

Guía de Actividades y Programas



ENERO | FEBRERO | MARZO | ABRIL | 2020

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



45–305 Oasis Street
Indio, California 92201

P: (760) 347–3484

F: (760) 347–4660

Fun@MyRecreationDistrict.com



Bienvenido a la Guía de Actividades de Invierno–Primavera del Distrito de Recreación del Desierto:

A medida que nos acercamos a un nuevo año, además de celebrar nuestro 70 Aniversario enriqueciendo la calidad de vida de los residentes y visitantes del Valle de Coachella a través de la adquisición, desarrollo y operación de un sistema de parques y recreación enfocado en la comunidad y preservarlo para las generaciones futuras, también están teniendo otro aniversario.

2020 también marca el año en que conmemoramos la vigésima edición anual de Palm Desert Senior Games & International Sports Festival. Los juegos se llevarán a cabo del 4 al 9 de febrero de 2020 en varios lugares en Palm Desert y sus alrededores, y cuentan con deportes como Golf de 9 hoyos, Atletismo, Pickleball, Voleibol y más, jugados por competidores que provienen de los 50 Estados, de Estados Unidos y muchos otros países. Los juegos están regidos por la Asociación de Juegos para Personas Mayores de California (CSGA), que se formó en 1992 para supervisar los Juegos para Personas Mayores del Estado. ¡Venga a animar a los participantes en uno de los lugares cerca de usted mientras compiten en febrero!

Mientras que otros pueden estar huyendo del frío en otras regiones, este suele ser el mejor momento del año aquí en el Valle, y es el momento perfecto para disfrutar de una (¡o dos o tres!) de la gran cantidad de actividades y eventos al aire libre que ofrecemos; Nuestro recientemente renovado Centro de Golf en Palm Desert, hogar de la Primera Tee del Valle de Coachella, cuenta con 20 cubiertas de campo de prácticas adicionales, 8 en el extremo oeste y 12 en el este, lo que permite que más personas estén en el campo al mismo tiempo. El Golf Center en Palm Desert ahora también tiene un campo de práctica iluminado que está abierto por las tardes.

Si el golf no es tu juego, puedes unirte a nuestra liga de softball para adultos, jugar a la pelota de bochas los viernes por la mañana o disfrutar de un entrenamiento al aire libre con nuestras clases de C5 Shred Fitness. O bien, puede venir a jugar al último frisbee definitivo, o unirse a una de las caminatas guiadas gracias a nuestra asociación con el Monumento Nacional de las Montañas de Santa Rosa y San Jacinto: incluso hay una caminata de Aventuras Nocturnas en el Desierto donde puede descubrir el Valle de Coachella después del anochecer buscar las criaturas nocturnas que viven aquí en nuestro desierto.

Siempre hay mucho que hacer para los niños, con nuestros campamentos durante las vacaciones escolares (¡incluidos nuestros nuevos programas de historiadores y ukelele de Jr.!), Y clases como arte y música, artes marciales, fútbol, volleyball y más.

También tenemos clases de cocina y acondicionamiento físico donde el énfasis está en programas saludables que puede disfrutar con su familia, solo mire debajo del encabezado Health & Fitness, si no lo encuentra en su patio trasero, una de las comunidades vecinas puede tener justo lo que estás buscando.

Por último, no olvide nuestros eventos especiales como Eggstravaganza's, algunas de las mejores cacerías de huevos de pascua, y nuestros eventos asociados como Conciertos en el parque, Zoológicos de instrumentos y Días de recreación en el desierto en la Biblioteca Rancho Mirage.

Les deseamos a todos un 2020 saludable y feliz, y solo llámenos al 760–347–3484 o visítenos en MyRecreationDistrict.com para obtener más información. **ENCUENTRE DIVERSIÓN, ENCUENTRE AMIGOS y ENCUENTRE A LA COMUNIDAD con Desert Recreation District.**

Sinceramente,

Kevin Kalman, Gerente General

Tabla de Contenido

BERMUDA DUNES	6-9	PALM DESERT.....	43-53
COACHELLA	10-12	PORTOLA CENTER	54-55
INDIAN WELLS	13	RANCHO MIRAGE.....	56-57
INDIO	14-28	THERMAL	58
INDIO HILLS	29	THOUSAND PALMS	60-61
LA QUINTA	30-37	GOLF.....	5
MECCA.....	38-39	EVENTOS DE VACACIONES	32-33
NORTH SHORE	40-41	INFORMACIÓN DE ALQUILER.....	59
OASIS	42	DONDE ESTAMOS.....	62

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.

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.



RUDY ACOSTA
VICE PRESIDENTE

Division 4
(Term: 12/1/17 to 12/3/22)
La Quinta, Palm Desert,
Bermuda Dunes, Indian
Wells, and Desert Palms



JOANNE GILBERT
DIRECTORA

Division 3
(Term: 12/4/15 to 12/6/20)
Indio



RUDY GUTIERREZ
PRESIDENTE

Division 2
(Term: 12/4/15 to 12/6/20)
Coachella, Indio Hills,
and Chiriaco Summit



LAURA MCGALLIARD
DIRECTORA

Division 5
(Term: 12/4/15 to 12/6/20)
Palm Desert, Thousand
Palms, and Rancho Mirage



SILVIA PAZ
DIRECTORA

Division 1
(Term: 12/1/17 to 12/3/22)
Thermal, Mecca,
Oasis, North Shore,
Vista Santa Rosa,
Thousand Palms,
Indio, and La Quinta

Obtenga Pases Para Mantenerse Saludable

UN PASE DE BAJO COSTO PARA MANTENERTE EN FORMA LES DARÁ ACCESO A **TODOS LOS 4 CENTROS** DEL VALLE. INCLUYENDO EQUIPO DE ENTRENAMIENTO, CANCHAS DE JUEGO DE RAQUETA, SALAS DE LEVANTAR PESAS, PISTAS PARA DIFERENTES EJERCICIOS MUSCULATORIOS Y GIMNASIA.

- **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



1
Pass
gets you
access to
all 4 centers!

Visit MyRecreationDistrict.com or call (760) 347–3484



El Golf Center está ubicado en el centro del valle y ofrece un campo de golf de 9 hoyos, Par 3 con increíbles vistas a las montañas del oeste. La instalación de práctica incluye un campo de prácticas de doble extremo, un área de juego corta y dos putting greens. Si tiene preguntas, llame a la tienda de golf hoy al **(760) 779-1877**.

EDADES POR CATEGORÍAS:

JUNIORS, 4-17 años de edad (Cualquier miembro activo del Capítulo First Tee puede jugar gratis con la identificación adecuada)

ADULTOS, 19 - 54 años de edad

MAYORES, 55 años de edad y más

TASAS DE 9 HOYOS

DÍAS: 7 días a la semana **HORAS:** Por favor llame por horas

JUNIORS: \$8 (* No se aplica a los participantes del programa First Tee)

FIRST TEE CHAPERONE: \$8 **MAYORES (55+):** \$14

ADULTOS: \$17 **9 AGUJEROS ADICIONALES:** \$5

TARIFAS DE CAMPO DE PRÁCTICAS

CUBO MEDIANO: \$8 **CUBO GRANDE:** \$12

ALQUILERES

ALQUILER DE CARRITOS: \$3

CONJUNTO DE ALQUILER DE PALOS DE GOLF: \$7

ALQUILER DE PALOS DE

GOLF INDIVIDUALES: \$2 por club

La instalación está abierta para el juego público los siete días de la semana, incluidos los feriados, excepto el día de Navidad. Juegue una ronda corta con familiares y amigos, o salga y trabaje para mejorar su juego de golf.



THE FIRST TEE OF THE COACHELLA VALLEY
UBICADO EN THE GOLF CENTER EN PALM DESERT
- ¡ABIERTO PARA JÓVENES DE 4 A 17 AÑOS!

The First Tee of The Coachella Valley ofrece programas educativos para promover el desarrollo del personaje y valores que mejoran la vida a través del juego de golf.

MEMBRESÍA ANUAL (por favor llame para tarifa)

EDADES: 4 - 17 Años de edad

Después de clases y sesiones nocturnas son de lunes a viernes. La educación en el hogar es los miércoles y sábados. Los horarios pueden variar para la educación en el hogar.

PROGRAMACIÓN DE INVIERNO: las sesiones de 8 semanas comenzarán la semana del 6 de enero y finalizarán el 7 de marzo. EL REGISTRO DE LA SESIÓN DE INVIERNO SE ABRE EL 9 DE DICIEMBRE PARA LOS JUGADORES REGRESADOS Y EL 16 DE DICIEMBRE PARA LOS NUEVOS JUGADORES.

PROGRAMACIÓN DE PRIMAVERA: las sesiones de 8 semanas comenzarán la semana del 23 de marzo y finalizarán el 23 de mayo. REGISTRO DE LA SESIÓN DE PRIMAVERA ABRE EL 2 DE MARZO PARA LOS JUGADORES DEVUELTOS Y EL 9 DE MARZO PARA LOS NUEVOS JUGADORES.

Tenga en cuenta que no habrá clases la semana de vacaciones de primavera, del 13 al 17 de abril.

TheFirstTeeCoachellaValley.org (760) 779-1877

ÚNASE A NOSOTROS PARA EL TORNEO DE GOLF
POR VITACIÓN THE FIRST TEE 2020

30 de marzo de 2020

en el espléndido Desert Horizons Country Club

OBTENGA MÁS INFORMACIÓN EN
THEFIRSTTEECOACHELLAVALLEY.ORG
O (760) 779-1877.

Si te gusta trabajar con jóvenes y te gusta el golf,
considera unirse a nuestro cuerpo técnico:

¡Estamos buscando entrenadores de medio
tiempo para The First Tee of the Coachella Valley!

Obtenga más información llamando
al (760) 779-1877.

Bermuda Dunes

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



ARTES MARCIALES

CAPOEIRA – NIÑOS Y NIÑOS PEQUEÑOS

Combinando elementos de artes marciales, danza, música y cultura, este programa de Capoeira es un gran programa para presentarle a su hijo una amplia gama de habilidades y técnicas mientras se divierte mucho. Las clases para niños pequeños los harán participar en actividades que ayudarán a desarrollar habilidades motoras y sensoriales mientras se divierten jugando y aprendiendo sobre una cultura y arte únicos. **TENGA EN CUENTA QUE LOS PARTICIPANTES SERÁN AGRUPADOS POR EDADES COMO SE INCLUYE A CONTINUACIÓN.**

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: martes

HORAS Y EDADES:

3:30 – 4:15 p.m., 2 años a menos de 5 años

4:15 – 5:15 p.m., 5 años a menos de 12 años

COSTO: \$45 Por Mes

KARATE – PRINCIPIANTE

Esta clase enseña habilidades de movimiento, disciplina, autocontrol, defensa personal y habilidades prácticas de karate en un formato que es agradable para los niños.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes y miércoles

HORA: 4 – 4:45 p.m.

EDADES: 5 años y más

COSTO: \$60 por mes (más una tarifa uniforme única)

KARATE – LITTLE KICKS

Los niños reciben una base sólida para desarrollar el enfoque, la agilidad, el equilibrio y la coordinación, así como para profundizar las habilidades de escucha. Poco a poco, patada a patada, ¡ven a ver por qué esta clase es una elección increíble!

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes y miércoles

HORA: 3:15 – 3:45 p.m.

EDADES: 3 años a menos de 5 años

COSTO: \$50 por mes (más una tarifa uniforme única)



BAILE

BAILAR, JUGAR Y FINGIR

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes

HORA: 5:30 – 6:10 p.m.

EDADES: 2 1/2 – 5 años

COSTO: \$36 Por Mes



CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

CREATIVE BRAIN – SCIENCEWORKZ CAMPAMENTO DE VACACIONES DE PRIMAVERA

¡Este campamento presenta a los estudiantes una gran variedad de proyectos prácticos de ciencias, que van desde energía solar, explorando celdas solares y eléctricas y hornos solares hasta compuestos químicos y mucho más!

INSCRIPCIÓN: 13 – 16 de abril

DÍAS: lunes – jueves

HORA: 9 – 11:45 a.m.

EDADES: 8–14 años de edad

COSTO: \$119 (más una tarifa de material de \$20 al momento del programa)

CREATIVE BRAIN – SPYWORKZ CAMPAMENTO DE VACACIONES DE PRIMAVERA

Descubra el mundo “intrigante” de la ciencia forense, la imagen, el análisis aéreo y de huellas digitales, el descifrado de códigos y más. ¡Esta es una gran oportunidad para agudizar sus habilidades de investigación y su agudo intelecto!

INSCRIPCIÓN: 13 – 16 de abril

DÍAS: lunes – jueves

HORA: 1 – 3:45 p.m.

EDADES: 8–14 años de edad

COSTO: \$119 (más una tarifa de material de \$20 al momento del programa)

Bermuda Dunes

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

CREATIVE BRAIN – STEAM DAY NUEVO

¿No hay clases? ¿No hay problema! Este Creative Brain STEAM Day abarcará los cinco componentes de STEAM: Ciencia, Tecnología, Ingeniería, Artes y Matemáticas en un ambiente divertido e interactivo. Los participantes deben traer bocadillos y un almuerzo frío.

FECHAS: viernes 24 de enero O lunes 10 de febrero

HORA: 8 a.m. – 2 p.m.

EDADES: 8–14 años de edad

COSTO: \$89 por sesión

NUEVO

TRADICIONAL DESPUÉS DE LA ESCUELA – CENTRO COMUNITARIO DE LAS DUNAS DE LAS BERMUDAS

Los participantes caminan desde la escuela primaria James Monroe hasta el Centro Comunitario Bermuda Dunes. Se les proporciona un espacio seguro y divertido para que los niños se mantengan activos, obtengan ayuda con la tarea y sean sociables. Se proporciona una merienda saludable todos los días, y los estudiantes son supervisados por miembros del personal capacitados y profesionales.

UBICACIÓN: Centro Comunitario
de las Dunas de las Bermudas

INSCRIPCIÓN: En curso durante el año escolar

DÍAS: lunes – jueves (puede excluir vacaciones)

HORA: Despido escolar a las 5:30 p.m.

GRADOS: Cuarto y quinto

COSTO: \$140 mensual de enero, febrero, marzo
\$105 mensuales para de abril

COSTO DE ENTREGA: \$15 por día



¡Encontrar Amigos!

TRADICIONAL DESPUÉS DE LA ESCUELA – ESCUELA PRIMARIA MONROE

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

UBICACIÓN: Escuela Primaria Monroe

INSCRIPCIÓN: En curso durante el año escolar

DÍAS: lunes – jueves (puede excluir vacaciones)

HORA: Despido escolar a las 5:30 p.m.

GRADOS: Kindergarten a Tercero

COSTO: \$140 mensual de enero, febrero, marzo
\$105 mensuales para de abril

COSTO DE ENTREGA: \$15 por día

VIERNES DIVERTIDOS “FIELD” – MONROE

¡El calentamiento del fin de semana para los niños comienza los viernes por la tarde cuando la escuela está fuera! Películas, artes, artesanías, deportes, juegos, baile, música y más.

UBICACIÓN: Escuela Primaria Monroe

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

DÍAS: viernes TIME: Despido Escolar a las 5:30 p.m.

GRADOS: Kindergarten a Quinto

COSTO: \$18.75 por mes para enero y abril
\$25 por mes para febrero y marzo

COSTO DE ENTREGA: \$15 por día

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.

FECHAS: 9 de enero y 12 de marzo

HORA: 6 p.m.

Bermuda Dunes

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



DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

FITNESS ADAPTATIVO DE LA LIBRA

NUEVO

Una sesión de cardio jam inspirada en la diversión contagiosa, energizante y sudorosa de tocar la batería. Te conviertes en la música en este entrenamiento de cuerpo completo que combina cardio, acondicionamiento y entrenamiento de fuerza con yoga y movimientos inspirados en Pilates.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: viernes

HORA: 10:15 – 11 a.m.

EDADES: 18 años y más con necesidades especiales

COSTO: \$25 Por Mes



SILLA ADAPTATIVA YOGA

El yoga de silla ofrece una alternativa práctica al yoga estándar con un enfoque en la postura corporal y el equilibrio mientras está sentado o apoyado de pie, utilizando la silla para el equilibrio.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: viernes

HORA: 9 – 9:45 a.m.

EDADES: 18 años y más con necesidades especiales

COSTO: \$25 Por Mes



SALUD Y ESTADO FISICO

TAI CHI PARA PRINCIPIANTES

El objetivo del Tai Chi es lograr el equilibrio físico fortaleciendo los músculos y mejorando la coordinación, al tiempo que mejora el equilibrio mental. Tai Chi para principiantes es la clase ideal para estudiantes que han tenido alguna exposición al Tai Chi o las artes marciales y desean aprender una nueva forma o cómo mejorar el flujo energético del movimiento.

INSCRIPCIÓN: En curso

DAIS: miércoles **HORA:** 10:30 – 11:15 a.m.

EDADES: 18 años y más **COSTO:** \$39 Por mes

COSTO DE ENTREGA: \$12 por clase



DRD Careers

Visite [www.https://www.myrecreationdistrict.com/](https://www.myrecreationdistrict.com/)

8 acerca de nosotros / carreras para aplicar!

- Líderes de recreación • Socorristas
- Entrenadores de gimnasia
- Entrenadores de golf

VEN Y ÚNETE AL “EQUIPO DE DIVERSIÓN”!

Bermuda Dunes

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



YOGA PARA TU SALUD

En Yoga para tu salud, se utiliza un enfoque holístico y terapéutico para ayudar a promover el bienestar general, la longevidad, el rejuvenecimiento y la relajación utilizando una variedad de técnicas y posturas de yoga.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: miércoles y viernes

HORA: 11:30 a.m. – 12:15 p.m.

EDADES: 18 años y más

COSTO: \$67 Por mes

COSTO DE ENTREGA: \$12 por clase

YOGA PARA TU SALUD

En Yoga para tu salud, se utiliza un enfoque holístico y terapéutico para ayudar a promover el bienestar general, la longevidad, el rejuvenecimiento y la relajación utilizando una variedad de técnicas y posturas de yoga.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: miércoles y viernes

HORA: 11:30 a.m. – 12:15 p.m.

