martes

HORA: 2:30 – 4 p.m.

EDADES: 18 años y mayores

COSTO: \$125 por Sesión de 4 semanas



La Quinta

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

SALUD Y ESTADO FISICO

FREEDOM BANG® NEUVO

Si te gusta Zumba, ¡entonces te encantará Freedom BANG®! Una clase de ejercicios de cuerpo completo con música que reafirmará esos músculos y te hará sentir genial. Freedom BANG® es una fusión precoreografiada de boxeo, HIIT, hip hop, world dance, guantes opcionales con peso y solo un toque de actitud.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves (busque más días añadidos pronto!)

HORA: 9 –10 a.m. EDADES: 16 Años de edad y mayores

COSTO: \$20 DIAS COSTO: \$7 por Clase



YOGA SUAVE PARA TU SALUD

En Gentle Yoga for Your Health, utilizamos un enfoque holístico y terapéutico para promover el bienestar general, la longevidad, el rejuvenecimiento y la relajación mediante una variedad de técnicas y posturas de yoga. Esta clase se llevará a cabo en el interior del Bermuda Dunes Community Center una vez que las regulaciones lo permitan.

INSCRIPCIÓN: Ongoing

DÍAS: lunes HORA: 9:45 – 10:30 a.m.

EDADES: 18 Años de edad y mayores

COSTO: \$35 por Mes DIAS COSTO: \$12 por Clase



EN LÍNEA Y MÚLTIPLES UBICACIONES ACTIVIDADES ADAPTATIVAS

Tenga en cuenta: se proporcionan todas las siguientes actividades en asociación con Palms to Pines Parasports.



GRUPO DE APOYO ADAPTATIVO EN LÍNEA

Un grupo de apoyo no terapéutico facilitado para discutir temas de importancia para usted y su vida como individuo con discapacidad. Debates dirigidos por Jerry Alcorn de Alcorn Adaptive.

UBICACIÓN: Programa virtual INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: Primer y tercer miércoles de cada mes

HORA: 7 – 8 p.m.

EDADES: 18 años o más con una discapacidad

o necesidades especiales COSTO: Gratis

SENDERISMO ADAPTATIVO

Únase a una caminata grupal en diferentes lugares del valle. La hora de inicio dependerá de la duración de la caminata y del clima, verifique los detalles de registro para obtener más información. Todos los niveles de habilidad son bienvenidos a unirse, y se anima a los miembros de la familia a asistir.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍA: Bi-weekly on Saturdays

HORA: Aproximadamente de 7 a 9 a.m.

(consulte la nota en la descripción sobre las horas de inicio)

EDADES: 18 años o más con una discapacidad

o necesidades especiales COSTO: Gratis

CICLISMO ADAPTATIVO

Únase a un ciclo grupal en diferentes lugares del valle. La hora de inicio depende de la duración del viaje y el clima, verifique los detalles de registro para obtener más información. Todos los niveles de habilidad son bienvenidos a unirse y se anima a los miembros de la familia a asistir. Bicicletas [estándar y adaptables] están disponibles para su uso durante el programa.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍA: Bi-weekly on Saturdays

HORA: Aproximadamente de 7 a 9 a.m.

(consulte la nota en la descripción sobre las horas de inicio)

EDADES: 18 años o más con una discapacidad

o necesidades especiales COSTO: Gratis

Tenga en cuenta: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el **Centro Comunitario de La Mecca** (en el interior o al aire libre según lo permitan las regulaciones) a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.

ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA

TODAS LAS ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA LISTADAS EN ESTA SECCIÓN SE REALIZARÁN EN PISCINA COMUNITARIA MECCA

HORARIO DE PISCINA – comienza el 5 de junio

Lunes a jueves, 4 – 7 p.m.
(Lecciones de natación para jóvenes)
7 – 9 p.m. (Natación de vuelta)

viernes y sábado, 12:30 – 4 p.m. (Natación de vuelta)

domingo, **CERRADO**

Tarifas de entrada (entrada incluida si está inscrito en una clase o lección):

Niños \$2 (menores de 3 años entran gratis) Adultos \$3

TENGA EN CUENTA: el costo de todas las siguientes clases es de \$ 50 por sesión, las lecciones se llevarán a cabo de lunes a jueves y las fechas de las sesiones de natación son las siguientes, a menos que se indique lo contrario:

- Sesión 1:** del 7 al 17 de junio
- Sesión 2:** 21 de junio – 1 de julio
- Sesión 3:** del 5 al 15 de julio
- Sesión 4:** 19 al 29 de julio
- Sesión 5:** del 2 al 12 de agosto

CLASES DE NATACIÓN PREESCOLAR

¡Vamos a nadar! A esta edad, los niños que se sienten cómodos cerca del agua conocen los fundamentos de la natación segura y eficaz. Los niños se colocan en clases según su capacidad y los padres no acompañan a los niños en esta clase.

GUPPIES:

EDADES: 3 – 6 años de edad
HORAS: 4 – 4:45 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 para nadar.

PINGÜINOS 1 Y 2:

Haz 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 del brazo y el uso de las piernas introducen a los niños en este fantástico deporte.

Pingüinos 1, EDADES: 6 ½ – 12 años

Pingüinos de 2, EDADES: 8 – 12 años

PINGÜINOS 1

HORA: 5 – 5:45 p.m., 6 – 6:45 p.m.

PINGÜINOS 2

HORA: 5 – 5:45 p.m.



RAYAS:

Los nadadores deben demostrar todas las habilidades enumeradas en los pingüinos, así como la capacidad de nadar 10 yardas sin apoyo. Las habilidades enseñadas incluyen estilo libre, braza y patada de mariposa, Backstroke elemental, así como seguridad adicional del agua.



EDADES: 6 ½ – 12 años HORA: 4 – 4:45 p.m.



ARTES Y MÚSICA

ARTES Y MANUALIDADES EN EL PARQUE

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

FECHAS: 4 – 25 de mayo, 1 – 29 de junio,
6 – 27 de julio, 3 – 31 de agosto

DÍA: martes

HORA: 2:30 – 3:30 p.m.

EDADES: 6 – 11 años de edad

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



BAILE

HIP HOP

Los participantes se divertirán aprendiendo a bailar mientras incorporan fitness y se les enseñará movimiento y coordinación. Es una excelente manera para que los niños aprendan hip hop básico en un ambiente divertido y enriquecedor.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes

HORA Y EDADES:

4 – 5 p.m., 7 – 12 años de edad

5 – 6 p.m., 13 – 17 años de edad

COSTO: Gratis



Julio es el mes del Parque Nacional y la recreación

Celebre con nosotros en uno de nuestros Parques, Piscinas, Centros comunitarios o en el Golf Center en Palm Desert

**Parks
Make
Life
Better!**

Operación Splash ¡está de vuelta!

Hay becas disponibles para nadar gratis para jóvenes. lecciones – para aplicar, vaya a

**MyRecreationDistrict.com/
swim-water-programs**



Tenga en cuenta: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el **Centro Comunitario de La Meca** (en el interior o al aire libre según lo permitan las regulaciones) a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.

CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

CLUB DE NIÑOS – PASEO DE LOS HEROES

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

UBICACIÓN: Paseo De Los Heroes Apartments

FECHAS Y HORARIOS:

3 – 28 de mayo, 7:45 – 10:45 a.m.

1 – 30 de junio, 7:45 – 10:45 a.m.

1 – 30 de julio, 7:45 – 10:45 a.m.

11 – 31 de agosto, 3 – 6 p.m.

DÍAS: de lunes a viernes

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

ESCENA DE VERANO

¡Ven y únete a actividades divertidas como juegos grupales, manualidades, juegos de mesa, torneos, karaoke y mucho más! Este programa se ofrece en colaboración con Community Action Partnership.



FECHAS: 7 – 30 de junio, 1 – 30 de julio, 2 – 31 de agosto

DÍAS: de lunes a viernes **HORA:** 1 – 5 p.m.

EDADES: 6 – 11 años de edad **COSTO:** Gratis

DEPORTES

LISTO, LISTO, CORRE!

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

FECHAS: 4 – 27 de mayo **DÍAS:** martes y jueves

HORA: 5 – 6:30 p.m. **EDADES:** 8 – 13 años de edad

COSTO: Gratis gracias a la financiación

de la Anderson Children's Foundation



PROGRAMA DE DESARROLLO DE BALONCESTO DE VERANO

El Programa de desarrollo de baloncesto está diseñado para jugadores sin experiencia que buscan aprender el juego de baloncesto como preparación para nuestras ligas juveniles de baloncesto. El programa de un mes integrará a los jugadores en nuestros modelos de práctica progresiva, estrategias de juego básicas y juegos simulados semanales.

FECHAS: 3 – 26 de mayo **DÍAS:** lunes y miércoles

HORA: 6 – 7 p.m.

EDADES: 7 – 12 años de edad **COSTO:** \$60

Para obtener información sobre el baloncesto juvenil en La Meca, comuníquese con Thaddis en tbosley@drd.us.com o llame al (442) 400-9955

PICKLEBALL JUVENIL

Nuestro programa Youth Pickleball les brinda a los niños un ambiente al aire libre seguro y divertido. Aprenda ejercicios, técnicas, espíritu deportivo y socialización fundamentales clave.

FECHAS: 3 – 31 de mayo **DÍAS:** lunes

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

COSTO: Gratis gracias a la financiación

de la Anderson Children's Foundation



PELICULAS



Nos complace asociarnos con otras agencias en el Valle de Coachella para traerle películas aquí mismo en su vecindario. Actualmente estamos planeando películas para algunos jueves por la noche en mayo y junio en Mecca Community Park; consulte los listados en nuestro sitio web en MyRecreationDistrict.com/movies para obtener los títulos de películas, lugares, fechas y horarios más actualizados

PROGRAMA AL AIRE LIBRE



CLUB DE BICICLETAS Y SCOOTERS

¡Esta clase enseña seguridad en bicicletas, patinetes y cascos en un ambiente divertido y enriquecedor para que su hijo se divierta y se mantenga seguro al andar en bicicleta o patineta!

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: miércoles

HORA Y EDADES:

3 – 3:30 p.m., 6 – 12 años de edad

3:30 – 4 p.m., 13 – 16 años de edad

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



EN LÍNEA

FIT 4 SUMMER – CLASE DE PREPARACIÓN DE COMIDAS PARA ADOLESCENTS

Esta clase de preparación de comidas para adolescentes enseñará a los participantes cómo preparar comidas rápidas, fáciles y saludables en casa. Se proporcionarán todos los ingredientes necesarios para la recogida. ¡La inscripción es limitada.

UBICACIÓN: Clases en línea

FECHAS:

9 al 23 de junio

7 al 28 de julio

DÍAS: miércoles

HORA: 11 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 14 – 17 años de edad

COSTO: Gratis gracias a los fondos de la Anderson Children's Foundation y una asociación con USDA SNAP.



TITAN FITNESS

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

INSCRIPCIÓN: en curso DÍAS: miércoles

HORA: 2 – 2:30 p.m.

EDADES: 5 – 13 años de edad COSTO: Gratis

ZUMBA EN EL PARQUE

Esta es la clase de fitness latino de la que todo el mundo habla. La música animada te llevará a un baile para quemar calorías que es divertido y saludable para ti, independientemente de tu nivel de condición física.

INSCRIPCIÓN: en curso DÍAS: martes y jueves

HORA: 10 – 11 a.m.

EDADES: 14 años de edad o más

COSTO: \$30 por Mes DIA COSTO: \$5 por Clase

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

ARTES Y MÚSICA

ARTES Y MANUALIDADES EN EL PARQUE

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

INSCRIPCIÓN: mayo, junio, julio

DÍA: jueves **HORA:** 5 – 6 p.m.

EDADES: 6 – 12 años de edad

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



ESCENA DE ARTE

This program will introduce participants in the eastern Coachella Valley to art and give them a safe place to let their creative minds explore. Each class will be led by an instructor and participants will receive step-by-step instructions to create their own masterpiece.

INSCRIPCIÓN: 19 de mayo, 16 de junio, 21 de julio

DÍAS: miércoles **HORA:** 4 – 5:30 p.m.

EDADES: 6 – 12 años de edad

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



BAILE

HIP HOP

Los participantes se divertirán aprendiendo a bailar mientras incorporan fitness y se les enseñará movimiento y coordinación. Es una excelente manera para que los niños aprendan hip hop básico en un ambiente divertido y enriquecedor.

INSCRIPCIÓN: mayo, junio, julio **DÍAS:** jueves

HORA Y EDADES:

3 – 4 p.m., 6 – 9 años de edad

4 – 5 p.m., 10 – 12 años de edad

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



SALUD Y ESTADO FISICO

HIIT CLASE

Esta clase basada en intervalos combina el entrenamiento de fuerza de cuerpo completo con cardio y acondicionamiento para un entrenamiento de cuerpo completo.

INSCRIPCIÓN: mayo, junio, julio

DÍAS: lunes & miércoles **HORA:** 8 – 9 a.m.

EDADES: 18 años o más **COSTO:** \$30 por Mes

ZUMBA EN EL PARQUE

Esta es la clase de fitness latino de la que todo el mundo habla. La música animada te llevará a un baile para quemar calorías que es divertido y saludable para ti, independientemente de tu nivel de condición física.