EDADES: 18 años y más

COSTO: \$67 Por mes

COSTO DE ENTREGA: \$12 por clase

K9 NOSE WORK-BASIC- TALLER DE INTRODUCCIÓN AL TRABAJO AROMÁTICO —

Esta serie para principiantes (básicos) se enfoca en enseñarle cómo alentar y desarrollar las habilidades de aroma natural de su perro. Utilizamos su deseo de cazar y su amor por la comida y los juguetes.

INSCRIPCIÓN:

15, 22 y 29 de enero

11, 18 y 25 de marzo

DÍA: miércoles

HORA: 6:30 – 8 p.m.

EDADES: 18 años y más

COSTO: \$100 por sesión de 3 semanas

K9 SCENT WORK INTERMEDIATE – INTRODUCCIÓN AL OLOR (COMIDA Y OLOR)

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

INSCRIPCIÓN & COSTO:

12, 19 y 26 de febrero – \$ 100

8, 15, 22 y 29 de abril – \$ 125

DÍA: miércoles

HORA: 6:30 – 8 p.m.

EDADES: 18 años y más



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



50+ ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

FORMA FÍSICA DESPUÉS DE 50

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

INSCRIPCIÓN: En curso

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

EDADES: 50 años y mayores **COSTO:** Gratis



ARTES Y MÚSICA

ESCENA DE ARTE

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

INSCRIPCIÓN & COSTO:

13 de enero, 10 de febrero, 16 de marzo – \$ 10 por clase
6 y 20 de abril, gratis (estas fechas se ofrecen gracias a la financiación de la Anderson Children's Foundation)

DÍAS: lunes **HORA:** 5:30 – 7 p.m.

EDADES: 6 – 11 años de edad



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

ARTE DIGITAL

Los adolescentes tendrán la oportunidad de experimentar el arte digital a través de un taller en Adobe Photoshop, Adobe Illustrator y a través de sus propias habilidades creativas.

INSCRIPCIÓN: jueves y viernes a partir del 20 de febrero hasta el 28 de febrero

HORA: 6 – 8 p.m.

GRADOS: Estudiantes en grados 9–12

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

NUEVO



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



ARTES MARCIALES

TAE KWON DO PARA PRINCIPIANTES –

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.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes y viernes **HORAS:** 5 – 6 p.m.

EDADES: 3 – 7 años de edad **COSTO:** \$40 Por Mes

TAE KWON DO AVANZADA

Los estudiantes amplían las habilidades que ya han aprendido en esta clase avanzada.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes y viernes **HORA:** 6 – 7 p.m.

EDADES: 8 años y mayores **COSTO:** \$40 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: jueves HORA: 5 – 5:45 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, Folklórico. La coreografía refleja la diversa composición étnica de México a través de pasos de baile influenciados por las culturas española, europea, africana y caribeña.

INSCRIPCIÓN: En curso DAY: miércoles

EDADES & HORAS:

4 – 7 años de edad, 6:20 – 7:20 p.m.

8 – 14 años de edad, 7:20 – 8:20 p.m.

15 años y mayores, 8:20 – 9:20 p.m.

COSTO: \$40 Por Mes

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



DEPORTES

CAMPAMENTO DE DEPORTES DE PRIMAVERA

El Spring Sports Camp es un campamento de día completo que fue diseñado para que los niños de todas las experiencias y antecedentes deportivos disfruten de múltiples deportes en un ambiente divertido, seguro y alentador. ¡Aprenda baloncesto, béisbol, fútbol, voleibol y otros deportes durante toda una semana!

INSCRIPCIÓN: 13 al 17 de abril

HORA: 7:30 a.m. – 6 p.m.

EDADES: 5 –14 años de edad

COSTO: \$ 110 por semana

¡Busca Juegos!

LIGA DE BALONCESTO JUVENIL DE INVIERNO

¡El baloncesto juvenil de invierno está de moda! Ofrecemos cuatro divisiones de edad para las edades de 7 a 14 años, y Little Dribblers para las edades de 5 y 6. Nuestras ligas ponen énfasis en el desarrollo del personaje y del jugador según la edad.

UBICACIÓN: Imagine School

FECHAS: 11 de febrero – 19 de marzo (sesión de 6 semanas)

DÍAS: martes y jueves

AÑOS DIVISIONES & HORARIOS:

División A (7 – 8 Años) – 6:05 – 6:45 p.m.

División B (9 – 10 Años) – 6:05 – 6:45 p.m.

División C (11 – 12 Años) – 7:05 – 7:50 p.m.

División D (13 – 14 Años) – 8:05 – 8:50 p.m.

COSTO: \$100 por jugador

LIGA DE BALONCESTO JUVENIL DE INVIERNO – DÍAS DE BORRADOR

División A (7 – 8 Años de edad) sábado,

11 de enero de 2018 – 10 a.m. – 12 p.m.

División B (9 – 10 Años de edad): sábado,

11 de enero de 2018 – 12 – 2 p.m.

División C (11 – 12 Años de edad) viernes,

10 de enero de 2018 – 5 – 7 p.m.

División D (13 – 14 Años de edad): viernes,

10 de enero de 2018 – 7 – 9 p.m.

LIGA DE BALONCESTO JUVENIL DE INVIERNO – LITTLE DRIBBLERS

UBICACIÓN: Imagine School

FECHAS: 1 de febrero – 7 de marzo (sesión de 6 semanas)

DÍAS: sábado HORARIO: 10:30 a.m. – 12:30 p.m.

EDADES: 5 & 6 Años de edad COSTO: \$80

LIGA DE FOOTBALL DE BANDERA JUVENIL DE EAST VALLEY

NUEVO

La Liga de football de la Bandera Juvenil de East Valley ofrecerá grupos de edades múltiples, entrenadores voluntarios entusiastas y experimentados: ¡los niños vienen a aprender lo fundamental en un ambiente divertido y seguro!

UBICACIÓN: Imagine School

INSCRIPCIÓN: 2 de marzo – 8 de mayo

DÍAS: lunes, miércoles, viernes HORA: 6 – 9 p.m.

EDADES: 9 –14 años de edad COSTO: \$100

DEPORTES

LIGA DE SOFTBOL ADULTO DE COACHELLA ABIERTA

Salga de la casa y salga al aire libre para divertirse por la noche en el diamante. Crea tu propio equipo o únete a uno, depende de ti.

UBICACIÓN: Bagdouma Park Softball Field

FECHAS: 23 de enero – 19 de marzo

DÍAS: jueves

HORA: 7 – 10 p.m.

EDADES: 18 años y más

COSTO: \$450 Por Equipo

READY, SET, RUN!

Este programa de desarrollo de personajes entrena a los niños de 8 a 13 años para participar en una carrera de 5k. Este programa basado en el plan de estudios equipa a los niños con el entrenamiento físico y la mentalidad necesaria para lograr sus objetivos de carrera.

UBICACIÓN: Parque Bagdouma

INSCRIPCIÓN: 3 de marzo – 21 de mayo

DÍAS: martes y jueves

HORAS: 5 – 6:30 p.m.

EDADES: 8 – 13 años de edad

COSTO: \$18 para la sesión

ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO

Zona de Entrenamiento de Baloncesto es un programa de todo el año que te permite inscribirte durante el mes o en el mes cuando sea conveniente para ti. Esta clase le ofrece ejercicios e instrucción de calidad que lo ayudará a desarrollar sus habilidades de baloncesto.

UBICACIÓN: Cancha de baloncesto en el parque Bagdouma

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes

HORA: 5:30 – 7 p.m.

EDADES: 7 – 12 años de edad

COSTO: \$40 Por Mes

DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

ENTRADA SENSORIAL Y MOVIMIENTO

El aporte sensorial y el entorno enriquecido con motor de esta clase pueden ayudar a desarrollar la autoconfianza y el enfoque en los niños con necesidades especiales, así como mejorar la coordinación, la postura, la fuerza y la flexibilidad.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes

HORA: 5:30 – 6:15 p.m.

EDADES: 7–15 años con necesidades especiales

COSTO: \$25 Por Mes

EVENTOS DE LA COMUNIDAD

EGGSTRAVAGANZA

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

UBICACIÓN: Parque Comunitario de Bagdouma

FECHA: sábado 11 de abril **HORA:** 10 a.m. al 12p.m.

EDADES: 12 años y más joven **COSTO:** Gratis

REGALO DE UN VESTIDO PARA PROM

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

FECHA: viernes, 27 de marzo

HORA: 2 al 8 p.m.

EDADES: High School Seniors

COSTO: Gratis

TALLER DE ARTESANÍAS DE SAN VALENTÍN

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

FECHA: lunes, 3 de febrero

HORA: 5:30 al 7:30 p.m.

EDADES: 5 – 12 Años

COSTO: Gratis

Indian Wells

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



Are You Looking For a New & Fun Nighttime Experience?

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



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

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



ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA

SALVAVIDAS FORMACIÓN (3-DÍAS CURSO)

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

UBICACIÓN: Pawley Pool Family Aquatic Complex

FECHA, HORA & DÍAS:

3 – 5 de abril, viernes, 5 – 9 p.m.,
sábado y Domingo, 8 a.m. – 5 p.m.

14 – 16 de abril, 8 a.m. – 5 p.m., martes, miércoles, jueves

EDADES: 15 años y mayores

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



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



Jr. Historiadores después del programa escolar

¡Abierto para niños de segundo a quinto grado, pueden hacer nuevos amigos mientras se divierten con proyectos y juegos pasados de moda como rayuela, croquet, saltar la cuerda y más! Incluye tiempo de historia y ayuda con la tarea, y una merienda diaria.

NUEVO

6 de enero – 28 de febrero (8 semanas)

¡DÓNDE EN EL MUNDO SOY YO!

- Usa mapas para encontrar tu camino por el Valle de Coachella
- Explora el mundo usando Google Maps
- Pon a prueba tu coeficiente intelectual de estado y capitales

2 de marzo – 10 de abril (6 semanas)

REVIVE LOS "VIEJOS DÍAS"

- Deslumbra a amigos y familiares con hechos sobre el Valle de Coachella
- Conviértete en uno de los primeros colonos.
- Agudice sus habilidades de habla /presentación

13–17 de abril (campamento de día completo de 1 semana)

EXPLORE LA HISTORIA DE SU FAMILIA

Haga un viaje a través de su historia familiar personal; construye un árbol genealógico, busca fotografías antiguas y conviértete en historiador.



EL JR. LOS HISTORIALES SE REÚNEN LUNES – VIERNES DESDE EL DESPIDO DE LA ESCUELA A LAS 6 P.M. EN EL MUSEO DE HISTORIA DEL VALLE DE COACHELLA, AVENIDA 82-616 MILLAS EN INDIO.

El transporte puede estar disponible; Para obtener más información, llame a Servicios comunitarios al (760) 347-3484.

En asociación con el Museo de Historia del Valle de Coachella





ARTES Y MÚSICA

GUITARRA PARA PRINCIPIANTES

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

SESIONES: 9 de enero – 6 de febrero,
20 de febrero – 19 de marzo, 2 al 30 de abril

DÍA: jueves **HORA:** 6 – 7 p.m.

EDADES: 9 años y mayores **COSTO:** \$70 por sesión

SEGUNDO NIVEL GUITARRA

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

SESIONES:

9 de enero – 6 de febrero
20 de febrero – 19 de marzo
2 al 30 de abril

DÍA: jueves **HORA:** 7 – 8 p.m.

EDADES: 9 años y mayores **COSTO:** \$70 por sesión

PIANO – PRINCIPIANTE E INTERMEDIO

Esta clase prepara a los niños de 6 a 17 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 – 17 años de edad

COSTO: \$ 120 Por Mes

PIANO – RENDIMIENTO

Esta clase prepara a los niños de 6 a 17 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 17 años de edad

COSTO: \$120 Por Mes



ENTRENAMIENTO PARA PROFESIONALES FUERA DEL HORARIO ESCOLAR



En asociación con California School-Age Consortium (CalSAC), brindaremos capacitación a cualquier profesional

fuera del horario escolar que busque herramientas y recursos para ayudar a todos los niños a tener éxito. Estas sesiones de capacitación **gratuitas** están diseñadas para desarrollar el conocimiento y la confianza de todos los niveles de profesionales en el campo del tiempo fuera de la escuela.

Nota: las siguientes clases son para adultos; sin embargo, el enfoque en la clase del 13 de marzo estará en cómo los adultos pueden contribuir a la intervención y prevención del acoso escolar, y la clase del 20 de marzo abordará cómo los jóvenes pueden contribuir a la intervención y prevención del acoso escolar.

PREVENCIÓN E INTERVENCIÓN DEL ACOSO ESCOLAR – ADULTOS

En esta sesión, los participantes aprenderán métodos de prevención e intervención para abordar el acoso como adulto, desarrollarán planes para implementar estrategias específicas de prevención del acoso y practicarán los métodos de intervención del acoso.

FECHA Y HORA: viernes 13 de marzo • 10 a.m. a 12 p.m.

PREVENCIÓN E INTERVENCIÓN DEL ACOSO ESCOLAR – JUVENTUD

Esta sesión hará que los participantes descubran cómo los niños y jóvenes pueden contribuir a la intervención y prevención del acoso escolar, explorar las habilidades de prevención del acoso escolar para desarrollar con niños y jóvenes, y aprender y practicar la enseñanza de la estrategia de intervención HEART para niños y jóvenes.

FECHA Y HORA: viernes 20 de marzo • 10 a.m. a 12 p.m.

Regístrese en MyRecreationDistrict.com, haga clic en la pestaña Campamentos y después de la escuela y busque Capacitación para profesionales fuera de la escuela o llame al 760-347-3484. Date prisa para registrarte: solo 30 asientos disponibles.

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



ARTES 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: lunes y miércoles

HORA: 7 – 8 p.m.

EDADES: 7 años y mayores

COSTO: \$40 Por Mes

COMBO DE KARATE – 4 DÍAS

¡Disfrute del mismo entrenamiento de artes marciales tradicional de nuestra clase de 2 días a la semana por 2 días adicionales por solo \$10 más Por Mes!

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: De lunes a jueves

HORA: 7 – 8 p.m.

EDADES: 7 años y mayores

COSTO: \$50 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

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 5:30 – 6:15 p.m.

miércoles 4 – 4:45 p.m.

EDADES: 5 – 10 años de edad

COSTO: \$36 Por Mes





CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

CAMPAMENTO DE PRIMAVERA

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

FECHAS: 13 al 17 de abril

HORA: 7:30 a.m. – 6 p.m.

EDADES: 5 a 14 años

CUOTA: \$110 Por semana

CUOTA POR DÍA: \$25.00

CLUB DE NIÑOS

El programa para después de la escuela del club de niños es un programa recreativo con supervisión, que está abierto a los niños que residen en los complejos de apartamentos de Villa Hermosa, Fred Young y Desert Gardens.

UBICACIÓN: Villa Hermosa Apartments

INSCRIPCIÓN: En curso durante el año escolar

DÍAS: de lunes a viernes

HORA: Despedido Escolar a 6 p.m.

EDADES: 5 a 17 años de edad

COSTO: Gratis

CREATIVE BRAIN – INTRODUCCIÓN A LA ROBÓTICA

NUEVO

Los participantes en este campamento diseñarán robots y los programarán para realizar tareas específicas, y se les proporcionará un robot totalmente programable para llevar a casa y continuar construyendo y programando. Se están cubriendo varios estándares educativos, incluidos ciencia, tecnología, ingeniería y más.

INSCRIPCIÓN: 13 y 16 de abril

DÍAS: lunes a jueves

HORA: 9 – 11:30 a.m.

EDADES: 7 a 16 años de edad

COSTO: \$109 (más una tarifa de materiales de \$40 al momento del programa)

CREATIVE BRAIN – DISEÑO DE VIDEOJUEGOS

NUEVO

¡Diviértete aprendiendo a crear tus propios videojuegos en 3D y comparte tus juegos completos con el mundo! Mediante un motor de codificación intuitivo basado en objetos desarrollado por Microsoft, los participantes podrán crear sus propios entornos y desafíos de juego únicos.

INSCRIPCIÓN: 13 y 16 de abril

DÍAS: lunes a jueves

HORA: 1 – 3:30 p.m.

EDADES: 8 a 15 años de edad

COSTO: \$109 (más una tarifa de materiales de \$25 al momento del programa)



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



CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

DESPUÉS DE LA ESCUELA TRADICIONAL

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

UBICACIÓN: Mountain Vista Escuela primaria

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

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

EDADES: 5 a 12 años de edad

COSTO: \$140 enero, febrero y marzo – \$105 para abril

COSTO POR DÍA: \$15

VIERNES DE "CAMPO" DIVERSION MT. VISTA

¡El calentamiento del fin de semana para niños comienza los viernes por la tarde cuando termina la escuela! Películas, arte, manualidades, deportes, juegos, baile, música y más.

UBICACIÓN: Mountain Vista Escuela primaria

INSCRIPCIÓN: Continua durante el año escolar
(puede excluir vacaciones; tenga en cuenta que NO habrá viernes de campo de diversión en abril)

DÍA: viernes **HORA:** Despedido Escolar a 6 p.m.

EDADES: 5 a 11 años de edad **COSTO:** \$25 Por Mes

COSTO POR DÍA: \$15



DEPORTES

BALONCESTO

CAMPAMENTO DE BALONCESTO DE PRIMAVERA: – TINY DRIBBLERS

NUEVO

Este pequeño campamento de baloncesto Dribblers ofrece a los niños una introducción divertida al juego de baloncesto. Las clases incluirán una lección de fundamentos y los conceptos de puntuación y trabajo en equipo.

FECHAS: 13 y 17 de abril

DÍAS: lunes miércoles, viernes

HORA: 12 – 12:45 p.m.

EDADES: 4 – 6 años

COSTO: \$25 por jugador



JR. NBA DESAFÍO DE HABILIDADES

El Jr. NBA Skills Challenge presentado por Under Armour brinda a los niños y niñas (los niños y las niñas compiten por separado) la oportunidad de mostrar su estado físico a través de una competencia de habilidades de dribbling, tiro y rebote en el deporte del baloncesto.