INSCRIPCIÓN: mayo, junio, julio

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

EDADES: 14 años de edad o más **COSTO:** \$30 por Mes

Oasis

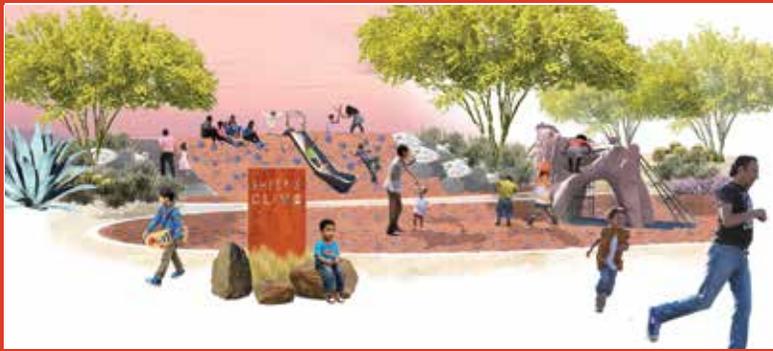
¡Únase a nosotros para celebrar la gran inauguración del Parque Oasis del Desierto!

La construcción de la primera fase del parque comenzó durante el invierno, ya principios de este verano abriremos el parque para que los residentes y amigos lo disfruten. ¡Programación comunitaria y juvenil próximamente!

Dirección del parque: 88-775 Avenue 76, Thermal, CA 92276 (ubicado entre las calles Pierce y Harrison)

Área de juegos • Cancha de fútbol • Cancha deportiva • Equipo de ejercicio

Visite nuestro sitio web en MyRecreationDistrict.com y síganos en FB y Twitter para conocer los detalles de la Gran Inauguración.



¡Obtenga pases en formal!

UN PASE de bajo costo **te atrapa**
El acceso a los **TODOS** los **4** centros,
incluidos equipos de gimnasia, canchas de ráquetbol,
salas de pesas, pista y gimnasios.

Visite MyRecreationDistrict.com o llame al (760) 347-3484

- **INDIO COMMUNITY CENTER**
45-871 Clinton Street
- **LA QUINTA COMMUNITY FITNESS CENTER**
77-865 Avenida Montezuma
- **PALM DESERT COMMUNITY CENTER**
43-900 San Pablo
- **NORTH SHORE BEACH & YACHT CLUB**
99-155 Sea View Drive



Palm Desert

Tenga en cuenta: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el **Centro Comunitario de Palm Desert** (en el interior o al aire libre, según lo permitan las regulaciones) a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.

ARTES Y MÚSICA

GITARRA

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

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

INSCRIPCIÓN:

5 de mayo – 2 de junio
16 de junio – 14 de julio
28 de julio – 25 de agosto

DÍA: miércoles

EDADES: 9 años de edad o más

NIVELES & HORAS:

Principiante – 6 – 7 p.m.

Segundo nivel – 7 – 8 p.m.

COSTO: \$70 por Sección



ARTES MARCIALES

PEQUEÑAS PATADAS

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

INSCRIPCIÓN: Mayo Junio Julio

DÍAS: martes

HORA: 2 – 2:45 p.m.

EDADES: 3 – 6 años de edad

COSTO: \$25 por Mes

TAE KWON DO – PRINCIPIANTE Y AVANZADO

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

TAE KWON DO – PRINCIPIANTE

INSCRIPCIÓN: Junio Julio Agosto

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

EDADES: 6 años de edad y más

COSTO: \$50 por Mes

CUOTA DIARIA: \$15 por Clase

TAE KWON DO – AVANZADO

INSCRIPCIÓN: Junio Julio Agosto

DÍAS: martes y jueves HORA: 7 – 8 p.m.

EDADES: 6 años de edad y más

COSTO: \$50 Por Mes

CUOTA DIARIA: \$15 por Clase

BAILE

BAILE JUEGUE Y PRETENDA

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: sábado HORA: 9 – 9:45 a.m.

EDADES: 2 ½ – 5 años de edad

COSTO: \$36 por Mes



Palm Desert

For information or to register, visit MyRecreationDistrict.com or call (760) 347-3484

BAILE LÍNEA

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

INSCRIPCIÓN:

Miércoles, 6 – 7 p.m.:

5 – 26 de mayo, 2 – 30 de junio,
7 – 28 de julio, 4 – 25 de agosto

Martes, 11 a.m. – 12 p.m.:

4 – 25 de mayo, 1 – 29 de junio,
6 – 27 de julio, 3 – 31 de agosto

EDADES: 18 años de edad o más COSTO: \$38 por Sección

BALLET PARA PRINCIPIANTES

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

INSCRIPCIÓN: En curso DÍA: sábado

HORA: 10 – 10:45 a.m. EDADES: 5 – 10 años de edad

COSTO: \$36 por Mes

INTRODUCCIÓN A LA DANZA Y LA PERCUSIÓN

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

INSCRIPCIÓN: En curso DÍA: martes

HORA: 11 a.m. – 12 p.m. EDADES: 2 – 4 años de edad

COSTO: \$30 por Mes

DANZA JUVENIL

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

INSCRIPCIÓN: En curso DÍA: miércoles

HORA: 4:15 – 5:45 p.m. EDADES: 8 – 11 años de edad

COSTO: \$45 por Mes



CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

CAMPAMENTO DE VERANO

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

FECHAS:

Sesión 1: 7 al 25 de junio

Sesión 2: 28 de junio – 16 de julio

Sesión 3: 19 de julio – 6 de agosto

DÍAS: lunes a viernes

HORA: 7:30 a.m. – 6 p.m.

EDADES: 5 – 12 años de edad

(el niño debe haber completado Kindergarten)

COSTO:

\$290 por sesión de 3 semanas

\$110 por sesión de 1 semana (las semanas parciales se prorratearán): las sesiones semanales comienzan el 7, 14, 21, 28 de junio, 6, 12, 19, 26 de julio y 2 de agosto

DESPUÉS DE LA ESCUELA TRADICIONAL

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

UBICACIONES: Portola Community Center

(Abierto solo para estudiantes de Washington Charter School)

Palm Desert Community Center

(Abierto a estudiantes de todas las demás escuelas)

DÍAS: de lunes a jueves (puede excluir vacaciones)

HORA: Despedido Escolar a 6 p.m.

GRADOS: jardín de infantes a quinto

FECHA: 18 – 31 de agosto

COSTO: \$165 por Mes; Dado que agosto es medio mes, la tarifa es de \$ 82.50

Palm Desert

Tenga en cuenta: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el **Centro Comunitario de Palm Desert** (en el interior o al aire libre, según lo permitan las regulaciones) a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.



BALONCESTO

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

ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO: PRINCIPIANTES

INSCRIPCIÓN: en curso

DÍA: martes

HORA: 3:30 – 4:30 p.m.

EDADES: 7 – 9 años de edad

COSTO: \$40 por Mes

COSTO POR DÍA: \$12

ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO: INTERMEDIO

INSCRIPCIÓN: en curso

DÍA: martes

HORA: 4:30 – 5:30 p.m.

EDADES: 10 – 13 años de edad

COSTO: \$40 por Mes

COSTO POR DÍA: \$12



FRISBEE

ULTIMATE FRISBEE

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

ULTIMATE FRISBEE – 1 DÍA

INSCRIPCIÓN: 5 de julio – 30 de agosto

DÍA: lunes

HORA: 6 – 8 p.m.

EDADES: 13 años de edad y más

COSTO: \$20 por Sesión

COSTO DIARIO: \$5

ULTIMATE FRISBEE – 2 DÍAS

INSCRIPCIÓN: 3 de mayo – 28 de junio

1 de julio – 30 de agosto

DÍAS: lunes y jueves

HORA: 6 – 8 p.m.

EDADES: 13 años de edad y más

COSTO: \$40 por Sesión

COSTO DIARIO: \$5



Palm Desert

For information or to register, visit MyRecreationDistrict.com or call (760) 347-3484

FÚTBOL

CHALLENGER INTERNATIONAL FUTBOL CAMP

Los jugadores aprenden los valores centrales de respeto, responsabilidad, integridad, deportividad y liderazgo. Los programas se dirigen a todos los grupos de edad con planes de estudio que incluyen diversas habilidades de los pies, ejercicios técnicos, prácticas tácticas y fútbol estilo libre. Los juegos pequeños, los juegos de práctica y un minitorneo permiten a los jugadores trabajar y dominar su potencial.

UBICACIÓN: Football field at Freedom Park

INSCRIPCIÓN: 21 al 25 de junio

(registrarse en ChallengerSports.com)

DÍAS: lunes a viernes

HORA: 4 – 8 p.m.

EDADES: 3 – 16 años de edad

(los jugadores se agruparán por edad)

COSTO: \$169

PICKLEBALL

PICKLEBALL DE INTERIOR

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

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: martes, miércoles, jueves

HORA: 10 a.m. – 1 p.m. EDADES: 18 años de edad y más

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

CLÍNICAS DE PICKLEBALL AL AIRE LIBRE – NIVEL PRINCIPIANTE

Las clínicas de pickleball para principiantes tienen habilidades grupales y ejercicios para jugadores principiantes. Planifique su horario con el instructor. En este nivel, el jugador es nuevo en pickleball y aprenderá a marcar y reglas. Desarrollarás un golpe de derecha y aprenderás a sacar correctamente.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: miércoles

HORA: 8:30 – 10 a.m.

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$20 por sesión ○ paquete de 5 por \$75

CLÍNICAS DE PICKLEBALL AL AIRE LIBRE – NIVEL PRINCIPIANTE AVANZADO

En este nivel, habrá habilidades grupales y ejercicios para jugadores principiantes avanzados. Planifique su horario con el instructor. Los jugadores en esta categoría pueden sostener peloteos más largos y pueden hacer voleas más fáciles y usar su revés con más frecuencia, pero a menudo necesitan trabajar en el desarrollo del golpe.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: lunes

HORA: 8:30 – 10 a.m. EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$20 por sesión ○ paquete de 5 por \$75



CLÍNICAS DE PICKLEBALL AL AIRE LIBRE: NIVEL INTERMEDIO A AVANZADO

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes

HORA: 8:30 – 10 a.m.

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$20 por sesión ○ paquete de 5 por \$75

Palm Desert

Tenga en cuenta: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el **Centro Comunitario de Palm Desert** (en el interior o al aire libre, según lo permitan las regulaciones) a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.



PICKLEBALL AL AIRE LIBRE – CLASES SEMIPRIVADAS

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes y jueves

HORA: Horario con instructora

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$25 por sesión **O** paquete de 6 por \$125

PICKLEBALL AL AIRE LIBRE – CLASES PRIVADAS

Esta instrucción privada tendrá una duración de una hora cada día. La instrucción te ayudará a mejorar tu juego y te llevará al siguiente nivel de habilidad. Las lecciones se pueden programar los martes y jueves. Programarás la Hora con el instructor.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes y jueves

HORA: Horario con instructora

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$ 35 por sesión **O** paquete de 6 por \$ 175

PICKLEBALL AL AIRE LIBRE – JUEGO EN GRUPO ROUND ROBIN

Estas sesiones ofrecen 90 minutos de juego y socialización en grupo.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: último sábado de cada mes

HORA: 8:30 – 10 a.m.

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$15 por Sesión

Encuentra Habilidades!

TENIS

TENIS – PRINCIPIANTE JUVENIL

Esta clase está destinada a presentar el juego de tenis a su hijo. Los jugadores usarán una nueva pelota de tenis modificada, diseñada para que los principiantes aprendan los golpes de tenis adecuados con facilidad y rapidez.

UBICACIÓN: Palm Desert Civic Center Park

INSCRIPCIÓN: 8 – 24 de junio, 1 – 29 de julio,
5 – 26 de agosto

DÍAS: martes y jueves **EDADES:** 5 – 7 años de edad

HORA: 6 – 7 p.m. (Nota: lecciones de mañana y tarde disponibles para todas las edades; comuníquese con el Centro Comunitario de Palm Desert al (760) 568–9697)

COSTO: \$120 por Mes

TENIS – INTERMEDIO JUVENIL

En esta clase, los estudiantes con al menos un año de experiencia, o que hayan jugado 25 o más juegos podrán refinar lo que han aprendido y aumentar su potencial. Los jugadores tendrán la oportunidad de aprender a competir entre sí.

UBICACIÓN: Palm Desert Civic Center Park

INSCRIPCIÓN: 1 – 29 de junio, 1 – 29 de julio,
3 – 31 de agosto

DÍAS: martes y jueves **EDADES:** 8 – 10 años de edad

HORA: 5 – 6 p.m. (Nota: lecciones de mañana y tarde disponibles para todas las edades; comuníquese con el Centro Comunitario de Palm Desert al (760) 568–9697)

COSTO: \$130 por Mes

TENIS – LECCIONES PRIVADAS

Lecciones privadas están disponibles; comuníquese con el Centro Comunitario de Palm Desert al (760) 568–9697 para obtener más información.