DÍA: sábado 11 de enero

HORA: 10:30 a.m. – 2 p.m.

EDADES: 11U – Nacido el 1 de septiembre de 2008 o después
13U – nacido entre el 1 de septiembre de 2006 y el 31 de agosto de 2008

COSTO: Gratis

LIGA DE BALONCESTO DE LA ESCUELA SECUNDARIA

NUEVO

Esta liga está abierta a todos los participantes en edad de escuela secundaria. ¿Quieres competir en la temporada baja de baloncesto? ¿Quieres competir en una liga de nivel secundario que se ajuste a tu horario? ¡Entonces esta liga es para TI! No se requiere experiencia: habrá una división separada para niños y una división para niñas.

FECHAS: 7 de marzo – 25 de abril (liga de 8 semanas)

DÍA: sábados

HORA: 11 a.m. – 2 p.m.

GRADOS: 9th – 12th

COSTO: \$80 por jugador

LIGA DE BALONCESTO JUVENIL DE INVIERNO

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

FECHAS: 4 de febrero – 12 de marzo (sesión de 6 semanas)

DÍAS: martes y jueves

AÑOS DIVISIONES & HORARIOS:

División A (7 – 8 Años) – 5:20 – 6:00 p.m.

División B (9 – 10 Años) – 6:05 – 6:45 p.m.

División C (11 – 12 Años) – 7:05 – 7:50 p.m.

División D (13 – 14 Años) – 8:05 – 8:50 p.m.

COSTO: \$100 por jugador

LIGA DE BALONCESTO JUVENIL DE INVIERNO – DÍAS DE BORRADOR

División A (7 – 8 Años de edad) sábado,
4 de enero – 10 a.m. – 12 p.m.

División B (9 – 10 Años de edad): sábado,
4 de enero – 12 – 2 p.m.

División C (11 – 12 Años de edad) viernes,
3 de enero – 5 – 7 p.m.

División D (13 – 14 Años de edad): viernes,
3 enero – 7 – 9 p.m.

LIGA DE BALONCESTO JUVENIL DE INVIERNO – LITTLE DRIBBLERS

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

FECHAS: 1 de febrero – 7 de marzo (sesión de 6 semanas)

DÍAS: sábado

HORARIO: 10:30 a.m. – 12:30 p.m.

EDADES: 5 & 6 años de edad

COSTO: \$80

SKILLZ 'N' DRILLZ CLASE DE BÁSQUETBOL

Esta clase de nivel principiante, que dura todo el año, le ofrece ejercicios e instrucción de calidad que lo ayudará a desarrollar sus habilidades de baloncesto, donde puede inscribirse para el mes o ingresar cuando sea conveniente para usted.

INSCRIPCIÓN: En curso **DÍAS:** viernes

HORA: 3:30 – 5 p.m. **EDADES:** 7 – 13 Años

COSTO: \$40 por Mes **COSTO POR DÍA:** \$10 por clase

SKILLZ 'N' DRILLZ

GIRLZ CLASE DE BÁSQUETBOL

NUEVO

En este programa de baloncesto para niñas durante todo el año, puedes inscribirte para el mes o pasar cuando sea conveniente para ti y aprender sobre el juego con algunos de los instructores más entusiastas y con más experiencia. Esta clase para principiantes de todas las chicas te ofrece ejercicios e instrucción de calidad que te ayudará a desarrollar tus habilidades de baloncesto.

INSCRIPCIÓN: En curso **DÍAS:** viernes

HORA: 4:30 – 6 p.m. **EDADES:** 7 – 13 Años

COSTO: \$40 por Mes **COSTO POR DÍA:** \$10 por clase

CAMPAMENTO DE BALONCESTO PARA NIÑOS

Los niños que asisten a este campamento aprenderán estiramientos adecuados, ejercicios ofensivos y defensivos, y prácticas correctas de tiro en un ambiente motivador y divertido pero competitivo. **TENGA EN CUENTA QUE LOS JUGADORES SERÁN AGRUPADOS POR EDADES COMO SE INCLUYE A CONTINUACIÓN.**

FECHAS: 13 y 17 de abril **DÍAS:** lunes a viernes

EDADES Y TIEMPOS:

6 – 8 años de edad, 3:30 – 5 p.m.

9 – 11 años de edad, 5 – 6:30 p.m.

12 – 14 años de edad, 5 – 6:30 p.m.

COSTO: \$50 por jugador

CAMPAMENTO DE BALONCESTO FEMENINO

Este campamento de baloncesto ofrece calidad, instrucción motivacional en un ambiente divertido y competitivo. El programa cubre estiramientos adecuados, ejercicios ofensivos y defensivos, y prácticas correctas de tiro.

FECHAS: 13 y 17 de abril **DÍAS:** lunes a viernes

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

COSTO: \$50 por jugador

DEPORTES

FÚTBOL

CAMPAMENTO DE FÚTBOL JUVENIL DE PRIMAVERA: PRINCIPIANTE Y AVANZADO

Este campamento incluirá ejercicios y habilidades de lunes a jueves, enfocándose en los fundamentos del fútbol, y el viernes será un día de práctica. Los jugadores se dividirán en grupos de edad y habilidades desde el principio hasta el nivel avanzado.

FECHAS: 13 y 17 de abril

DÍAS: lunes a viernes

HORA: 8:30 – 10 a.m.

EDADES: 7 – 14 años de edad

COSTO: \$50 por jugador



VÓLEIBOL

CAMPAMENTO DE VOLEIBOL DE VACACIONES DE PRIMAVERA

A los participantes se les enseñarán los fundamentos de cada habilidad principal de voleibol (servir, pasar, colocar, golpear, bloquear) y jugarán juegos de alta energía que refuerzan esas habilidades usando ejercicios similares a los de un juego. No se requiere experiencia previa en voleibol.

FECHAS: 13 y 17 de abril

DÍAS: lunes a viernes

EDADES Y TIEMPOS:

10 & 11 años de edad • 10 a.m. – 12 p.m.

12 & 13 años de edad • 1 – 3 p.m.

COSTO: \$65

CONCEPTOS AVANZADOS EN VOLEIBOL – I Y II

¿Quieres aprender a servir, bloquear y ser un competidor de equipo? ¿Quieres el juego de pies de los mejores jugadores? ¡Entonces ven al Indio Community Center e insíbete en esta clínica de un mes!

FECHAS: 3 al 31 de enero DÍA: viernes

HORA: Conceptos I, 7 – 8 p.m.

Conceptos II, 8 – 9 p.m.

GRADOS: 7th and 8th

COSTO: \$50

20

VOLEIBOL INICIAL

Similar al voleibol avanzado pero modificado para el jugador principiante donde se enseñan habilidades apropiadas para el nuevo jugador. Se ofrecen dos sesiones por semana: ¡puede inscribirse en una o ambas!

FECHAS: 3 al 31 de enero

DÍAS Y HORARIOS:

Los miércoles de 3 a 4 p.m.

Viernes de 5 a 6 p.m.

GRADOS: 5th and 6th

COSTO: \$50



VOLEIBOL INTERMEDIO

Esta clase ayuda a los estudiantes de séptimo y octavo grado a desarrollar aún más sus habilidades y aprender el juego de pies de los jugadores de nivel superior. Se ofrecen dos sesiones por semana: ¡puede inscribirse en una o ambas!

FECHAS: 3 al 31 de enero

DÍAS Y HORARIOS:

Los miércoles de 4 a 5 p.m.

Viernes de 6 a 7 p.m.

GRADOS: 7th and 8th

COSTO: \$50

INTRODUCCIÓN A LA CLÍNICA DE VOLEIBOL

El propósito de la Introducción a la Clínica de Voleibol es enseñar los fundamentos del voleibol a los atletas jóvenes y se dividirá en dos rangos de nivel de grado. Esta clínica está adaptada para garantizar el éxito de los participantes más jóvenes, y no se requieren habilidades o experiencia previa.

FECHAS: 3 al 31 de enero

DÍA: viernes

HORA Y EDADES:

4 – 4:30 p.m., 5 – 7 años de edad

4:30 – 5 p.m., 8 – 10 años de edad

COSTO: \$25

Encuentra Diversión!

LIGA JUVENIL DE VOLEIBOL DE PRIMAVERA

La Liga Juvenil de Voleibol de Primavera les dará a los atletas jóvenes la oportunidad de aprender el juego de voleibol tanto en la práctica como en el entorno del juego. Los atletas obtendrán un coeficiente intelectual de voleibol a medida que aprendan rotaciones, posiciones y habilidades. ¡No se requiere experiencia de voleibol!

FECHAS: 25 de abril – 13 de junio (sesión de 8 semanas)

DIA: sabados **HORA:** 9 a.m. – 11 a.m.

EDADES:

5th – 6th grados división

7th – 8th grados división

COSTO: \$80 de inscripción anticipada entre el 1 de diciembre y el 15 de enero; \$100 después del 15 de enero

VOLEIBOL ABIERTO

Sólo por diversión, instalamos las redes de voleibol en viernes e invitamos a nuestros miembros a jugar. Traiga a familiares y amigos y forme un equipo o simplemente venga y únase.

INSCRIPCIÓN: 10 de enero – 24 de abril

DÍAS: viernes **HORA:** 6 – 9 p.m.

EDADES: 5 años y más

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

WRESTLING

A los participantes se les enseñará las pautas de la lucha libre, así como las técnicas de lucha inter-escolar. Además, se incorporarán lecciones de vida que forman parte del deporte, tales como; Deportividad, resiliencia, resistencia mental y humildad.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes y jueves

HORA & EDADES: 6 – 7 p.m. (5 – 10 años)
7 – 8 p.m. (11– 14 años)

COSTO: \$80 por Mes



DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

ADAPTABLE DESPUÉS DE LA ESCUELA

Gracias a una asociación y financiación de United Cerebral Palsy of Inland Empire, este programa después de la escuela de dos días a la semana es exclusivamente para jóvenes con discapacidades cognitivas o físicas. Regístrese enviando información o llamando al (760) 321-8184.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: miércoles y viernes

HORA: 3 – 6 p.m.

EDADES: 6 – 13 años con necesidades especiales

COSTO: Gratis gracias a una asociación entre DRD y UCP



CLASE DE APTITUD JUVENIL ADAPTATIVE

El aporte sensorial y el entorno motorizado de esta clase pueden ayudar a desarrollar la autoconfianza y el enfoque para los niños con discapacidades a medida que aumenta la coordinación, la postura, la fuerza y la flexibilidad.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves o viernes

HORA: 4 – 4:45 p.m.

EDADES: 7 – 16 años con necesidades especiales

COSTO: \$25 Por Mes

CLASE DE FITNESS

PARA ADULTOS ADAPTABLE

Esta bota-clase de fitness estilo campamento se centra en el acondicionamiento de la fuerza, ejercicios de equilibrio y movimiento correcta. Una variedad de opciones está disponible para cualquier persona con una necesidad especial o adaptación.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: jueves

HORA: 5 – 5:45 p.m.

EDADES: 16 años y más con necesidades especiales

COSTO: \$25 Por Mes



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



DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

DANZA JUVENIL ADAPTATIVA

NUEVO

Los estudiantes tienen el desafío de pensar de pie mientras aprenden diferentes movimientos y rutinas de baile. Disfruta de una clase interactiva con modificaciones / adaptaciones disponibles para todos los niveles de habilidad, ya sea sentado o de pie.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍA: martes

HORA: 4 – 4:45 p.m.

EDADES: 5 – 16 años con necesidades especiales

COSTO: \$25 Por Mes

ENTRADA SENSORIAL Y MOVIMIENTO

El aporte sensorial y el entorno enriquecido con motor de esta clase pueden ayudar a desarrollar la autoconfianza y el enfoque en los niños con discapacidades, así como mejorar la coordinación, la postura, la fuerza y la flexibilidad.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: lunes

HORA: 4 – 4:45 p.m.

EDADES: 7 – 15 años con necesidades especiales

COSTO: \$25 Por Mes

GIMNASIA ADAPTATIVA

Estas clases de gimnasia son para niños con necesidades especiales e incluyen escalada, volteretas, trampolín, barra de equilibrio y un enfoque en entradas sensoriales vestibulares y propioceptivas en un entorno seguro y divertido.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: sábados HORA: 9 – 9:50 a.m.

EDADES: 5 – 13 años con necesidades especiales

COSTO: \$25 Por Mes

TIRO CON ARCO

ADAPTABLE PARA JÓVENES

NUEVO

El tiro con arco es un deporte para ayudar con el 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 aliento positivo e instrucción individualizada para fomentar el éxito de los participantes.

INSCRIPCIÓN: 7 – 28 de abril

DÍA: martes HORA: 4 – 4:45 p.m.

EDADES: 7 – 16 años con necesidades especiales

COSTO: \$25

Día De Nieve Adaptativo

UNITED STATES ADAPTIVE RECREATION CENTER (USARC)

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



Utilizando equipos de adaptación y / o técnicas de enseñanza, cada estudiante puede descubrir la libertad de deslizarse por una montaña cubierta de nieve mientras experimenta una lección individual con profesionales capacitados. La tarifa incluye cinco horas de instrucción privada, equipo de esquí y boleto de ascensor. Puede transportarse usted mismo o dejarnos la conducción a nosotros (consulte las tarifas a continuación).

FECHA: 10 de marzo HORA: Día completo (aproximadamente de 7 a.m. a 5 p.m.)

EDADES: Todas las edades con necesidades especiales

COSTO: \$110 sin transporte; \$130 con transporte

Para cualquier pregunta relacionada con este evento, comuníquese con Kendra Smith al 760-347-3484, ext. 130



EVENTOS DE LA COMUNIDAD

ALICE IN WONDERLAND TEA PARTY

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

FECHA: viernes 24 de abril HORA: 4 – 5:30 p.m.

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

EGGSTRAVAGANZA

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

UBICACIÓN: Parque Comunitario de Indio

FECHA: sábado 11 de abril HORA: 11 a.m. al 2p.m.

EDADES: 12 años y más joven COSTO: Gratis



REGALO DE UN VESTIDO PARA PROM

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

UBICACIÓN: Indio Teen Center

FECHA: viernes, 13 de abril

HORA: 2 al 8 p.m.

EDADES: High School Seniors

COSTO: Gratis



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



GYMNASTICS

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 Indio y la inscripción es continua a menos quede lo contrario señalado.

UNA NOTA SOBRE EL REGISTRO DE GIMNASIA: El registro de prioridad está disponible en una de las cortesías contadores para los participantes actualmente inscritos reinscribiéndose en su misma clase para el mes siguiente, o participantes que se inscriban por primera vez en el mes actual, siempre que haya. Es espacio disponible.

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, siempre que haya espacio disponible.

MI AMIGO Y YO GIMNASIA

¡A Ti ya tu amigo les encantará esta clase! Los niños pequeños tendrán la oportunidad de divertirse aprendiendo las habilidades de coordinación como equilibrio, escalada, agitación, balanceo y rebote. pues rodar por el suelo juntos es estimulante.

EDADES: 1 a 3 años de edad

DÍAS Y HORA:

lunes 6 – 6:30 p.m. ● 6:30 – 7 p.m.

● miércoles 5:15 – 5:45 p.m. ●

martes y jueves 1:30 p.m. – 2 p.m.

COSTO:

lunes o miércoles: \$57 por una sesión de dos meses (un día por semana)

● martes y jueves: \$57 por una sesión de un mes (2 veces a la semana)

DESERT TUMBLEWEEDS GIMNASIA

Esta es la clase perfecta para pequeñas gimnastas. Niños/niñas en edad preescolar aprenden habilidades de equilibrio y coordinación. La clase enfatiza la concentración, habilidades y comparten socialmente mientras se construye la fuerza física. Su pequeña planta rodadora tendrá un montón de diversión!

EDADES: 4 a 6 años de edad

DÍA Y HORA:

martes, 7 – 7:45 p.m., miércoles, 5:45 – 6:30 p.m.,
jueves, 7 – 7:45 p.m.

EDADES: 3 a 6 años de edad

DÍAS Y HORA: lunes y miércoles 2 – 2: 45 p.m.

martes y jueves 2 – 2: 45 p.m.

CUOTA: martes, miércoles, jueves:

\$67 por sesión de dos meses (Un día por semana)

● lunes y miércoles, martes y jueves \$ 66 por sesión de un mes (Dos días por semana)

DÍA Y HORA: sábado 10 – 10:45 a.m.

COSTO: \$46 por sesión de un mes (un día por semana)

El precio será ajustado por sesiones de 5 semanas.

GIMNASIA PARA NIÑOS PRINCIPIANTES

Aquí es donde todo comienza. Esta clase enseña los seis ejercicios de gimnasia de los eventos olímpicos: bóveda, barra Horizontal, barrases paralelas, caballo con Arzones, piso y anillos. El enfoque está en las habilidades de gimnasia y técnicas al tiempo que aumenta la flexibilidad, coordinación, fuerza y autoestima.

DÍAS: martes y jueves

HORA: 3 – 4 p.m.

COSTO: \$82 por mes



GIMNASIA INTERMEDIA Y AVANZADA LOS CHICOS

Esta clase está diseñada para los gimnastas con habilidades avanzadas. El currículo sigue pautas de la organización "USA Gymnastics." para los seis eventos Olímpicos de hombres: bóveda, barra Horizontal, barrases paralelas, caballo con Arzones, piso y anillos, con un énfasis en fuerza y flexibilidad. Los instructores están certificados y acreditados a través Universidad de gimnasia de USA.

DÍAS: lunes y miércoles

HORA: 6 – 7:30 p.m. COSTO: \$94 por mes

GIMNASIA PARA NIÑAS – PRINCIPIANTES

Chicas interesadas en gimnasia les encantará esta clase como se pone en el corazón de los cuatro eventos Olímpicos para las mujeres: bóveda, bares, viga y suelo. Mientras aprenden las habilidades básicas y técnicas, esta clase incluye flexibilidad y entrenamiento de fuerza.

DÍA Y HORA:

lunes y miércoles 3 – 4 p.m.

lunes y miércoles 4 – 5 p.m.

lunes y miércoles 5 – 6 p.m.

lunes y miércoles 7 – 8 p.m.

lunes y miércoles 7:30 – 8:30 p.m.

martes y jueves 3 – 4 p.m.

martes y jueves 4 – 5 p.m.

martes y jueves 5 – 6 p.m.

martes y jueves 6 – 7 p.m.

martes y jueves 7:45 – 8:45 p.m.

COSTO: \$82 por mes

DÍAS Y HORA:

miércoles 3:30 – 5 p.m.

miércoles 6 – 7:30 p.m.

sábado 11 a.m. – 12:30 p.m.

COSTO: \$67 por mes (precio ajustado por sesión de 5 semanas)



¡Encontrar Balance!

GIMNASIA INTERMEDIA NIÑAS

Esta clase es sólo por invitación y diseñado para el segundo nivel de destreza. Instrucción sigue la pauta por la organización "USA Gymnastics" en las cuatro pruebas olímpicas: bóveda, bares, viga y suelo con énfasis continuo en fuerza y flexibilidad.

DÍAS Y HORAS:

lunes y miércoles 5 – 7 p.m. ● 7 – 8:30 P.M.

martes y jueves 5 – 7 p.m., martes y jueves 6 – 8 p.m.

COSTO: \$107 por mes (clases de 2 horas)

\$94 por mes (clase de 1.5 horas)

GIMNASIA AVANZADA NIÑAS

Otro reconocimiento de destreza avanzada, esta clase Sólo por invitación sigue la pauta de gimnasia de la organización "USA Gymnastics" en cuatro pruebas olímpicas: bóveda, bares, viga y suelo. Entrenan con los mejores gimnastas a la vez que continúan mejorando su destreza.

DÍAS: martes y jueves

HORA: 6:30 p.m. – 8:30 p.m.

●

DÍAS: lunes y miércoles

HORA: 3 – 5 p.m. ● 6:30 p.m. – 8:30 p.m.

COSTO: \$107 por mes

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



GYMNASTICS

JAMBOREE DE GIMNASIA

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

DÍA Y HORA:

viernes 6 – 7:30 p.m. **O**

sábado 12:30 – 2 p.m.

COSTO: \$7 por gimnasta/por día

GIMNASIA TUMBLING

Aprende habilidades de tumbling en el suelo y pista de tumble. Esta clase se enfoca en ejercicios específicos para el aprendizaje correcto. Forma y se recomienda para aquellos que quieren adquirir habilidades de porristas.

DÍAS: martes y jueves

HORA: 7 – 8 p.m.

COSTO: \$82 por mes

EQUIPO DE GIMNASIA OBLIGATORIA

Por Invitación – Sólo. Los niveles 3, 4 y 5 habilidades deben ser completado según lo definido por USA Gymnastics. Esta clase ofrece una oportunidad para gimnastas con Habilidades avanzadas requeridas para que la competencia brille en el El deporte de la gimnasia y sigue la gimnasia estadounidense. Progresiones para Nivel 3, Nivel 4 y Nivel 5. Invitaciones. Se extienden a las personas que demuestran una fuerte Dedicación a los requisitos de formación competitiva. El equipo compite en cinco a ocho encuentros durante todo el año.

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

HORA: 3:30 – 7 p.m. **COSTO:** \$187 por mes

EQUIPO SENIOR – GIMNASIA OPCIONAL

Únicamente por invitación. Niveles 6 a 10 habilidades deben ser completado según lo definido por USA Gymnastics.

DÍAS: lunes, martes, jueves, viernes

HORA: 3 – 7 p.m.

COSTO: \$237 por mes

La academia de gimnasia del distrito Evento del 13th aniversario

Se invita a gimnastas de todas las edades y niveles. para participar en nuestro evento del 12th aniversario durante nuestra versión de los Juegos Olímpicos.

Por favor únete a nosotros y ven a mostrar tus habilidades! En años anteriores, hemos tenido más de 100 participantes a partir de 1 año de edad.

Mire facebook.com/drdgym para
Detalles adicionales.

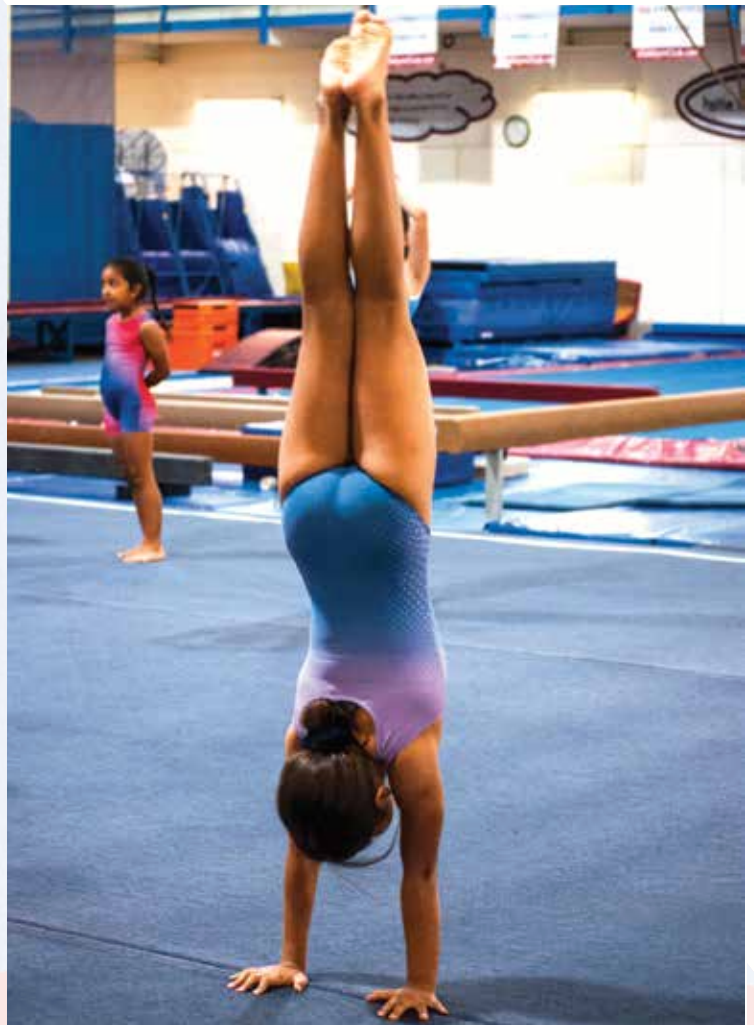
UBICACIÓN: Indio Community Center

FECHA: Saturday, February 29, 2020

HORA: 11 a.m. – 2 p.m.

CUOTA DE PARTICIPANTE: \$20

CUOTA DE ESPECTADOR: Gratis



Feliz Cumpleaños!

Qué gran manera de celebrar tu próximo cumpleaños:
en The District Gymnastics Academy
en el Centro Comunitario de Indio!

Tú y tus amigos se lo pasarán en grande haciendo una hora y mediade gimnasia
y juegos llenos de diversión ya que nuestro cuerpo técnico está entrenadopara
proporcionar una fiesta segura y estructurada que seguramente será un éxito.

LLAMA Y RESERVA TU FIESTA HOY!

Fiesta de 2.5 horas

(1 hora y media de gimnasia.
/ 1 hora de uso de sala multiusos)
1-10 personas, \$ 185
11 - 20 personas, \$ 265

Gimnasia de 1.5 horas única fiesta

1-10 personas, \$ 135
11-20 personas, \$ 200



17, 18 y 19 de enero de 2020

3 Días de Competencia en
el Centro de Convenciones de Palm Springs.

1,000 gimnastas y sus familias

Oportunidades de patrocinio y proveedores disponibles

Anúnciate en nuestro programa o camiseta de evento

¿Interesado en apoyar nuestro evento?

Contacto: jcook@drd.us.com



Organizado por
The District Gymnastics Academy y Sports & Beyond
www.gymnasticscup.com



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



PELICULAS

Nos complace asociarnos con otros para poder ofrecerle películas durante todo el año. Por favor consulte la lista en nuestra página de web www.myrecreationdistrict.com/activities/movies. Para las películas actuales, títulos, ubicaciones, fechas y horarios.



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

¡Echa un vistazo a nuestra nueva clase de Spin!

¡Visite

MyRecreationDistrict.com

¡Visite y haga clic en la pestaña
SALUD Y APTITUD
para obtener más detalles!



SALUD Y ESTADO FISICO

FOCUS FIT CARDIO KICKBOXING

Aumente la confianza en esta clase de defensa personal de alta energía con un enfoque en la forma física. Los estudiantes desarrollarán el tono muscular, que es un elemento clave en el proceso de quema de grasa.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: martes y jueves
HORA: 5 – 6 p.m. EDADES: 12 años y mayores
COSTO: \$45 Por Mes COSTO POR DÍA: \$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: Los lunes, miércoles, viernes
HORA: 8 – 10 a.m. EDADES: 18 años y mayores
COSTO: \$40 Por Mes COSTO POR DÍA: \$7 por Clase

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



Encuentra Energía!

Indio Hills

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

50+ ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

INDIO HILLS SENIOR PROGRAM

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

INSCRIPCIÓN: En curso **DÍAS:** martes, miércoles, jueves
HORA: 9 a.m. – 12 p.m. **EDADES:** 50 años y mayores
COSTO: Gratis



CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

DESPUÉS DE LA ESCUELA TRADICIONAL

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

INSCRIPCIÓN: Continúa durante el año escolar.
DÍAS: de lunes a viernes
HORA: Despedido Escolar a 5:30 p.m.
EDADES: 5 a 17 años de edad
COSTO: Gratis*

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



EVENTOS DE LA COMUNIDAD

VENTA DE GARAJE COMUNITARIO

El 7 de marzo, toda el área de Indio Hills realizará las ventas de garaje; recoja un mapa de las casas de alojamiento en el Centro Comunitario de Indio Hills la mañana del evento. Si usted es un residente de Indio Hills interesado en vender, llame al (760) 701-1043 para ubicarlo en el mapa.

FECHA: sábado, 7 de marzo
HORA: 8 a.m. – 2 p.m.
EDADES: Todas las edades
COSTA: Gratis

EGGSTRAVAGANZA

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

UBICACIÓN: Parque Comunitario de Indio Hills
FECHA: viernes 10 de abril **HORA:** 5:30 al 7:30 p.m.
EDADES: 14 años y más joven **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

LOCATION: Indio Hills Community Center
DIAS: Martes **HORA:** 6 p.m.
FECHES: 21 de enero y 24 de marzo



SALUD Y ESTADO FÍSICO

ZUMBA

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

INSCRIPCIÓN: En curso **DÍAS:** martes y jueves
HORA: 6:30 – 7:30 p.m.
EDADES: 16 años de edad y mayores **COSTO:** \$30 por Mes
COSTA POR DÍA: \$5 por Persona, por Clase

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



ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA

LAP SWIM

Los carriles de competencia están abiertos y disponibles para que los huéspedes puedan nadar vueltas durante un tiempo determinado. Los beneficios de la vuelta de natación son que controlas tu propio ritmo mientras haces un entrenamiento de cuerpo completo.

UBICACIÓN: Fritz Burns Pool DÍAS: lunes a jueves

HORA: 7:15 – 9:45 a.m. y 4 – 7 p.m.

EDADES Y COSTO: 18 años y más – \$3
17 años y menos – \$2

OPEN SWIM

Las sesiones de natación abierta son un buen momento para que los niños practiquen natación, para que las mamás y los papás se unan a los niños por un tiempo recreación y diversión, o para que las personas se relajen y se refresquen en la piscina.

UBICACIÓN: Fritz Burns Pool DÍAS: lunes a jueves

HORA: 8 – 9:45 a.m. y 4 – 5 p.m.

EDADES Y COSTO: 18 años y más – \$3
17 años y menos – \$2

LA BÚSQUEDA DEL TESORO DEL DÍA DE SAN PATRICIO

¡No todo el tesoro está enterrado! Únase a nosotros para una búsqueda del tesoro acuático al aire libre con juguetes para todos los grupos de edad, en profundidades de agua de 2.5 a 5.5 pies. ¡Cada participante tendrá la oportunidad de buscar tesoros dentro y alrededor de la piscina para canjearlos por premios! Tenga en cuenta que se requiere preinscripción ya que hay espacio limitado.

UBICACIÓN: Fritz Burns Pool

EDADES: 3 – 11 años de edad

FECHA: martes 17 de marzo

HORA: 4 – 5 p.m.

COSTO: \$5 por participante



TENGA EN CUENTA:

Para todas las siguientes clases que tienen lugar los **martes y jueves**, las fechas y tarifas de la sesión son:

Sesión 1 – 7 al 30 de enero, \$40

Sesión 2 – 4 al 27 de febrero, \$40

Sesión 3 – 3 de marzo – 2 de abril, \$50

Sesión 4 – 7 al 30 de abril, \$40

Para todas las siguientes clases que tienen lugar los **lunes y miércoles**, las fechas de las sesiones son:

Sesión 5 – 6 al 29 de enero, \$40

Sesión 6 – 3 al 26 de febrero, \$40

Sesión 7 – 2 de marzo – 1 de abril, \$50

Sesión 8 – 6 al 29 de abril, \$40

AEROBIC ACUÁTICO PARA ADULTOS

¡Este ejercicio de bajo impacto es una excelente manera para que los adultos se mantengan en forma y se refresquen al mismo tiempo! Excelente para desarrollar fuerza muscular, flexibilidad y resistencia, y una buena manera de entrenar para aquellos con lesiones.

UBICACIÓN: Fritz Burns Pool EDADES: 18 años y mayores

DÍAS Y HORARIOS: martes y jueves, de 6:15 a 7 p.m.

lunes y miércoles, de 7:15 a 8 a.m.

AQUA FIT

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

UBICACIÓN: Fritz Burns Pool

EDADES: 18 años y mayores

DÍAS Y HORARIOS: martes y jueves, de 7:15 a 8 a.m.

lunes y miércoles, de 6:15 a 7 p.m.

(esta clase es un entrenamiento de mayor impacto que Adult Aerobics)



ESCLEROSIS MÚLTIPLE TERAPIA DE AGUA

Esta clase incluye ejercicios para fortalecer sus músculos y mejorar su marcha, equilibrio y coordinación. También implica estiramientos para ayudarlo a mantener la movilidad y prevenir los espasmos musculares.

UBICACIÓN: Fritz Burns Pool

EDADES: 18 años y mayores

DÍAS Y HORARIOS: martes y jueves, de 8 a 8:45 a.m.
lunes y miércoles, de 4:15 a 5 p.m.

SENIOR SPLASH CLASS

Senior Splash es una clase de aeróbic acuático y de fuerza diseñada para todos los niveles de habilidad, ¡incluso para aquellos que no son nadadores!

UBICACIÓN: Fritz Burns Pool

EDADES: 18 años y mayores

DÍAS Y HORARIOS: martes y jueves, de 9 a 9:45 a.m.
lunes y miércoles, de 5:15 a 6 p.m.

TERAPIA DE AGUA PARA LA ARTRITIS

Aumenta el ejercicio cardiovascular y permite a los participantes con artritis hacer ejercicio con un mayor grado de intensidad sin el daño que experimentarían con un programa basado en el gimnasio.

UBICACIÓN: Fritz Burns Pool

EDADES: 18 años y mayores

DÍAS Y HORARIOS: martes y jueves, de 4:15 a 5 p.m.
lunes y miércoles, de 9 a 9:45 a.m.

OSO POLAR ZAMBULLIDA

¡Inscríbase en esta nueva tradición en la que los participantes se unirán a actividades divertidas y desafiantes en la terraza de la piscina antes de llevar el PLUNGE a un carril y nadar 25 yardas! Se ofrecerán refrescos ligeros y también habrá oportunidades para tomar fotografías. Gratis para espectadores.

UBICACIÓN: Fritz Burns Pool EDADES: 16 años y mayores

FECHA: sábado 4 de enero

HORA: 9 – 9:30 a.m. • Registro

9:30 – 9:45 a.m. • Group warm-up 9:55 a.m.

• Empieza la inmersión, con grupos liberados cada 15 minutos.

COSTO: \$30 por participante; incluye registro y una camisa (tenga en cuenta que se permitirá el registro sin cita previa cuando el espacio lo permita, sin embargo, no se puede garantizar el tamaño de la camisa)

City of La Quinta

GEM of the DESERT

DESERT YOUTH OLYMPICS

DAY: Saturday, March 14, 2020 TIME: 9 – 11 a.m.

LOCATION: La Quinta High School AGES: 3 – 8 Years Old

COST: \$10

Join in on the fun at the 9th annual Desert Youth Olympics! Children ages 3–8 can compete in the 20-yard dash, long jump, hurdles, and more. Medals will be given to 1st, 2nd, and 3rd place winners.

MISSION LQ ROCKET LAUNCH

DAY: Saturday, March 21, 2020 TIME: 8 – 10 a.m.

LOCATION: Monticello Park AGES: 5 Years Old and Over

COST: Free

This FREE event is an opportunity for youth ages 5 and up to build and launch their very own model rocket. The City of La Quinta will provide all of the materials necessary for the rocket launch, including rockets, engines, and launch pad.

SOARING OVER LQ – A KITE EXPERIENCE

DAY: Saturday, April 4, 2020 TIME: 8 – 10 a.m.

LOCATION: Monticello Park AGES: All ages COST: Free

All ages are welcome to create and design a customized kite. Kite materials are provided FREE of charge, but guests are more than welcome to bring their own kites. How high can your kite soar?

CITY EASTER EGG HUNT

DAY: Saturday, April 11, 2020 TIME: 9 – 11 a.m.

LOCATION: La Quinta Park

78468 Westward Ho Dr, La Quinta

AGES: All ages COST: Free

Gather with friends and family at the City of La Quinta's annual egg hunt! Children up to age 10 are welcome to participate in egg collecting as they search for candy and toy filled eggs.