Palm Desert

For information or to register, visit MyRecreationDistrict.com or call (760) 347-3484

TENIS DE MESA

TENIS DE MESA

Trae una paleta y prepárate para divertirte recreativamente y compitiendo. El tenis de mesa es una excelente manera de mejorar la coordinación ojo-mano, el enfoque y el estado físico general. Si está buscando una actividad recreativa entretenida que se juegue en el interior, ¡júnase a nosotros! Trae tu propio remo.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS & HORAS: lunes & viernes, 12 – 3 p.m.,
miércoles, 6 – 9 p.m.

EDADES: 5 años de edad y más

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



VOLEIBOL

VOLEIBOL DE INTERIOR

¿Quieres ser un competidor de equipo con buen control de la pelota, pases y ajustes consistentes, fortalece tus ataques y bloqueos? ¿Quieres el juego de pies de los mejores jugadores? ¡Entonces venga a inscribirse en nuestra clínica de voleibol diseñada para jugadores de nivel principiante a avanzado!

Fechas para todos los siguientes niveles:

4 – May 27 de mayo

1 – 22 de junio

6 – 29 de julio

Días para todos los siguientes niveles:

martes y jueves

Cuota para todos los siguientes niveles: \$40



VOLEIBOL PRINCIPIANTE

¡Llamando a todos los jugadores de voleibol! Esta clase de nivel inicial está diseñada para brindarle una comprensión fundamental de las técnicas de voleibol en un entorno

seguro y cómodo. Ven y trabaja en tu juego de pies mientras te preparas para el siguiente nivel de voleibol.

HORAS Y EDADES: 3 – 4:30 p.m., 8 – 18 años de edad

VOLEIBOL INTERMEDIO

¿Eres un jugador de voleibol que está listo para jugar al siguiente nivel? Mejorarás tus habilidades para principiantes de saque, pase, bloqueo y ataque en este nivel. Únase a nosotros en este programa de un mes altamente motivador para agudizar su atletismo.

HORAS Y EDADES:

4:30 – 6 p.m. O 6 – 7:30 p.m., 13 – 18 años de edad

VOLEIBOL AVANZADO

¿Quieres preparar tus habilidades para el torneo y el juego de la escuela secundaria? Estas clases están orientadas al entrenamiento estructurado, la mejora significativa de habilidades y el conocimiento mejorado del juego.

¡Esperamos verte en la cancha!

HORAS Y EDADES: 7:30 – 9 p.m., 13 – 18 años de edad

CLÍNICA DE VOLEIBOL

¡Todos los niveles de habilidad son bienvenidos a esta Clínica de Voleibol de Verano! Ven y aprende cómo sacar, bloquear y ser un competidor de equipo en tu viaje de voleibol. Además del juego de pies, trabajaremos en las técnicas de movimiento del juego y las reglas del juego.

INSCRIPCIÓN (FECHAS, EDADES Y HORAS):

2 – 23 de junio, 13 – 18 años de edad, 8:45 – 9:45 a.m.

9 – 23 de junio, 8 – 12 años de edad, 7:45 – 8:45 a.m.

7 – 28 de julio, 13 – 18 años de edad, 8:45 – 9:45 a.m.

7 – 28 de julio, 8 – 12 años de edad, 7:45 – 8:45 a.m.

DÍAS: lunes y miércoles

COSTO: \$40 por Mes



Palm Desert

Tenga en cuenta: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el **Centro Comunitario de Palm Desert** (en el interior o al aire libre, según lo permitan las regulaciones) a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.

DEPORTES

ACONDICIONAMIENTO DEPORTIVO JUVENIL

Mejore sus habilidades atléticas, agilidad y juego de pies. La clase de acondicionamiento deportivo juvenil incorpora ejercicios de velocidad, ejercicios de peso corporal, ejercicios cardiovasculares y ejercicios pliométricos, lo que ofrece un entrenamiento corporal total para ayudar en el acondicionamiento de todos los deportes.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: lunes y miércoles
HORA: 4 – 5 p.m. EDADES: 7 – 13 años de edad
COSTO: \$30 por Mes

DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

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



BALONCESTO ADAPTABLE

El baloncesto puede mejorar el nivel de condición física de un jugador mientras trabaja en conjuntos de habilidades que incluyen disparar y regatear. Los participantes recibirán instrucción de nuestros entrenadores adaptativos mientras realizan simulacros.

EDADES: 10 años o más con discapacidad o necesidad especial
Cancha de baloncesto cubierta

MESES, DÍA, HORA:

Mayo, junio, julio, y agosto, lunes, 3 – 4 p.m.

Cancha de baloncesto al aire libre

MES, DÍA, HORA:

Mayo, miércoles, 3 – 4 p.m. COSTO: \$25 por Mes

BOCCIA ADAPTATIVA

Únase a nosotros para Boccia, el deporte paralímpico para todos los niveles. Buscamos expandir este juego impulsado por la habilidad y la precisión dentro del valle, y los conjuntos de habilidades de cada participante.

INSCRIPCIÓN: mayo DÍA: viernes

HORA: 11:30 a.m. – 12:30 p.m.

EDADES: 10 años o más con discapacidad o necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes

FÚTBOL ADAPTATIVO

Una excelente manera de fortalecer la coordinación y las habilidades motoras gruesas, con un enfoque en ejercicios como el regate, el pase y el control del balón. También contamos con unos grandes balones de fútbol para entretenernos durante el programa.

INSCRIPCIÓN: agosto DÍA: lunes

HORA: 1:30 – 2:30 p.m.

EDADES: 10 años o más con discapacidad o necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes

PICKLEBALL ADAPTABLE

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

INSCRIPCIÓN: mayo DÍA: jueves

HORA: 4:30 – 5:30 p.m.

EDADES: 10 años o más con discapacidad o necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes

TENIS ADAPTATIVO

Una excelente manera de trabajar en la coordinación mano-ojo mientras está al aire libre, aprender a jugar o mejorar sus habilidades de tenis. Las sillas deportivas están disponibles para su uso durante el programa. Todos los niveles de habilidad son bienvenidos.

INSCRIPCIÓN: mayo HORA: 3:30 – 4:30 p.m.

EDADES: 10 años o más con discapacidad o necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes

Palm Desert

For information or to register, visit MyRecreationDistrict.com or call (760) 347-3484

TENIS DE MESA ADAPTATIVO

El tenis de mesa adaptable ofrece una gran oportunidad para desafiar su sincronización y coordinación mano-ojo. Ya sea que desee competir o simplemente pasar un buen rato, este programa es para usted.

MES, DÍA Y HORA:

junio, lunes, 1 – 2:30 p.m.

julio y agosto, miércoles, 12 – 1 p.m.

INSCRIPCIÓN: July & August

EDADES: 16 años o más con discapacidad o necesidad especial

Costo: \$25 por Mes

WIFFLEBALL INTERIOR ADAPTABLE

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

INSCRIPCIÓN: 12 – 26 de julio DÍA: lunes

HORA: 1:30 – 2:30 p.m.

EDADES: 10 años o más con discapacidad o necesidad especial

COSTO: \$25



GOLF



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

★ INTERÉS ESPECIAL



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

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

INSCRIPCIÓN: Mayo, junio, Julio, agosto

DIA: martes HORA: 10:30 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 18 años de edad o más

COSTO: \$125 por sesión de 4 semanas

(precio ajustado por más o menos martes en un mes)

TARIFA SIN CITA PREVIA: \$35 por clase

K9 NOSE WORK – TALLER AVANZADO DE TRABAJO DE NARIZ K9

Esta serie avanzada está diseñada para que los equipos de perros / guías amplíen sus conocimientos y habilidades en el entrenamiento de detección de olores. Los tipos de búsquedas realizadas incluyen contenedores, vehículos, interiores y exteriores (**prerrequisito de trabajo de olor – INTERMEDIO**).

INSCRIPCIÓN: mayo, junio, julio, agosto

DIA: martes HORA: 12 – 1:30 p.m.

EDADES: 18 años de edad o más

COSTO: \$125 por sesión de 4 semanas

(precio ajustado por más o menos martes en un mes)

TARIFA SIN CITA PREVIA: \$35 por clase

Palm Desert

Tenga en cuenta: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el **Centro Comunitario de Palm Desert** (en el interior o al aire libre, según lo permitan las regulaciones) a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.

★ INTERÉS ESPECIAL

PERROS DISCO

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

FECHAS Y HORAS:

Martes, 12:30 – 1:30 p.m.:

11 y 18 de mayo
25 de mayo y 1 de junio
8 y 15 de junio
22 y 29 de junio
6 y 13 de julio
20 y 27 de julio
3 y 10 de agosto
17 y 24 de agosto

Miércoles, 11 a.m. – 12 p.m.:

12 y 19 de mayo
26 de mayo y 2 de junio
9 y 16 de junio
23 y 30 de junio
7 y 14 de julio
21 y 28 de julio
4 y 11 de agosto
18 y 25 de agosto

EDADES: 18 años de edad o más

COSTO: \$22 por clase de dos semanas

🩹 SALUD Y ESTADO FISICO

DANZA FITNESS

Esta clase de una hora se dividirá en 3 segmentos que incluyen un entrenamiento de cuerpo completo con descansos activos enfocados en su núcleo, rutina de danza de fusión y estiramiento concentrándose en hombros, espalda, caderas y piernas.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: jueves HORA: 9 – 10 a.m.

EDADES: 18 años de edad o más

COSTO: \$20 por Mes

FITNESS ADULTO ACTIVO

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

INSCRIPCIÓN: En curso DÍA: martes

HORA: 9 – 10 a.m.

EDADES: 18 años de edad o más

COSTO: \$20 por Mes

KICKBOX CARDIO

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

INSCRIPCIÓN: En curso DÍA: viernes

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

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



Palm Desert

For information or to register, visit MyRecreationDistrict.com or call (760) 347-3484

PONTE EN FORMA CON SHARON

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes, miércoles, viernes

HORA: 9 – 10 a.m.

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$55 por Mes

CUOTA DIARIA: \$8 por Clase

SALSAEROBICS

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes y jueves

HORA: 8:15 – 9:15 a.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$35 por Mes CUOTA DIARIA: \$7 por Clase

¿TIENES UNA CLASE O PROGRAMA QUE QUIERAS COMPARTIR CON NUESTROS INVITADOS?

Siempre estamos buscando instructores contratados para ayudar a difundir la diversión y la recreación dentro de nuestras comunidades.

– visite MyRecreationDistrict.com/employment-opportunities y busque para que la sección **INSTRUCTORES** envíe su clase o habilidades.

¡Organizar un Evento! En una de Nuestras Zonas de Alquiler!

¿Sabías que DRD parques y las instalaciones están disponibles para uso privado? Usted podrá estar seguro de encontrar el espacio perfecto en una de nuestros centros de la comunidad, cuarto de reuniones y salas de banquetes, gimnasios, piscinas, campos y parques.

Haga de DRD su socio de eventos para:

Fiestas de cumpleaños • Ceremonias de premiación de reuniones de negocios • Banquetes • ¡Y más!



Rancho Mirage



SUMMER READING CLUB

JUNE 7 TO JULY 30



RANCHO MIRAGE LIBRARY AND OBSERVATORY
SPONSORED BY THE BRIAN AND PATRICIA A. HERMAN FUND

Everyone is invited to join us this summer as we explore the state of California and its many monuments, regions, and national parks during the Library's eight-week Summer Reading Club in 2021. Starting June 7, log onto www.RanchoMirageLibrary.Beanstack.org to sign up for our virtual Summer Reading Club. When signing up to participate in the Summer Reading Club, patrons will have access to a virtual reading log to keep track of their minutes read. Activity packets full of crafts, science projects, and activities will be available for pick up each week at the Library. As participants complete logs, they will earn raffle tickets they can enter to win great prizes at the end of the summer.

Rancho Mirage Library and Observatory
71-100 Hwy 111, Rancho Mirage, CA 92270
Tel: (760) 341-7323 • ranchoMirageLibrary.org

Thermal

Tenga en cuenta: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el **Centro Comunitario y para Personas de la Tercera Edad de Jerry Rummonds** (en el interior o al aire libre, según lo permitan las regulaciones) a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.

ARTES Y MÚSICA

ARTES Y MANUALIDADES EN EL PARQUE

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

FECHAS:

3 – 31 de mayo, 7 – 28 de junio,

5 – 26 de julio, 2 – 30 de agosto

DÍA: lunes

HORA: 2:30 – 3:30 p.m. EDADES: 6 – 11 años de edad

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



CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

ESCENA DE VERANO

¡Ven y únete a actividades divertidas como juegos grupales, manualidades, juegos de mesa, torneos, karaoke y mucho más! Este programa se ofrece en colaboración con Community Action Partnership.

FECHAS: 7 – 30 de junio, 1 – 30 de julio, 2 – 31 de agosto

DÍAS: de lunes a viernes

HORA: 1 – 5 p.m.

EDADES: 6 – 11 años de edad

COSTO: Gratis



¡Encontrar Amigos!