CITY PICNIC AND BIRTHDAY BASH

DAY: Saturday, April 25, 2020 TIME: 9 a.m. – 1 p.m.

LOCATION: Civic Center Park

78495 Calle Tampico, La Quinta

AGES: All ages COST: Free

Celebrate the City's birthday at this fun filled family event. There will be plenty of entertainment, live performances, and food!

(La Quinta continúa en la página 34) 31

Holiday & Special Events



TALLER DE ARTESANÍAS DE SAN VALENTÍN

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

EDADES: 5 – 12 Años

COSTO: Gratis

FECHA, UBICACIÓN & HORA:

Lunes 3 de febrero en el Centro Comunitario Bagdouma en Coachella, 5:30 – 7:30 p.m.

Jueves 6 de febrero en el Centro para Personas Mayores y Comunitarias Jerry Rummonds en Thermal, de 3 a 5 p.m.

Viernes 7 de febrero, 5 – 7 p.m. en:

North Shore Beach & Yacht Club Y Mecca Community Center

EGGSTRAVAGANZAS

¡Súbete al sendero del conejito y únete a la diversión en algunas de las mejores cacerías de huevos de Pascua en el Valle de Coachella! Nuestros Eggstravaganza incluyen muchas actividades divertidas como pintar caras, carreras de sacos de papas, concursos el Hula-Hoop y más, así que lleva tu canasta de Pascua y dirígete a la ubicación más cercana.

EDADES: 12 años y menos

COSTO: Gratis

Cada grupo de edad tendrá la oportunidad de encontrar huevos de acuerdo con la siguiente especificación:

0 a menos de 2 años de edad

(Los huevos se dan en la mesa de información)

2 – 4 años de edad*

5 – 7 años de edad *

8 – 12 años de edad *

**Para garantizar la seguridad de todos los niños que participan en la búsqueda de huevos, favor de no hacerlo en el área marcada.*

FECHA: miércoles 1 de abril

UBICACIÓN & FECHA:

North Shore Community Park, 5:30 – 7:30 p.m.

FECHA: Sábado 4 de abril

UBICACIÓN & FECHA:

Mountain View Estates en Oasis, 11 a.m. – 1 p.m.

FECHA: Viernes 10 de abril

UBICACIÓN & FECHA:

Centro comunitario de Indio Hills, 5:30 – 7 p.m.

FECHA: Sábado 11 de abril

UBICACIÓN & FECHA:

Parque del Centro Comunitario de Bagdouma, 10 a.m. a 12 p.m.

Parque Comunitario Bagdouma, 10 a.m. a 12 p.m.

Parque del Centro Comunitario de Indio, 11 a.m. a 2 p.m.

Parque del Centro Comunitario de Mecca, de 10 a.m. a 12 p.m.

Parque del Centro Comunitario de Thousand Palms, 11 a.m. a 1 p.m.



Find Community!



REGALOS DE VESTIDO DE FIESTA

Abierto a todos los estudiantes de último año de secundaria en el Valle de Coachella, este programa ofrecerá vestidos de baile gratis en una variedad de tamaños, colores y estilos. Si bien hacemos todo lo posible para tener suficientes vestidos para todos, se ofrecen por orden de llegada **SOLO POR CITA**.

Envíe un correo electrónico a promdressgivaway@drd.us.com o llame al 760-501-8120 para hacer su cita. Todos los adolescentes deben traer una tarjeta de identificación válida de la escuela y deben estar presentes para recibir un vestido y accesorios.

GRADOS: Seniors de secundaria

COSTO: Gratis

DÍA Y HORARIO: viernes, de 2 a 8 p.m.

FECHAS Y UBICACIONES:

13 de marzo, Mecca Community Center

20 de marzo, Palm Desert Community Center

27 de marzo, Bagdouma Community Center in Coachella

3 de abril, Indio Teen Center



Encuentra Tesoros!

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

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 – 1:30 p.m. 0 2 – 3 p.m.

EDADES: 50 años y mayores

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

0 tarifa de entrada de \$5



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: septiembre, octubre, noviembre

DÍAS Y HORARIOS: Lunes, 4 – 4:40 p.m. 0

Miércoles, 5:30 – 6:10 p.m. 0

Viernes de 9 a 9:40 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. Los padres son bienvenidos a ver a sus hijos aprender en este ambiente divertido.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves

HORAS: 6:30 – 7:15 p.m.

EDADES: 5 – 10 años de edad

COSTO: \$36 Por Mes



CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

CLUB DE NIÑOS VISTA DUNES

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

UBICACIÓN: Complejo de apartamentos Vista Dunes

INSCRIPCIÓN: En curso (sigue el año escolar)

DÍAS: lunes – viernes

HORA: 3 – 6 p.m.

EDADES: 5 – 17 años de edad

COSTO: Gratis

CLUB DE NIÑOS WOLFF WATERS

Este programa brinda a los niños y adolescentes que residen en Wolff Waters una oportunidad por asistencia con la tarea, deportes / juegos organizados, artes y manualidades y eventos especiales.

UBICACIÓN: Complejo de apartamentos Wolff Waters Place

INSCRIPCIÓN: En curso (sigue el año escolar)

DÍAS: lunes – viernes

HORA: 3 – 6 p.m.

EDADES: 5 – 17 años de edad

COSTO: Gratis

RIVER CANYON KIDS CLUB (IN CATHEDRAL CITY)

Abierto a los niños y adolescentes que residen en el complejo de apartamentos River Canyon, este programa ofrece ayuda con las tareas escolares, deportes / juegos organizados, artes y manualidades y eventos especiales.

UBICACIÓN: River Canyon Apartment Complex (Cathedral City) Inscrpción: En curso (sigue el año escolar)

DÍAS: de lunes a viernes HORA: 3 – 6 p.m. EDADES: 5 – 17 años de edad COSTO: Gratis



HOPE through HOUSING[®]
FOUNDATION



CREATIVE BRAIN – TALLER DE ANIME

NUEVO

¿Eres fanático del anime japonés? Si es así, ¡este es el taller para ti! ¡Explore el dibujo de anime en pasos simples y desarrolle sus propios personajes e historias de anime!

INSCRIPCIÓN: 14 de enero – 18 de febrero

DÍAS: martes HORA: 4:30 – 5:20 p.m.

EDADES: 8 – 14 años de edad

COSTO: \$69 (más una tarifa de material de \$20 al momento del programa)

CREATIVE BRAIN – TALLER DE DIBUJOS ANIMADOS

NUEVO

Los estudiantes exploran el arte del dibujo de dibujos animados y crean sus propios personajes de dibujos animados y tiras de dibujos animados al final del taller.

INSCRIPCIÓN: 3 de marzo – 7 de abril

DÍAS: martes HORA: 4:30 – 5:20 p.m.

EDADES: 8 – 14 años de edad

COSTO: \$69 (más una tarifa de material de \$20 al momento del programa)

K9 NOSE WORK– ADVANCED DETECTIVE

Esta serie (requisito previo Scent Work Intermediate) está dirigida a equipos que ya tienen olor y se les han presentado todos los elementos. Contenedores, interiores, vehículos y exteriores. Dependiendo del nivel de habilidad, se enseñan los siguientes conceptos; olor convergente, umbrales, elevación y pieles inaccesibles. Esta serie está diseñada para que los equipos amplíen sus conocimientos y habilidades en el entrenamiento de detección de olores de Novato a Detective Dog.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍA: martes

HORA: 2:30 – 4 p.m. EDADES: 18 años y mayores

COSTO: \$125 por Mes

CREATIVE BRAIN – TALLER DE CODIFICACIÓN INFORMÁTICA

¡Este taller es una oportunidad única para que los participantes más jóvenes y mayores aprendan y disfruten de la codificación informática mientras exploran la creatividad y la imaginación de formas completamente nuevas! Se probarán equipos y software. El software ha sido desarrollado por MIT.

INSCRIPCIÓN: 5 de marzo – 9 de abril

DÍAS: jueves

HORA: 4:30 – 5:20 p.m.

EDADES: 8 – 14 años de edad

COSTO: \$69 (más una tarifa de material de \$20 al momento del programa)

NUEVO

CREATIVE BRAIN – VIDEO GAME WORKSHOP

NUEVO

Los juegos, ¡ahora hazlos! ¡Diviértete aprendiendo cómo crear tu propio videojuego 3D y comparte tus juegos completos con el mundo! Los proyectos finales son videojuegos totalmente funcionales listos para jugar.

INSCRIPCIÓN: 16 de enero – 20 de febrero

DÍAS: jueves

HORA: 4:30 – 5:20 p.m.

EDADES: 8 – 14 años de edad

COSTO: \$69 (más una tarifa de material de \$20 al momento del programa)



DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

CLASE DE FITNESS PARA ADULTOS ADAPTABLE

Esta bota-campamento clase de estilo se centra en el acondicionamiento de la fuerza, ejercicios de equilibrio y movimiento correcto. Hay una variedad de opciones disponibles para cualquier persona con una necesidad o adaptación especial.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: viernes

HORA: 11:15 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 16 años y más con necesidades especiales

COSTO: \$25 Por Mes

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

DEPORTES

BOCCE BALL VIERNES

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

UBICACIÓN: Área al aire libre del parque comunitario La Quinta

INSCRIPCIÓN: En curso **DÍA:** viernes

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

COSTO: Gratis

LAS LIGAS DE SOFTBOL DE ADULTOS

Ofrecen la oportunidad de salir de la casa y salir al aire libre para disfrutar de unas horas de diversión en la noche en el diamante. Los equipos jugarán siguiendo las reglas de lanzamiento lento.

LIGA DE LA QUINTA SOFTBOL – LUNES HOMBRES

UBICACIÓN: Parque Comunitario La Quinta

INSCRIPCIÓN:

LIGA DE INVIERNO: 6 de enero – 23 de marzo
(registro del 1 al 30 de diciembre)

LIGA DE PRIMAVERA: 6 de abril – 15 de junio
(registro del 1 al 31 de marzo)

DÍA: lunes **HORA:** 6:30 – 10:30 p.m.

EDADES: 18 años y más

COSTO: \$45 por jugador o una tarifa de entrada de \$10 para suscriptores

EVENTOS DE LA COMUNIDAD

FIND DISTRIBUCIÓN DE ALIMENTOS EN PARQUE COMUNITARIO LA QUINTA

77–865 Avenida Montezuma

25 de enero, 22 de febrero, 28 de marzo, 25 de abril

No se requiere documentación; alimentos distribuidos por orden de llegada, comenzando a las 10 a.m. hasta que los alimentos se terminen. Por favor traiga sus propias bolsas para llevar comida.

SALUD Y ESTADO FISICO



Encuentra Energía!

C5 SHRED

Las clases consisten en entrenamiento de fuerza, estabilidad, trabajo de pies, resistencia y movilidad. Ofrecemos clases de mañana y tarde.

C5 SHRED – NOCHE

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

HORA: 6:45 – 7:45 p.m. **EDADES:** 16 años y más

COSTO: \$45 Por Mes

C5 SHRED – MAÑANAS

INSCRIPCIÓN: En curso **DÍAS:** lunes, miércoles y viernes

HORA: 5:45 – 6:45 a.m. **EDADES:** 16 años y más

COSTO: \$45 Por Mes

QUEMADURA CORPORAL PREVIA AL ALMUERZO

NUEVO

Este programa antes del almuerzo consistirá en varios ejercicios anaeróbicos y aeróbicos para ayudar a lograr un mayor nivel de resistencia cardiovascular / nivel de condición física y nivel de resistencia muscular. Los ejercicios se pueden realizar en el Parque del Centro Comunitario La Quinta o dentro de las instalaciones.

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

HORA: 12 – 12:45 p.m. **EDADES:** 16 años y más

COSTO: \$45 Por Mes

ENTRENAMIENTO PERSONAL (SESIONES DE UNA HORA)

INDIVIDUOS

Para aquellos que necesitan un poco de empuje adicional, o simplemente quieren mezclar la rutina, ¡un entrenador personal podría ser una gran adición a su plan de acondicionamiento físico! ¿Nuevo en el gimnasio? Un entrenador personal puede enseñarle la forma correcta de usar el equipo y aprovechar al máximo su tiempo de entrenamiento. Todos los entrenadores están certificados por una organización acreditada.

COSTO: 1 sesión \$50

Paquete de 5 sesiones \$200

Paquete de 10 sesiones \$360

PAREJAS

¡También ofrecemos entrenamiento personal para parejas! Por favor, pregunte en la recepción para tarifas para parejas.

REIKI

Reiki Es un método de relajación japonés que promueve la curación. Reiki implica manos en contacto, "Ki", o energía de fuerza vital para mejorar la capacidad del cuerpo para curarse. Maestros de Reiki con el Centro Internacional de Entrenamientos de Reiki (ICRT) La Asociación de Membresía de Reiki realizará una capacitación integral y los participantes recibirán un certificado de finalización al finalizar el curso.

REIKI I TRAINING

INSCRIPCIÓN: 4 al 25 de febrero

DÍA: martes

HORA: 6:30 – 8:30 p.m.

EDADES: 18 años y más

COSTO: \$90 para la sesión

REIKI II TRAINING

INSCRIPCIÓN: 3 al 24 de marzo

DÍA: martes

HORA: 6:30 – 8:30 p.m.

EDADES: 18 años y más

COSTO: \$120 para la sesión

(Debes haber completado Reiki I para poder tomar Reiki II)

TKD KICKBOXING BASICS

NUEVO

Esta clase incluirá patadas y puñetazos tradicionales de Taekwondo (forma de manos y pies) y enfatizará la técnica y el acondicionamiento adecuados.

No se necesita equipo y no habrá contacto.

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

HORA: 5:30 – 6:15 p.m. **EDADES:** 18 años y más

COSTO: \$45 Por Mes

TRU-CORE

Combinando elementos de Yoga y Pilates, este programa basado en colchonetas se enfocará en la fuerza del núcleo, la tonificación muscular y la flexibilidad. ¡También se mostrarán técnicas de terapia física para ayudar a mantener tu cuerpo feliz y saludable!

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS Y HORAS: martes, jueves, sábados de 9 a 10 a.m.

EDADES: 18 años y mayores **COSTO:** \$80 por Mes

YOGA

Yoga Flow que te hará moverte de una pose a otra en un movimiento fluido. Ideal para todos los practicantes de yoga.

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

HORA: 10:30 – 11:30 a.m. **EDADES:** 18 años y mayores

COSTO: \$65 por Mes

ZUMBA

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

ZUMBA – 2 DÍAS

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

HORA: 9:30 – 10:30 a.m. **EDADES:** 16 años y mayores

COSTO: \$30 por Mes

TARIFA DIARIA: \$5

ZUMBA – 3 DÍAS

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS Y HORARIOS: lunes y miércoles de 9:30 a 10:30 a.m.

Viernes de 10 a 11 a.m.

EDADES: 16 años y mayores

COSTO: \$40 por Mes **TARIFA DIARIA:** \$5

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



50+ ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

MECCA SENIOR PROGRAMA

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: De lunes a jueves

HORA: 9 a.m. – 1 p.m.

EDADES: 50 años y mayores

COSTO: Gratis

FORMA FÍSICA DESPUÉS DE 50

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes y jueves

HORA: 9 – 10 a.m.

EDADES: 50 años y mayores

COSTO: Gratis



ARTES Y MÚSICA

ART SCENE ESCENA DE ARTE



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

INSCRIPCIÓN: 15 de enero **DÍA:** miércoles

HORA: 5:30 – 7 p.m. **EDADES:** 6 – 12 años de edad

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

ARTE DIGITAL

NUOVO

Los adolescentes tendrán la oportunidad de experimentar el arte digital a través de un taller en Adobe Photoshop, Adobe Illustrator y a través de sus propias habilidades creativas. El espacio es limitado, ¡regístrese temprano!

INSCRIPCIÓN: jueves y viernes del 16 de enero al 24 de enero

HORA: 6 – 8 p.m.

GRADOS: Estudiantes en grados 9–12

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



CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

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

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



INSCRIPCIÓN: En curso **DÍAS:** De lunes a jueves

HORA: Salida de la escuela a las 6 p.m. (Lunes, martes, jueves)

Salida de la escuela a las 5:30 p.m. (Mie)

EDADES: 5 – 17 años de edad

(Los niños deben haber completado Kindergarten para participar)

COSTO: Gratis



DEPORTES

MECCA T-BALL

Ven y aprende el nivel introductorio del béisbol juvenil. Nuestra liga está creada para instalar las habilidades básicas del juego de béisbol.

UBICACIÓN: Parque de la comunidad de la Meca

INSCRIPCIÓN: 17 de marzo – 16 de mayo

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

EDADES: 4 – 6 años de edad

COSTO: \$100 – Becas Disponibles

LIGA JUVENIL DE FUTBOL EN MECCA

Esta es una manera divertida de presentar a su hijo al juego de fútbol. Aprenderán los conceptos básicos del fútbol, incluidos los ejercicios, la seguridad y el trabajo en equipo. A medida que progresen en sus habilidades, se graduarán para jugar fútbol a un nivel divertido y competitivo.

UBICACIÓN: Parque de la comunidad de la Meca

INSCRIPCIÓN: En curso

FECHAS: 9 de marzo – 16 de mayo

DÍAS: lunes, miércoles, sábados HORA: 6 – 8 p.m.

EDADES: 4 – 11 años (los niños serán agrupados por edad)

COSTO: \$100 – Becas Disponibles



EVENTOS DE LA COMUNIDAD

EGGSTRAVAGANZA

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

UBICACIÓN: Parque Comunitario de Mecca

FECHA: sábado 11 de abril HORA: 10 a.m. al 12p.m.

EDADES: 12 años y más joven COSTO: Gratis

REGALO DE UN VESTIDO PARA PROM

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

FECHA: viernes, 13 de marzo HORA: 2 al 8 p.m.

EDADES: High School Seniors COSTO: Gratis

TALLER DE ARTESANÍAS DE SAN VALENTÍN

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

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

EDADES: 5 – 12 años de edad COSTO: Gratis



SALUD Y ESTADO FISICO

CLASES DE COCINA Y FITNESS

NUEVO

Los jóvenes participarán en programas de cocina saludable y acondicionamiento físico en los que podrán aprender cocina saludable y alternativas saludables a algunos de sus alimentos favoritos. También participarán en una variedad de clases de acondicionamiento físico como Zumba, Kids Fitness, entrenamiento en circuito y más.

FECHAS: 4 al 27 de febrero DÍAS: martes y jueves

HORA: 6 – 8 p.m. EDADES: Todas las edades

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



NOCHE DE FITNESS FAMILIAR EN LA MECCA

Únase a nosotros para una noche familiar llena de actividad física. Las familias disfrutarán de una variedad de ejercicios, cursos de obstáculos, entrenamiento en circuito y mucho más.

FECHA: miércoles 18 de marzo HORA: 5:30 – 6:30 p.m.

EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratuita gracias a la financiación de Community Development Block Grant

NUEVO

MECCA TREKKERS

NUEVO

Inicie un estilo de vida más saludable al unirse a Mecca Trekkers, un programa de caminata comunitaria. El programa fomenta la caminata aeróbica para una buena salud al proporcionarle las habilidades, herramientas y recursos necesarios para planificar y rastrear los hábitos diarios de caminata y hacer que caminar sea una parte permanente de un estilo de vida más saludable.

FECHAS: 2 al 30 de enero DÍAS: martes y jueves

TIME: 5:30 – 6:30 p.m.

EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratuita gracias a la financiación de Community Development Block Grant

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

50+ ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

NORTH SHORE PROGRAMA SENIOR

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

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: martes y jueves
HORA: 9 a.m. – 12 p.m. EDADES: 50 años y mayores
COSTO: Gratis



FORMA FÍSICA DESPUÉS DE 50

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

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: martes y jueves
HORA: 9 – 10 a.m. EDADES: 50 años y mayores
COSTO: Gratis



ARTES Y MÚSICA

ARTE DIGITAL

NUEVO

Los adolescentes tendrán la oportunidad de experimentar el arte digital a través de un taller en Adobe Photoshop, Adobe Illustrator y a través de sus propias habilidades creativas.

INSCRIPCIÓN: jueves y viernes del 16 al 24 de enero
HORA: 6 – 8 p.m.
GRADOS: Estudiantes en grados 9–12
COSTO: Gratis gracias a la financiación de la Anderson Children's Foundation



CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

CENTRO DE ADOLESCENTES

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

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: martes y jueves
HORA: 2:30 – 5:30 p.m. EDADES: 13 a 17 años de edad
COSTO: Gratis

DESPUÉS DE LA ESCUELA TRADICIONAL

Este programa ofrece un espacio seguro y divertido para que los niños se mantengan activos, obtengan ayuda con la tarea y sean sociales. Se proporciona una merienda saludable todos los días, y los estudiantes son supervisados por miembros del personal capacitados y profesionales.

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

DÍAS: de lunes a viernes
HORARIO: Despedida escolar hasta 5:30 p.m.
EDADES: 5 a 17 años de edad COSTO: Gratis*

* El programa mensual extracurricular de North Shore y la tarifa mensual del programa Verano en la Costa son de \$ 150. Debido a un subsidio del programa y / o fondos de subvención, la tarifa se ha reducido a \$ 0 por mes hasta que se agoten los fondos.



Encuentra la Creatividad!





EVENTOS DE LA COMUNIDAD

EGGSTRAVAGANZA

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

UBICACIÓN: Parque Comunitario de North Shore

FECHA: miércoles, 1 de abril HORA: 5:30 – 7:30 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

FERIA DE SALUD Y FITNESS

NUEVO

Únase a nosotros para un día lleno de actividad física e información. El Distrito de Recreación del Desierto está reuniendo organizaciones que brindan una variedad de servicios de salud y ejercicio a nuestro parque. Tendremos bocadillos saludables, bebidas, demostraciones de fitness y rifas.

UBICACIÓN: Parque Comunitario de North Shore

FECHA: sábado, 7 de marzo HORA: 10 a.m. – 1 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

TALLER DE ARTESANÍAS DE SAN VALENTÍN

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

FECHA: viernes, 7 de febrero

HORA: 5 – 7 p.m.

EDADES: 5 – 12 años de edad

COSTO: Gratis



DEPORTES

LIGA DE FÚTBOL JUVENIL DE NORTH SHORE

NUEVO

Esta es una forma divertida de presentarle a su hijo el divertido juego de fútbol. Los jugadores disfrutarán de prácticas semanales con juegos los sábados.

UBICACIÓN: Parque Comunitario de North Shore

INSCRIPCIÓN: 10 de marzo – 16 de mayo

DÍAS: martes, jueves, sábados

HORA: 6 – 8 p.m.

EDADES: 4 a 11 años de edad

COSTO: \$100 – Becas disponibles



SALUD Y ESTADO FISICO

CLASES DE COCINA Y FITNESS

NUEVO

Los jóvenes participarán en programas de cocina saludable y acondicionamiento físico en los que podrán aprender cocina saludable y alternativas saludables a algunos de sus alimentos favoritos. También participarán en una variedad de clases de acondicionamiento físico como Zumba, Kids Fitness, entrenamiento en circuito y más.

FECHAS: 6 al 29 de enero DÍAS: lunes y miércoles

HORA: 6 – 8 p.m. EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis gracias a la financiación de Community Development Block Grant

NOCHE DE FITNESS FAMILIAR EN NORTH SHORE

NUEVO

Únase a nosotros para una noche familiar llena de actividad física. Las familias disfrutarán de una variedad de ejercicios, cursos de obstáculos, entrenamiento en circuito y mucho más.

UBICACIÓN: Parque Comunitario de North Shore

FECHA: miércoles 11 de marzo HORA: 5:30 – 6:30 p.m.

EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratuita gracias a la financiación de Community Development Block Grant

NORTH SHORE TREKKERS

NUEVO

Inicie un estilo de vida más saludable al unirse a North Shore Trekkers, un programa de caminata comunitaria. El programa fomenta la caminata aeróbica para una buena salud al proporcionarle las habilidades, herramientas y recursos necesarios para planificar y rastrear los hábitos diarios de caminata y hacer que caminar sea una parte permanente de un estilo de vida más saludable.

FECHAS: 6 al 29 de enero DÍAS: lunes y miércoles

TIME: 5:30 – 6:30 p.m. EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratuita gracias a la financiación de Community Development Block Grant

ZUMBA

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

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: martes y jueves

HORA: 6 – 7 p.m. EDADES: 14 años y mayores

COSTO: \$30 por Mes

COSTO POR DÍA: \$5 por Persona, por Clase

ART & MUSIC

ESCENA DE ARTE

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

UBICACIÓN: Oasis Community

INSCRIPCIÓN: miércoles 8 de enero, 18 de marzo, 1 de abril

HORA: 5:30 – 7:30 p.m. EDADES: 6 – 12 años de edad

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



ARTE DIGITAL

Los adolescentes tendrán la oportunidad de experimentar el arte digital a través de un taller en Adobe Photoshop, Adobe Illustrator y a través de sus propias habilidades creativas. El espacio es limitado, ¡regístrese temprano!

UBICACIÓN: Oasis Community

INSCRIPCIÓN: viernes del 6 al 27 de marzo

HORA: 3 – 5 p.m. GRADOS: Estudiantes en grados 9–12

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



CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

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

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

UBICACIÓN: Oasis Community

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes y miércoles

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

EDADES: 5 – 17 años de edad (los niños deben haber completado Kindergarten para participar)

COSTO: Gratis



EVENTOS DE LA COMUNIDAD

DÍA DE LOS NIÑOS

Únase al Desert Recreation District para celebrar el Día del Niño con divertidos juegos y premios. Experimenta la alegría a través de actividades saludables e interactivas.

UBICACIÓN: Oasis Soccer Field

FECHA: miércoles 8 de abril

HORA: 3 – 6 p.m. EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis

EGGSTRAVAGANZA

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

UBICACIÓN: Mountain View Estates

FECHA: sábado 4 de abril HORA: 11 a.m. al 1 p.m.

EDADES: 3 – 12 años de edad COSTO: Gratis

OASIS RESOURCE FAIR

¡Atención Comunidad Oasis! Estamos reuniendo organizaciones en todo el Valle de Coachella que brindan una variedad de servicios a los miembros de la comunidad. Desde atención médica o cuidado de animales hasta programas de entrega de alimentos, estas organizaciones están aquí para ayudar. ¡Este evento gratuito se llevará a cabo en el Oasis Soccer Park con bocadillos, bebidas y un sorteo de premios! ¡Siéntase libre de traer familiares o amigos y disfrute el tiempo para conocer los recursos disponibles para usted!

UBICACIÓN: Oasis Soccer Field

FECHA: viernes 13 de marzo HORA: 3 – 6 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis



PELICULAS

Nos complace asociarnos con otros para poder ofrecerle películas durante todo el año. Por favor consulte la lista en nuestra página de web myrecreationdistrict.com/activities/movies. Para las películas actuales, títulos, ubicaciones, fechas y horarios. Una película está programada para el viernes 3 de abril en el Oasis Soccer Field a partir de las 7 p.m.

Palm Desert

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



ART & MUSIC

CORO DE LA COMUNIDAD DEL VALLE DE COACHELLA

¿Te gusta cantar? ¡Entonces el nuevo Coro comunitario de Coachella Valley es para ti! Este coro comunitario involucra a residentes de todo el gran valle de Coachella; sin pruebas y sin experiencia requerida. El coro es dirigido por Gary Ballou.

INSCRIPCIÓN: 4 de enero – 28 de marzo

DÍA: sábados **HORA:** 1 – 2 p.m.

EDADES: 13 años y más **COSTO:** \$80

GUIARRA

Principiantes te enseña lo básico que necesitas para comenzar a tocar la guitarra. Aprenda a leer tablas de acordes y tablaturas, y desarrolle habilidades como rasgueo, ritmo, selección de dedos y afinación. ¡Aprende a tocar canciones de inmediato!

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

INSCRIPCIÓN:

8 de enero – 5 de febrero, 19 de febrero – 18 de marzo,
1 al 29 de abril

DÍA: miércoles **EDADES:** 9 años y más

NIVELES Y HORARIOS:

Principiantes – 6 – 7 p.m.

Segundo nivel – 7 – 8 p.m.

COSTO: \$70 por sección

PIANO / TECLADO – PRINCIPIANTE

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

INSCRIPCIÓN:

7 al 28 de enero, 4 al 25 de febrero,
3 al 31 de marzo, 7 al 28 de abril

DÍA: martes **HORAS:** 4 – 5 p.m.

EDADES: 8 – 11 años de edad

COSTO: Verifique en el momento de la inscripción, ya que el precio varía según la duración de la sesión.

SET DE TAMBORES

Esta clase se enfoca en tocar música junto con tomarse el tiempo para aprender las dinámicas de las estructuras de las canciones y sintonizar el ritmo de la melodía, y se sentirá más como una lección privada individualizada. Es un máximo de 3 estudiantes, lo que le da a cada estudiante tiempo suficiente para aprender ritmos más complejos.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: lunes

HORA Y EDADES:

6 – 6:30 p.m., 5 – 12 años de edad

6:30 – 7 p.m., 13 – 49 años de edad (*Clase avanzada*)

COSTO: \$75 Por Mes

TAMBORES

¡Los tambores puede parecer un montón de ruido para algunos, pero es más que el sonido que se proyecta desde la batería! El tambor hace que uno se enfoque, se concentre y construya la coordinación. Nuestra clase de batería enseña a los participantes ritmos y ritmos básicos.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: lunes

HORA Y EDADES: 5 – 5:30 p.m., 5 – 7 años de edad

5:30 – 6 p.m., 8 – 12 años de edad

COSTO: \$65 Por Mes **COSTO POR DÍA:** \$15



Palm Desert

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



ARTES MARCIALES



LITTLE KICKS

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: 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: En curso

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

EDADES: 6 años y mayores

COSTO: \$50 Por Mes **CUOTA DIARIA:** \$15 por Clase

TAE KWON DO – AVANZADO

INSCRIPCIÓN: En curso

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

EDADES: 6 años y mayores **COSTO:** \$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: septiembre, octubre y noviembre

DÍA: sábado **HORA:** 9 – 9:45 a.m.

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

BALLET PARA PRINCIPIANTES

Los bailarines aprenderán los pasos básicos del ballet y las posiciones iniciales para bailar. Esta clase también está diseñada para mejorar la coordinación y el equilibrio de los niños al tiempo que introduce apreciación e interpretaciones musicales.

INSCRIPCIÓN: en curso **DÍA:** sábado

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

COSTO: \$36 Por Mes

CONJUNTO DE DANZA JUVENIL

Los jóvenes en este programa aprenderán los fundamentos del movimiento que consisten en la conciencia espacial, el estiramiento dinámico y estático, la creación de formas y viajar a través del piso. Aprenderán ballet, movimientos modernos y jazz fusión.

INSCRIPCIÓN: en curso **DÍA:** miércoles

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

COSTO: \$75 Por Mes

SALÓN DE BAILE: TALLER DE SALSA

¿No tienes tiempo para clases semanales, pero realmente quieres aprender los 2 bailes más populares de los socios, Swing y Salsa? Estas clases te darán una sólida instrucción en el baile latino más popular, la salsa y el swing clásico. Solteros y parejas son bienvenidos.

INSCRIPCIÓN: miércoles 5 de febrero

HORA: 7:15 – 8:45 p.m. **EDADES:** 18 años y más

COSTO: \$20

Palm Desert

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

SALÓN DE BAILE: TALLER DE COLUMPIOS

¡Aprende los conceptos básicos y los giros en este taller de baile fácil y divertido de 1,5 horas! Te dará una sólida instrucción en Swing clásico. Solteros y parejas son bienvenidos. Preinscripción sugerida. ¡Gran ejercicio también!

INSCRIPCIÓN: miércoles 15 de enero

HORA: 7:15 – 8:45 p.m. EDADES: 18 años y más

COSTO: \$20



CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

CAMPAMENTO DE PRIMAVERA

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

FECHAS: 13 al 17 de abril HORA: 7:30 a.m. – 6 p.m.

EDADES: 5 a 13 años de edad COSTO: \$110 Por semana

COSTO POR DÍA: \$25.00

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.

DÍAS: de lunes a jueves (puede excluir vacaciones)

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

EDADES: 5 a 13 años de edad

COSTO & FECHA:

\$165 mensuales para enero, febrero, marzo

\$123.75 para abril

COSTO POR DÍA: \$15



REAGAN INTRAMURAL SPORTS AFTER SCHOOL PROGRAM

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

UBICACIÓN: Ronald Reagan Escuela primaria

DÍAS: de lunes a jueves (puede excluir vacaciones)

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

GRADOS: Kindergarten a quinto

FECHA & COSTO: \$140 mensualmente para enero, febrero, marzo

\$105 Por abril

COSTO POR DÍA: \$15

TRANSPORTE TRADICIONAL DESPUÉS DE LA ESCUELA

Transporte conveniente por DSUSD para jóvenes de la Escuela Primaria Washington Charter al programa tradicional After School de Palm Desert Community Center.

Tenga en cuenta que este transporte solo está disponible desde esta escuela a este sitio del programa.

INSCRIPCIÓN: en curso durante el año escolar

DÍAS: lunes a viernes (puede excluir vacaciones)

HORA: Despedido Escolar EDADES: 5 – 11 años de edad

COSTO: \$20 por mes

VIERNES DE "CAMPO" DIVERSION REAGAN

Su hijo disfrutará de un viernes lleno de diversión con diferentes actividades planificadas semanalmente. Habrá artes y manualidades, deportes, juegos, baile, música y mucho más. Estamos comprometidos a proporcionar un ambiente divertido y seguro. ¡Pasa la tarde con amigos y participa en actividades divertidas!

UBICACIÓN: Ronald Reagan Escuela primaria

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

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

FECHA & COSTO: \$18.75 cada uno para enero y abril

\$25 mensuales para febrero y marzo

EDADES: 5 a 11 años de edad COSTO POR DÍA: \$15 45

Palm Desert

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

DEPORTES

BALONCESTO

LIGA DE BALONCESTO JUVENIL DE INVIERNO

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

FECHAS: 18 de febrero – 26 de marzo (sesión de 6 semanas)

DÍAS: martes y jueves

AÑOS DIVISIONES & HORARIOS:

División A (7 – 8 Años) – 5:20 – 6:00 p.m.

División B (9 – 10 Años) – 6:05 – 6:45 p.m.

División C (11 – 12 Años) – 7:05 – 7:50 p.m.

División D (13 – 14 Años) – 8:05 – 8:50 p.m.

COSTO: \$100 por jugador

LIGA DE BALONCESTO JUVENIL DE INVIERNO – DÍAS DE BORRADOR

División A (7 – 8 Años de edad) sábado,
18 de enero – 10 a.m. – 12 p.m.

División B (9 – 10 Años de edad): sábado,
18 de enero – 12 – 2 p.m.

División C (11 – 12 Años de edad) viernes,
17 de enero – 5 – 7 p.m.

División D (13 – 14 Años de edad): viernes,
17 enero – 7 – 9 p.m.

ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO

Únete a la “Zona de entrenamiento de baloncesto” y lleva tu juego al siguiente nivel. Nuestros instructores brindan comentarios constructivos que destacan sus puntos fuertes y las áreas de localización precisa que necesitan mejorar.

ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO: PRINCIPIANTES

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes **HORA:** 3:30 – 4:30 p.m.

EDADES: 7 – 9 años de edad

COSTO: \$40 Por Mes **COSTO DIARIO:** \$12 por Clase

ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO: INTERMEDIO

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes

HORA: 4:30 – 5:30 p.m.

EDADES: 10 – 13 años de edad

COSTO: \$40 Por Mes

COSTO DIARIO: \$12 por Clase

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: 17 de febrero – 6 de abril

DÍA: lunes **HORA:** 6 – 8 p.m.