Thermal

For information or to register, visit MyRecreationDistrict.com or call (760) 347-3484



LEADERS IN TRAINING

Los programas del Programa de Líderes en Entrenamiento permiten a los participantes explorar varios estilos de liderazgo a través de la experiencia práctica en clase donde los jóvenes ayudan a la instrucción. ¡Se llevarán a cabo reuniones y talleres regulares para enfocarse en las habilidades de liderazgo, la conciencia comunitaria, el desarrollo del carácter, las habilidades para la vida, las excursiones a las universidades y mucho más!

INSCRIPCIÓN:

Sesión uno: 4 de junio – 8 de julio

Sesión dos: 12 de julio – 5 de agosto

DÍAS: lunes a jueves

HORA: 8 a.m. – 1 p.m.

EDADES: 13 a 17 años de edad

COSTO: \$100 por sesión*

* Hay becas limitadas disponibles gracias a la financiación del Rotary Club of the Coachella Valley



SALUD Y ESTADO FISICO

EN LÍNEA

FIT 4 SUMMER – CLASE DE PREPARACIÓN DE COMIDAS PARA ADOLESCENTS

Esta clase de preparación de comidas para adolescentes enseñará a los participantes cómo preparar comidas rápidas, fáciles y saludables en casa. Se proporcionarán todos los ingredientes necesarios para la recogida. ¡La inscripción es limitada.

UBICACIÓN: Clases en línea

FECHAS: 10 al 24 de junio, 8 al 29 de julio

DÍAS: jueves

HORA: 11 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 14 – 17 años de edad

COSTO: Gratis gracias a los fondos de la Anderson Children's Foundation y una asociación con USDA SNAP.



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

TITAN FITNESS

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

INSCRIPCIÓN: en curso **DÍAS:** miércoles

HORA: 4 – 4:30 p.m. **EDADES:** 7 – 13 años de edad

COSTO: Gratis

ZUMBA EN EL PARQUE

Esta es la clase de fitness latino de la que todo el mundo habla. La música animada te llevará a un baile para quemar calorías que es divertido y saludable para ti, independientemente de tu nivel de condición física.

INSCRIPCIÓN: en curso **DÍAS:** lunes

HORA: 10 – 11 a.m. **EDADES:** 14 años de edad o más

COSTO: \$30 por Mes **DIA COSTO:** \$5 por Clase



Thousand Palms

Tenga en cuenta: Todas las actividades en persona se llevan a cabo en el **Thousand Palms Community Center & Park** (en interiores o al aire libre según lo permitan las regulaciones) a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad a continuación.

50+ ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

ZUMBA GOLD

Perfecto para adultos mayores activos que buscan una clase modificada de Zumba® que recrea los movimientos originales que amas a una intensidad más baja. La clase se enfoca en todos los elementos del estado físico: cardiovascular, acondicionamiento muscular, flexibilidad y equilibrio.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves

HORA: 8 – 9 a.m.

EDADES: Adultos activos mayores de 18 años

COSTO: \$25 por Mes

COSTO POR DÍA: \$5 por clase

ARTES MARCIALES

SHITO RYU KARATE DO

Karate Do es muy divertido y bastante desafiante. Nuestras clases pueden ayudar a los estudiantes a desarrollar fuerza, resistencia, flexibilidad y coordinación. El Karate está destinado a hacer que los participantes estén más en forma físicamente, sean más agudos mentalmente y encuentren el equilibrio en el “camino de la mano vacía”.

INSCRIPCIÓN: Junio Julio Agosto

DÍAS: lunes y miércoles

HORA: 5:30 – 6:30 p.m.

EDADES: 7 años de edad y más

COSTO: \$60 por Mes



BAILE

FOLKLORICO (Ballet Folklórico)

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

INSCRIPCIÓN: Junio Julio Agosto

DIA: martes

HORA: 5 – 6 p.m. ● 6:30 – 7:30 p.m.

EDADES: 3 años de edad y más

COSTO: \$40 Por Mes

52

CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

CAMPAMENTO DE VERANO

¡Bienvenido al campamento de verano comunitario Thousand Palms! ¡Tendremos excursiones, clases de arte y manualidades, presentaciones de negocios locales y más! Las tarifas se deben pagar el lunes de cada semana. ¡Esperamos verte ahí!

FECHAS: 14 – 18 de junio, 21 – 25 de junio,

28 de junio – 2 de julio, 6 – 9 de julio,

12 – 16 de julio, 19 – 23 de julio, 26 – 30 de julio

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

EDADES: 5 – 12 años de edad

COSTO POR SEMANA: \$50 (6 – 9 de julio es \$40)

DEPORTES

CAMPAMENTO DE ENTRENAMIENTO DE BÉISBOL JUVENIL

Aprenda y crezca en el juego de béisbol a través de una progresión de ejercicios desde principiante hasta avanzado, con la ayuda de un entrenador experimentado. Este campamento está abierto a jugadores de cualquier nivel, desde principiantes hasta jugadores de pelota que viajan.

INSCRIPCIÓN: Junio Julio Agosto DÍAS: miércoles

HORA: 6:30 – 7:30 p.m. EDADES: 6 – 14 años de edad

COSTO: \$50 por Mes

EVENTOS DE LA COMUNIDAD

REUNIÓN DEL CONSEJO COMUNITARIO DE THOUSAND PALMS

El Consejo Comunitario de Thousand Palms se reúne el último jueves cada dos meses. Esta reunión está abierta al público para escuchar las últimas noticias que suceden en la comunidad de Thousand Palms por parte de funcionarios gubernamentales, autoridades locales y presentaciones especiales.

UBICACIÓN: A través de Zoom: envíe un correo electrónico a svirgen@rivco.org para obtener más detalles.

DÍAS: jueves HORA: 6 p.m. FECHA: 27 de mayo

Thousand Palms

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

PELICULAS



- Nos complace traerle películas aquí mismo en su vecindario.
- Actualmente estamos planeando películas los viernes 2, 9, 16 y 23 de julio por la noche.; consulte los listados en nuestro sitio web en MyRecreationDistrict.com/movies para obtener los títulos de películas, lugares, fechas y horarios más actualizados. Tenga en cuenta que las inclemencias del tiempo, como los fuertes vientos, pueden alterar el horario.



SALUD Y ESTADO FISICO

TITAN FITNESS

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

INSCRIPCIÓN: en curso

DÍAS: jueves

HORA: 4 – 4:30 p.m.

EDADES: 7 – 13 años de edad

COSTO: Gratis



ZUMBA

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes, miércoles, jueves

HORA: 7 – 8 p.m.

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$35 por Mes

CUOTA DIARIA: \$5



¡Los deportes están de vuelta!