EDADES: 13 años y más **COSTO:** \$20 por sesión

COSTO DIARIA: \$5

ULTIMATE FRISBEE – 2 DÍAS

INSCRIPCIÓN: 17 de febrero – 9 de abril

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

EDADES: 13 años y más

COSTO: \$40 por sesión **COSTO DIARIA:** \$5

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 Y HORARIOS: martes y jueves, 10 a.m. – 1 p.m.
lunes y miércoles, 1 – 4 p.m.

EDADES: 18 años y más

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

Palm Desert

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

TENIS DE MESA

Trae una paleta y prepárate para divertirti recreativamente y compitiendo. El tenis de mesa es una excelente manera de mejorar la coordinación ojo-mano, el enfoque y el estado físico general.

INSCRIPCIÓN: En curso

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

EDADES: 5 años y mayores

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



TENIS

LIGA DE TENIS

Ven y forma parte de nuestra nueva Liga de Tenis. Esta liga consistirá en torneos organizados de estilo de juego, round robin y días organizados de juego grupal. Cada participante recibirá (1) sesión de bateo por mes con el tenista profesional MJ Hernández. Comuníquese con el Centro Comunitario de Palm Desert al (760) 568-9697.

INSCRIPCIÓN: En curso **DÍA:** martes

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

COSTO: \$60 por mes

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: En curso **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: En curso

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

TORNEO DE TENIS JUVENIL

Distrito de Recreación del Desierto está organizando su segundo Torneo Anual de Tenis Juvenil para apoyar el tenis juvenil, y se ofrece a los niños en todo el Valle de Coachella para promover un estilo de vida activo y saludable y la oportunidad para que los niños participen en el deporte del Tenis. ¡Únete a la diversión e insíbete con tu equipo!

UBICACIÓN: Palm Desert Civic Center Park

INSCRIPCIÓN: sábado 25 de enero

(la inscripción es del 1 al 25 de enero)

HORA: 9 a.m. – 1 p.m. **GRADOS:** 3rd – 8th

COSTO: \$5 por jugador



Encuentra Deportividad!

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

DEPORTES

VOLEIBOL

VOLEIBOL – CHICAS AVANZADAS

Este programa avanzado ayuda a preparar a los participantes para el voleibol de la escuela secundaria. Los estudiantes aprenderán sobre el posicionamiento y el movimiento efectivo en la cancha.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: martes y jueves

HORA: 7 – 8 p.m. EDADES: 8 – 12 años de edad

COSTO: \$40 Por Mes

VOLEIBOL – CLÍNICAS DE VOLEIBOL COED – SEPTIEMBRE Y OCTUBRE

Esta clínica mixta es una excelente manera de mejorar su juego y / o aprender a servir, bloquear y trabajar junto con sus compañeros para ganar. Descubra sus fortalezas y debilidades en la cancha y aprenda cómo lograr su mejor nivel personal.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: martes y jueves

HORA: 8 – 9 p.m. EDADES: 8 – 16 años de edad

COSTO: \$40 Por Mes COSTO DIARIO: \$15 por día

DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

BALONCESTO ADAPTABLE

El baloncesto puede ayudarlo a mejorar su estado físico mientras trabaja en conjuntos de habilidades, como disparar y driblar en un entorno social compatible. Los padres o cuidadores son bienvenidos si el participante necesita ayuda.

INSCRIPCIÓN: 4 al 25 de marzo

DÍA: miércoles HORA: 11 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 18 años y más con necesidades especiales

COSTO: \$25



BOLA DE BOCCE ADAPTATIVA

Bocce es un juego de estrategia y habilidad similar en un entorno social y de apoyo. Aprende sobre las reglas y diviértete con amigos. Los padres o cuidadores son bienvenidos si el participante necesita ayuda.

INSCRIPCIÓN: 1 al 29 de abril

DÍA: miércoles

HORA: 11 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 18 años y más con necesidades especiales

COSTO: \$25

PICKLEBALL ADAPTATIVO

Pickleball es una gran oportunidad que se puede jugar en interiores o al aire libre según el clima: juega con nuevos amigos para una forma emocionante de mantenerte en forma.

INSCRIPCIÓN: 8 al 29 de enero DÍA: miércoles

HORA: 11 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 18 años y más con necesidades especiales

COSTO: \$25



Palm Desert

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

ADAPTATIVO TENIS DE MESA

Este programa 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.

INSCRIPCIÓN: 5 al 26 de febrero **DÍA:** miércoles

HORA: 11 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 18 años y más con necesidades especiales

COSTO: \$25

MISSION VETERAN PROGRAMA DE GUITARRA

Los veteranos de todos los ámbitos del servicio pueden llegar a aprender, involucrarse y desarrollar sistemas de apoyo que ayuden a manejar los desafíos relacionados con el servicio. Proporcionamos fundamentos en la teoría de la música, el ritmo, los patrones de rasgueo y las escalas.

INSCRIPCIÓN:

9 de enero – 27 de febrero

5 de marzo – 23 de abril

DÍA: jueves **HORA:** 5 – 7 p.m.

EDADES: Veteranos mayores de 18 años

COSTO: Gratis



EVENTOS DE LA COMUNIDAD

DARE TO PREPARE (AAA PROGRAMA DE CONDUCCIÓN PARA ADOLESCENTES)

En asociación con AAA Southern California Automobile Club, ofrecemos este taller de permiso previo para padres y adolescentes que brinda información que los adolescentes deben saber antes de tomar el volante. Regístrese en AAA.com/safety4teens antes del 27 de febrero de 2020 (se requiere reservación). Regístrese para este programa en www.AAA.com/safety4teens al menos dos días antes del evento (se requieren reservaciones). Para información llame al (714) 885-2312.

FECHA: sábado 29 de febrero

(inscríbete hasta el 27 de febrero)

HORA: 10 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 14 años y mayores

COSTO: Gratis



MESA DEL CHEF

Únase a nosotros mientras invitamos a chefs de todo el Valle de Coachella a compartir su especialidad. Los eventos se llevarán a cabo los jueves seleccionados en enero, febrero y marzo de 2020 gracias a una asociación entre el Distrito de Recreación del Desierto y la Biblioteca de Palm Desert. Consulte la sección Eventos de la comunidad de nuestro sitio web para obtener una lista actualizada de fechas y chefs de restaurantes destacados.

HORA: 2 – 3 p.m.

EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis

REGALO DE UN VESTIDO PARA PROM

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

FECHA: viernes, 20 de marzo

HORA: 2 al 8 p.m.

EDADES: High School Seniors

COSTO: Gratis

SONIDOS DEL DOMINGO

Únase a la Biblioteca de Palm Desert y al Distrito de Recreación del Desierto mientras le traemos diferentes artistas con nuevos sonidos del Valle de Coachella. El evento se lleva a cabo en nuestro Centro Comunitario de Palm Desert en 43-900 San Pablo Avenue, Palm Desert.

Fechas: seleccione los domingos en enero, febrero y marzo de 2020; consulte la sección Eventos de la comunidad de nuestro sitio web para conocer las fechas exactas y los artistas.

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

COSTO: Gratis



GOLF



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

Palm Desert

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



PROGRAMA AL AIRE LIBRE

CAMINATA – EL AMOR ESTÁ EN EL AIRE

Amor está en el aire y en los senderos. Aprenda sobre la vida amorosa de la flora y la fauna del desierto, y disfrute de una caminata matutina en las románticas montañas de Santa Rosa. ¡Ven en pareja o solo! Se proporcionarán tarjetas de San Valentín especiales para regalar a un ser querido o un nuevo amigo que conozcas en el camino.

Se requieren reservaciones:

visite www.desertmountains.org/calendar.

UBICACIÓN: Monumento Nacional Santa Rosa y San Jacinto

FECHA: viernes 14 de febrero

HORA: 10 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 18 años y más

COSTO: Gratis

AVENTURAS NOCTURNAS EN EL DESIERTO

¡Descubre el desierto al anochecer! Realizaremos un breve paseo por el sendero Art Smith en busca de las criaturas nocturnas que habitan nuestro desierto. Este es un evento familiar. Los menores deben estar acompañados por un padre o tutor. Lleve agua y use zapatos cerrados.

UBICACIÓN: Monumento Nacional Santa Rosa y San Jacinto

FECHA: sábado 25 de abril

HORA: 8:15 – 9:30 p.m.

EDADES: todas las edades

COSTO: Gratis

CAMINATAS DEL JUEVES POR LA MAÑANA

Durante estas caminatas, verá excelentes vistas del Valle de Coachella y observará las únicas plantas y animales del desierto. Ofrecemos caminatas por el sendero Randall Henderson y el sendero Art Smith. La distancia es de 2 a 4 millas ida y vuelta. ¡Lo sentimos, no se admiten perros! Trae bocadillos y 2 litros de agua por persona. Use zapatos cerrados, sombrero y protector solar. Los menores deben estar acompañados por un padre o tutor.

UBICACIÓN: Monumento Nacional Santa Rosa y San Jacinto

DÍA: jueves

FECHAS: 9 de enero – 26 de marzo

HORA: 8:45 – 11:15 a.m.

EDADES: 18 años y más **COSTO:** Gratis

50



PROGRAMAS DE NIÑOS PEQUEÑOS

PARENT N' ME PLAY TIME

¡Tú y tu pequeño amarán esta clase! Los niños pequeños tienen la oportunidad de divertirse aprendiendo habilidades como bailar, dibujar, cantar y actuar.

INSCRIPCIÓN: En curso **DÍA:** viernes

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

COSTO: \$40 Por Mes (los meses de vacaciones pueden tener menos fechas y costos más bajos)

COSTO DIARIO: \$ 15



TINY TOTS

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

INSCRIPCIÓN: En curso **EDADES:** 3 – 5 años de edad

DÍAS: lunes, miércoles, viernes **HORA:** 9 a.m. – 12 p.m.

COSTO: \$180 Por Mes (los meses de vacaciones pueden tener menos fechas y costos más bajos)

DÍAS: martes y jueves

HORA: 9 a.m. – 12 p.m.

COSTO: \$130 Por Mes (los meses de vacaciones pueden tener menos fechas y costos más bajos)



SALUD Y ESTADO FISICO

ENTRENAMIENTO PERSONAL (SESIONES DE UNA HORA)

INDIVIDUOS

Para aquellos que necesitan un poco de empuje adicional, o simplemente quieren mezclar la rutina, ¡un entrenador personal podría ser una gran adición a su plan de acondicionamiento físico! ¿Nuevo en el gimnasio? Un entrenador personal puede enseñarle la forma correcta de usar el equipo y aprovechar al máximo su tiempo de entrenamiento. Todos los entrenadores están certificados por una organización acreditada.

COSTO: 1 sesión \$50

Paquete de 5 sesiones \$200

Paquete de 10 sesiones \$360

PAREJAS

¡También ofrecemos entrenamiento personal para parejas! Por favor, pregunte en la recepción para tarifas para parejas.

ENTRENAMIENTO A INTERVALOS PARA ADULTOS ACTIVOS

Esta clase de entrenamiento de intervalos modificados utilizará todos los grupos musculares principales junto con el trabajo abdominal / central y cardio. Además, trabajaremos en entrenamiento de fuerza, equilibrio y resistencia. Todos los niveles son bienvenidos.

INSCRIPCIÓN: en curso **DÍA:** jueves

HORA: 9 – 10 a.m. **EDADES:** 18 años y mayores

COSTO: \$36 Por mes **COSTO POR DÍA:** \$10

HULA PARA FITNESS Y DIVERSIÓN

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

INSCRIPCIÓN: 3 de febrero – 23 de marzo

DÍA: lunes

HORA: 6 – 8:30 p.m.

EDADES: 18 años y mayores

COSTO: \$75 por Sesión **COSTO POR DÍA:** \$14

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 y mayores

COSTO: \$40 Por Mes

COSTO POR DÍA: \$12

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 y mayores

COSTO: \$55 por Mes

CUOTA DIARIA: \$8 por Clase



Palm Desert

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

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 y mayores

COSTO: \$35 Por Mes

CUOTA DIARIA: \$7 por Clase



SNOWBIRD FITNESS

Este ejercicio de cuerpo completo utilizará todos los grupos musculares principales junto con el trabajo abdominal/central y el descanso activo. Trabaja en fuerza, resistencia y equilibrio mientras disfrutas de un entrenamiento matutino al aire libre.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes

HORA: 9 – 10 a.m.

EDADES: 18 años y mayores

COSTO: \$36 Por Mes

TAI CHI – PRINCIPIANTES

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves

HORA: 9:30 – 10:15 a.m.

EDADES: 18 años y mayores

COSTO: \$39 Por Mes

COSTO DIARIA: \$12 por Clase



Palm Desert

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

K9 NOSE WORK-BASIC- TALLER DE INTRODUCCIÓN AL TRABAJO AROMÁTICO

Esta serie para principiantes (básicos) se enfoca en enseñarle cómo alentar y desarrollar las habilidades de aroma natural de su perro. Utilizamos su deseo de cazar y su amor por la comida y los juguetes.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍA: los martes HORA: 10:30 a.m. – 12 p.m. EDADES: 18 años y más

COSTO: \$125 por Mes

K9 SCENT WORK INTERMEDIATE – INTRODUCCIÓN AL OLOR (COMIDA Y OLOR)

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

INSCRIPCIÓN: En curso DÍA: los martes HORA: 12 – 1:30 p.m.

EDADES: 18 años y más COSTO: \$125 por Mes



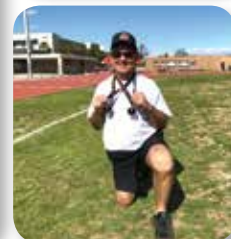
20th ANNUAL

PALM DESERT SENIOR GAMES & INTERNATIONAL SPORTS FESTIVAL

SE LLEVARÁ A CABO

4 al 9 de febrero de 2020

EL REGISTRO ESTÁ ABIERTO
HASTA MEDIADOS DE ENERO



EVENTOS DE EQUIPO

- VOLEIBOL
- FÚTBOL



COMPETENCIA INDIVIDUAL

- MESA DE TENNIS
- GOLF DE 9 HOYOS
- ATLETISMO
- CARRERA A PIE
- PICKLEBALL



Portola Community Center

Nota: todas las actividades se llevan a cabo en el **Centro Comunitario de Portola** a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad que siguen.

Para obtener más información sobre cualquiera de las actividades que se enumeran a continuación, llame al (760) 568-2560.

CHILDREN'S PLAYTIME PRODUCTION

Children's Playtime Productions (CPP) está comprometido con el desarrollo y crecimiento saludable de los niños en nuestras comunidades, ya que reconocemos que la exposición a un currículo de arte puede desempeñar un papel importante en el desarrollo de la creatividad, la autoexpresión y la autoestima de un niño. Esta capacitación teatral educativa para jóvenes también puede complementar el aprendizaje en ciencias sociales, literatura, inglés, lectura e historia, entre otras áreas. Regístrese en persona el día del programa.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍA: todos los lunes

HORA: 3:45 – 5:45 p.m.

EDADES: 5 – 15 años de edad

COSTO: Comuníquese con Children's Playtime Productions al (760) 303-1990 para obtener información sobre tarifas.

COACHELLA VALLEY ARCHAEOLOGICAL SOCIETY

La Sociedad Arqueológica del Valle de Coachella (CVAS) es un grupo de personas con una pasión por preservar la historia arqueológica y etnográfica del Valle.

INSCRIPCIÓN: 10 de enero – 11 de diciembre de 2020

DÍA: Segundo viernes del mes

HORA: 6 – 8 p.m.

EDADES: 16 años y más

COSTO: Gratis

COACHELLA VALLEY DESERT CAMERA CLUB

El objetivo del Coachella Valley Desert Camera Club es el disfrute, el dominio y el fomento de la fotografía a través de la cooperación, el esfuerzo y el buen compañerismo.

INSCRIPCIÓN: 28 de enero – 22 de diciembre de 2020

DÍA: Cuarto martes de cada mes

HORA: 6 – 8:15 p.m.

EDADES: 16 años y más

COSTO: Gratis

DESERT ROSE SOCIETY

La Desert Rose Society ofrece educación, demostraciones y recursos, y ayuda a promover la conservación y apreciación de las rosas.



INSCRIPCIÓN: 14 de enero – 10 de noviembre de 2020

DÍA: Segundo martes del mes

HORA: 5:30 – 7:30 p.m.

EDADES: 16 años y más

COSTO: Gratis

DUPLICATE BRIDGE

Ven a jugar esta variación de bridge, el único requisito es que traigas un compañero.

INSCRIPCIÓN: 7 de enero – 29 de diciembre de 2020

DÍAS: martes y viernes

HORA: 12 – 3:30 p.m.

EDADES: 16 años y más

COSTO: Gratis

**Comparta su mensaje a más de 165,000
Hogares del Valle de Coachella!**

Nuestras Guías de Actividades de temporada son una excelente manera de correr la voz acerca de su negocio u ofrecer una promoción —

**Contacta a Anthony en
(760) 347-3484 para detalles de publicidad y tarifas.**

Portola Community Center

Nota: todas las actividades se llevan a cabo en el **Centro Comunitario de Portola** a menos que se indique lo contrario en los detalles de la actividad que siguen.

Para obtener más información sobre cualquiera de las actividades que se enumeran a continuación, llame al (760) 568-2560.

EZEKIEL'S GIFT OF LOVE DOWN SYNDROME SUPPORT GROUP

La fundación del síndrome de Down del regalo de amor de Coachella Valley Ezekiel's está aquí para brindar apoyo, educación e infundir esperanza a las personas con síndrome de Down, sus familias y nuestra comunidad.

INSCRIPCIÓN: 6 de enero – 7 de diciembre de 2020

DÍA: Primeros lunes del mes

HORA: 6:15 – 8 p.m.

EDADES: 16 años y más

COSTO: Gratis

GRUPO DE APOYO DE LA FUNDACIÓN JUSTA PARA ENFERMEDADES HEPATICAS

El Grupo de Apoyo para Enfermedades Hepáticas de la Fundación Justa brinda apoyo educativo y emocional a los pacientes con trasplante de hígado y a sus cuidadores. El grupo también brinda estos servicios a aquellos que tienen enfermedad hepática pero que no necesitan un trasplante.