Regístrese para nuestras próximas ligas deportivas juveniles de otoño de 2021

Thousand Palms Youth Soccer League y T-Ball League

Las fechas de inscripción son del 12 de julio al 20 de agosto

Donde Estamos

Encuentre a tu DRD Localización

El Distrito de Recreación Desert (DRD) es su fuente para todas las cosas recreativas en el Coachella Valley. En todo el valle, tenemos clases, deportes y actividades recreativas, eventos especiales y programas para todas las edades. Desde niños pequeños hasta personas mayores, nuestras instalaciones y hermosos parques tiene algo para todos. Levantate del sofá y comienza a tener un tiempo fun-tastic!

BERMUDA DUNES

BERMUDA DUNES COMMUNITY CENTER
78–400 Avenue 42, Bermuda Dunes

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 MUNICIPAL GOLF COURSE

83–040 Avenue 42, 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

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
(OASIS OF THE DESERT) PARK**

88–775 Avenue 76
Thermal, CA 92276

PALM DESERT

CAHUILLA HILLS PARK
45–825 Edgehill Drive, Palm Desert

PALM DESERT COMMUNITY 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 THE FIRST TEE OF THE COACHELLA VALLEY

74–945 Sheryl Drive, Palm Desert

UNIVERSITY PARK

74–802 University Park Drive, Palm Desert

THERMAL

**JERRY RUMMONDS' SENIOR &
COMMUNITY CENTER**

87–229 Church Street, Thermal

THOUSAND PALMS

THOUSAND PALMS COMMUNITY CENTER & PARK
31–189 Robert Road, Thousand Palms



<https://www.facebook.com/MyRecreationDistrict>



<https://twitter.com/mydrd>

ADMINISTRATIVE OFFICE

45–305 Oasis Street, Indio, CA 92201 (760) 347–3484

Info@MyRecreationDistrict.com

Asistencia Financiera



Los programas, actividades y eventos del Distrito de Recreación del Desierto están abiertos para todos. Su Desert Recreation District trabaja con nuestras

comunidades asociadas para proporcionar actividades recreativas y eventos que ofrezcan beneficios de salud y acondicionamiento físico asequibles y, sobre todo, DIVERSIÓN.

Debido a que estamos parcialmente financiados a través de dólares de impuestos, las tarifas de nuestro programa son bajas. Sin embargo, algunos residentes, especialmente aquellos con familias numerosas, pueden tener dificultades para participar.

La Desert Recreation Foundation trabaja para recaudar fondos para asegurarse de que la recreación está disponible para todos. El Programa de asistencia financiera de la Fundación ofrece subsidios de hasta \$ 150 por persona para que los residentes puedan disfrutar de actividades y programas recreativos. A través de la generosidad de los donantes y los ingresos de los eventos de recaudación de fondos, los niños han participado en ligas de baloncesto, gimnasia, pequeños bebés, campamentos de vacaciones y programas extracurriculares. Los adultos han usado el programa para pagar membresías y clases anuales de acondicionamiento físico.

AYUDAR A HACER UNA DIFERENCIA

Si desea donar a la Desert Recreation Foundation, comuníquese con nosotros al (760) 347-3484. Algunas de las formas en que puede ser de ayuda, incluyen donaciones financieras para ayudar a financiar nuestro programa de asistencia financiera, o contribuir al desarrollo de un nuevo parque.

Los fondos también pueden ser donados para la compra de equipos tales como bicicletas y cascos para nuestro programa Viajes para Niños, O para artículos como sillas de ruedas y equipos acuáticos. que ha sido modificado para su uso en deportes adaptativos.

O, si desea una experiencia más práctica, puede ofrecer su tiempo como voluntario en uno de los muchos de nuestros patrocinadores. eventos. Todos estos programas ayudan a hacer una diferencia en SU comunidad y estamos agradecidos por la Oportunidad de servir a nuestros residentes.

Para obtener más información sobre cómo calificar para el Programa de asistencia financiera, visite MyRecreationDistrict.com, pregunte a un miembro del equipo DRD a la unade nuestros Centros Comunitarios, o llame al (760) 347-3484.

POR FAVOR APOYE LA FUNDACIÓN DE RECREACIÓN DEL DESIERTO



Nuestra MISIÓN

La misión de la Desert Recreation Foundation es preservar la calidad de vida de los residentes del Desert Recreation District, en el valle de Coachella.

La Fundación hace esto recaudando fondos y obteniendo apoyo para comprar, desarrollar, mejorar, preservar, promover y expandir las actividades recreativas, programas, Parques, propiedades e instalaciones.



PUEDES HACER UNA DIFERENCIA POR ...

CONVERTIRSE EN UN VOLUNTARIO

La Fundación ofrece muchas formas de dar su tiempo y talento asistiendo en programas, proyectos y eventos. Eso puede ayudar a apoyar a su comunidad local.

CONSIDERE EL PATROCINIO

Haga un impacto inmediato al asociarse con la Fundación para patrocinar una variedad de eventos o programas o ayudar a financiar un centro comunitario / recreativo, piscina comunitaria o parque.

PARA HACER UNA DONACIÓN EN LÍNEA, VISITE DESERTRECREATIONFOUNDATION.ORG

**Próximo
Verano/Otoño de 2021**

**Únete a nuestro
Recreation Outdoor Club
(ROC)**



45-305 Oasis Street
Indio, CA 92201

PRESORTED STD
US POSTAGE
PAID
PALM DESERT, CA
PERMIT NO 149

El ROC ofrece una oportunidad única para explorar el aire libre a través de una variedad de actividades con profesionales experimentados al aire libre para guiar su aventura.

Queremos que los jóvenes de California experimenten las alegrías que se pueden encontrar al aire libre. Muchas de las actividades que ofreceremos en el Valle de Coachella y los condados vecinos incluyen algunas de las experiencias fundamentales que recomienda la Declaración de Derechos de los Niños al Aire Libre de California, que incluyen:

- Explorara la naturaleza • Pesca • Montar en bicicleta • Caminar por un sendero • Jugar en un lugar seguro



**Friends of the
Desert Mountains**

Nuestra primera excursión está planeada para pescar en el lago Cahuilla este verano. A continuación, se llevarán a cabo caminatas dirigidas por docentes por Friends of the Desert Mountains, así como ciclismo de

montaña a través de nuestro programa Trips for Kids Coachella Valley.

Trips for Kids Coachella Valley es un programa de ciclismo de montaña para jóvenes de 10 a 17 años que se enfoca en lecciones de responsabilidad personal, logros y conciencia ambiental a través del simple acto de divertirse.



Busque detalles en nuestro sitio web o siganos en [Facebook.com/MyRecreationDistrict](https://www.facebook.com/MyRecreationDistrict) o en [Twitter.com/mydrd](https://twitter.com/mydrd), ya que ampliaremos los viajes al aire libre que traemos a nuestros jóvenes del valle.