INSCRIPCIÓN: 14 de enero – 8 de diciembre de 2020

DÍA: segundo martes de cada mes

HORA: 4 – 5:30 p.m.

EDADES: 16 años y más

COSTO: Gratis

HOT TOPICS

Este es un foro abierto para la discusión de todos los intereses actuales.

INSCRIPCIÓN: 8 de enero – 23 de diciembre de 2020

Día: Cada miércoles **HORA:** 12:30 – 3:30 p.m.

EDADES: 16 años y más **COSTO:** Gratis

THE COMPASSIONATE FRIENDS

The Compassionate Friends es un grupo de apoyo para padres y abuelos que han perdido un hijo o un nieto para ayudarles a aprender cómo manejar su dolor por su pérdida.

INSCRIPCIÓN: 13 de enero – 9 de noviembre de 2020

DÍA: segundo lunes del mes

HORA: 6:30 – 8:15 p.m.

EDADES: 16 años y más

COSTO: Gratis

THE MAGIC CLUB

Palm Springs Magic Club es el anillo local de IBM 291 y SAM ensamble 301, un Magic Club para el Valle de Coachella que lleva el nombre de Marvyn Roy "Mr. Electric". Tenemos dos reuniones al mes, la primera (reuniones) y la tercera (talleres) los martes del mes.

INSCRIPCIÓN: 7 de enero – 17 de noviembre de 2020

DÍA: Primer y tercer martes del mes

HORA: 6 – 8:15 p.m.

EDADES: 16 años y más

COSTO: Gratis

TOASTMASTERS

Toastmasters es una organización educativa que enseña hablar en público y habilidades de liderazgo.

INSCRIPCIÓN: 8 de enero – 23 de diciembre de 2020

DÍA: Cada miércoles

HORA: 6 – 8:15 p.m.

EDADES: 16 años y más

COSTO: Gratis

VASA DESERT VIKING

Vasa Desert Viking es una organización escandinava con énfasis en eventos culturales, educativos y de patrimonio.

INSCRIPCIÓN: 6 de febrero – 3 de diciembre de 2020

Día: Primer jueves del mes

HORA: 6 – 8:15 p.m.

EDADES: 16 años y más

COSTO: Gratis



Rancho Mirage



SPEAKER SERIES – LEGENDS OF SPORTS

DAY: Tuesdays

DATES: January 21, Danica Patrick

February 18, Joe Montana

March 17, Chris Evert

LOCATION: Helene Galen Auditorium @ Eisenhower Medical Center

To Purchase Tickets, go to www.RMSpeakerSeries.com, visit the Rancho Mirage Library or call (800) 595-4849.



LIMONCARR DESERT THEATRICALS IN PARTNERSHIP WITH THE CITY OF RANCHO MIRAGE PRESENT:

Cole Porter's Anything Goes on Friday, February 21 and Saturday, February 22

David Burnham Mostly Broadway on Saturday, March 28

Mamma Mia on Friday, April 17 and Saturday, April 18

LOCATION: Rancho Mirage Amphitheater

To Purchase Tickets, go to www.desert-theatricals.com, or visit the Rancho Mirage Library.



RANCHO MIRAGE WINE & FOOD FESTIVAL

DATES: Friday, February 28 and Saturday, February 29

LOCATION: Rancho Mirage Community Park and Amphitheater

To Purchase Tickets, go to www.RanchoMirageWineandFoodFestival.com



MUSIC IN THE PARK (FREE EVENTS)

DAY: Saturdays

DATES:

March 7 – Country Music, Rodney Atkins

March 14 – Jazz Music, Roberta Gambarini

March 21 – Classic Albums Live, Fleetwood Mac Rumors

LOCATION: Rancho Mirage Amphitheater

For more information go to www.rancho Mirageca.gov

ANA INSPIRATION

The ANA Inspiration is the LPGA's first Major of the year and is hosted at Mission Hills Country Club in Rancho Mirage, California.



DATES: Thursday April 2 – Sunday April 5

LOCATION: Mission Hills Country Club

For more information go to www.ANAINspiration.com



RANCHO MIRAGE LIBRARY AND OBSERVATORY PROGRAMS, ALL PROGRAMS ARE FREE

To see details and more program offerings, visit the www.rancho MirageLibrary.org

STORYTIMES

- Tiny Tot Tales (Ages 1 to 3) – Tuesdays at 10 a.m. and 11 a.m., Wednesdays at 10 a.m.
- Preschool Stories and Me (Ages 3 to 5) – Thursdays at 10 a.m.

FAMILY NIGHTS

Fun programming for the whole family featuring a different theme each month

- Wednesday, January 8, 5:30 – 7 p.m.
- Wednesday, February 5, 5:30 – 7 p.m.
- Wednesday, March 4, 5:30 – 7 p.m.

Rancho Mirage

LEGO CLUB

Build with us! Each month has a theme. Creations will be displayed until the following month. For kids ages five and up.

- Wednesday, January 22, 5 – 6 p.m.
- Wednesday, February 26, 5 – 6 p.m.
- Wednesday, March 25, 5 – 6 p.m.

DESIGN IT, MAKE IT!

A monthly program that sparks creativity and imagination with STEAM/STEM projects. For kids ages five and up.

- Friday, January 17, 4 – 5 p.m.
- Friday, January 21, 4 – 5 p.m.
- Friday, March 20, 4 – 5 p.m.

RANCHO MIRAGE WRITERS FESTIVAL WRITERS SERIES – FREE TO THE PUBLIC AT RANCHO MIRAGE PUBLIC LIBRARY AND OBSERVATORY



Richard Zoglin on his new book *Elvis in Vegas* – Thursday, January 9, 2 p.m.

Author Richard Zoglin is a contributing editor for TIME magazine, where he has spent more than 30 years as an editor, writer and most recently as the magazine's theater critic.

Dr. Michael Greger presents *How Not to Die: The Role of Diet in Preventing, Arresting, and Reversing Our Top 15 Killers* – Friday, January 10, 2 p.m.

Dr. Greger has scoured the world's scholarly literature on clinical nutrition and developed this new presentation based on the latest in cutting-edge research exploring the role diet may play in preventing, arresting, and even reversing our leading causes of death and disability.

Alexandra Fuller on her new book *Travel Light, Move Fast* – Thursday, February 6, 2 p.m.
*Alexandra Fuller was born in England in 1969. In 1972, she moved with her family to a farm in southern Africa. She lived in Africa until her mid-twenties. In 1994, she moved to Wyoming. She is the author of several memoirs, including *Leaving Before the Rains Come*, *Cocktail Hour Under the Tree of Forgetfulness*, and *Don't Let's Go to the Dogs Tonight*.*

RANCHO MIRAGE CULTURAL COMMISSION

The 7th Annual Rancho Mirage Artists Studio Tour and Pop-up Gallery – Saturday, February 29 • 10 a.m. – 4 p.m.
The Seventh Annual Rancho Mirage Artists Studio Tour is a free self-guided tour that provides the unique opportunity to meet our City's artists in their own environment, seeing how they live and work. The Rancho Mirage Library and Observatory will feature a pop-up gallery where additional artists will have their work on display. The tour begins with registration at the Library where participants will receive a map and a pass before heading out for a day of discovery.

LP AND THE VINYL: CELEBRATING BLACK HISTORY THROUGH JAZZ – WEDNESDAY, FEBRUARY 19 @ 7 P.M. AT RANCHO MIRAGE LIBRARY AND OBSERVATORY

LP and the Vinyl sends pop and R&B favorites through a kaleidoscope of jazz, providing the best of both worlds: familiar songs dear to the heart, freshly intensified with beautifully mastered improvisation. Vocalist Leonard Patton draws upon his rich background in jazz and gospel to energize the virtuosic interplay of pianist Danny Green, bassist Justin Grinnell, and drummer Julien Cantelm. In this special concert, the band will play tribute to Black History Month with a performance featuring music by Stevie Wonder, Quincy Jones, Sam Cooke, Louis Armstrong, and Bobby Timmons.

DESERT RECREATION DISTRICT ACTIVITIES IN RANCHO MIRAGE: ACTIVE ADULT FITNESS

This class will consist of cardio, core/abdominal work, and strengthening of all major muscle groups. You will leave this class feeling rejuvenated, reinvigorated, and strong!

LOCATION: Rancho Mirage Amphitheater, 71560 San Jacinto Dr.
ENROLLMENT: Ongoing **DAYS:** Thursdays
TIME: 2 – 3 p.m. **AGES:** 18 Years Old and Over **FEE:** Free

CHAIR FITNESS

Chair fitness places focus on body posture and balance while in a seated or supported standing position. Chair fitness can improve flexibility, strengthen body awareness, and helps you focus on meditation and relaxation.

LOCATION: Rancho Mirage Amphitheater, 71560 San Jacinto Dr.
ENROLLMENT: Ongoing **DAYS:** Tuesdays
TIME: 11 a.m. – 12 p.m. **AGES:** 18 Years Old and Over
FEE: Free

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

50+ ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

THERMAL SENIOR PROGRAMA

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

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: De lunes a jueves
HORA: 9 a.m. – 1 p.m. EDADES: 50 años y mayores
COSTO: Gratis

FORMA FÍSICA DESPUÉS DE 50

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

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: martes y jueves
HORA: 9 – 10 a.m. EDADES: 50 años y mayores
COSTO: Gratis

THERMAL SENIOR SOCIAL

Personas de la tercera edad, únase a nosotros para artes creativas, karaoke, actividades, refrescos y más.

FECHA: viernes 10 de enero
HORA: 5 – 7 p.m.
EDADES: 50 años y mayores COSTO: Gratis



ARTES Y MÚSICA

ESCENA DE ARTE

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

INSCRIPCIÓN: 22 de enero, 26 de febrero,
25 de marzo, 22 de abril

DÍA: miércoles
HORA: 5:30 – 7:30 p.m.
EDADES: 6 – 12 años de edad
COSTO: Gratis gracias a la financiación
de la Anderson Children's Foundation.



ARTE DIGITAL

NUEVO

Los adolescentes tendrán la oportunidad de experimentar el arte digital a través de un taller en Adobe Photoshop, Adobe Illustrator y a través de sus propias habilidades creativas. El espacio es limitado, ¡regístrese temprano!

INSCRIPCIÓN: jueves y viernes del 20 al 28 de febrero
HORA: 3 – 5 p.m.
GRADOS: Estudiantes en grados 9–12
COSTO: Gratis gracias a la financiación
de la Anderson Children's Foundation.



CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

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

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

INSCRIPCIÓN: En curso
DÍAS: De lunes a jueves
HORA: Salida de la escuela a las 6 p.m. (lunes, martes, jueves)
Salida de la escuela a las 5:30 p.m. (miércoles)
EDADES: 5 – 17 años de edad (Los niños deben haber
completado Kindergarten para participar)
COSTO: Gratis

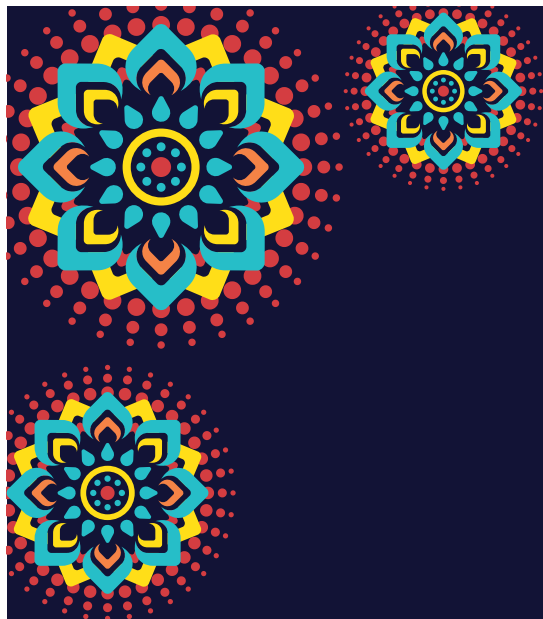


EVENTOS DE LA COMUNIDAD

TALLER DE ARTESANÍAS DE SAN VALENTÍN

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

FECHA: jueves, 6 de febrero
HORA: 3 al 5 p.m.
EDADES: 5 – 12 años de edad
COSTO: Gratis



NAMASTE INDIA FESTIVAL

A DAY FULL OF FOOD, YOGA, MUSIC AND DANCE
FREE ADMISSION AND PARKING | ACTIVITIES FOR KIDS

SATURDAY, MARCH 28, 2020 | 3-7 PM
LA QUINTA COMMUNITY PARK
77865 AVENIDA MONTEZUMA

IMMERSE YOURSELF IN THE INDIAN CULTURE AND HERITAGE
BRING YOUR YOGA MATS, LOUNGE CHAIRS AND APPETITE
FOR MORE INFORMATION EMAIL: NAMASTEINDIALAQUINTA@GMAIL.COM

La Quinta
— CALIFORNIA —



¡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!*

Thousand Palms

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

50+ ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

ZUMBA GOLD

NUEVO

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: martes y viernes

HORA: 9 – 10 a.m.

EDADES: Adultos activos mayores de 15 años

COSTO: \$40 por Mes COSTO POR DÍA: \$5 por clase



BAILE

FOLKLORICO (BALLET FOLKLORICO)

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

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: martes HORA: 5 – 7 p.m.

EDADES: 3 años y más COSTO: \$45 Por Mes



CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

CAMPAMENTO DE PRIMAVERA

NUEVO

Disfruta de las vacaciones escolares en este emocionante programa. Las actividades seguramente interesarán tanto a los campistas nuevos como a los que regresan, y todas las actividades se llevan a cabo bajo la atenta mirada de nuestro personal del campamento.

FECHAS DE LA SESIÓN:

Semana uno, del 6 al 10 de abril

Semana dos, 13–17 de abril

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

EDADES: 5 – 14 años de edad COSTO: \$110 por semana

COSTO POR DÍA: \$25



DEPORTES

DÍA DE REGISTRO DE LA LIGA DEPORTIVA – THOUSAND PALMS

¿Interesado en inscribir a su hijo en las Ligas Deportivas Juveniles de Thousand Palms? Venga a este evento celebrado en el Centro Comunitario Thousand Palms y complete los paquetes de inscripción y el pago de Tee Ball y / o Fútbol para la temporada Primavera 2020. Información voluntaria de la liga también disponible. Sea un entrenador voluntario para nuestras ligas deportivas completando la solicitud en este evento. Los entrenadores en jefe reciben un reembolso del 50% de la inscripción de sus hijos al final de la temporada.

FECHA: jueves 16 de enero HORA: 4 – 6:30 p.m.

THOUSAND PALMS JUVENTUD FUTBOL LEAGUE PRIMAVERA 2020

Nos complace ofrecer una liga recreativa de fútbol juvenil como parte de los programas recreativos del distrito donde se enfatiza la diversión. La temporada comienza con dos o tres prácticas, seguidas de un juego por semana. Ver sitio web para más detalles.

UBICACIÓN: Parque Comunitario de Thousand Palms

DÍAS/FECHAS: miércoles y jueves del 19 de febrero al 30 de abril

HORA: Comienza a las 6 p.m.*

EDADES: 4 – 11 años de edad* COSTO: \$100

* los niños se dividirán en grupos por edad, en cuyo momento se determinarán las horas de inicio por grupo

THOUSAND PALMS TEE BALL LEAGUE PRIMAVERA 2020

Nos complace ofrecer una liga recreativa de Tee Ball para jóvenes de 4 a 8 años. Este programa es parte de los programas recreativos del Distrito donde se enfatiza la diversión. La temporada comienza con dos o tres prácticas, seguidas de un juego por semana. Ver sitio web para más detalles.

UBICACIÓN: Parque Comunitario de Thousand Palms

DÍAS/FECHAS: lunes y martes del 17 de febrero al 28 de abril

HORA: Comienza a las 6 p.m.* EDADES: 4 – 8 años de edad*

COSTO: \$100

* los niños se dividirán en grupos por edad, en cuyo momento se determinarán las horas de inicio por grupo



Thousand Palms

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



DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

ADAPTIVE MEET & GREET

NUEVO

Únase a nosotros en el Centro Comunitario Thousand Palms para conocer los programas de adaptación disponibles que se ofrecen a personas con necesidades especiales. Conozca a los instructores adaptativos y participe en clases mini-adaptativas.

FECHA: 27 de marzo DÍAS: viernes

HORA: 4 – 6:30 p.m. EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis



EVENTOS DE LA COMUNIDAD

DÍA DEL NIÑO

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

FECHA: sábado 25 de abril HORA: 12 – 2 p.m.

EGGSTRAVAGANZA

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

UBICACIÓN: Parque Comunitario de Thousand Palms

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

EDADES: 12 años y más joven COSTO: Gratis

FIND FOOD BANK DISTRIBUTION

NUEVO

No se requiere papeleo para recibir alimentos en ninguno de nuestros eventos de distribución de alimentos. Nos asociamos con otros en el Valle de Coachella para brindarles estos eventos: toda la comida se distribuye por orden de llegada. Por favor traiga una bolsa para llevar su comida.

FECHAS: 9 de enero, 13 de febrero, 12 de marzo, 9 de abril

DÍA: jueves HORA: 5:30 – 6:30 p.m.

Encuentra Comunidad!

PLAY AND PJ'S

NUEVO

¡Traiga a los niños al Centro Comunitario de Thousand Palms para divertirse con juegos, bocadillos, golosinas, manualidades y una película mientras están en pijama! ¡Además, mini tipis para jugar con los mejores amigos de tu hijo!

FECHA: viernes, April 24 HORA: 6:30 – 8:30 p.m.

EDADES: 5 – 11 años de edad COSTO: \$15

REUNIÓN DEL CONSEJO COMUNITARIO DE THOUSAND PALMS

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

UBICACIÓN: Centro Comunitario Thousand Palms

DÍAS: jueves HORA: 6 p.m.

FECHAS: 30 de enero y 26 de marzo



PELICULAS

Nos complace asociarnos con otros para poder traer sus películas en fechas seleccionadas. Consulte los listados en nuestro sitio web en myrecreationdistrict.com/activities/movies para los títulos de películas, ubicaciones, fechas exactas y horas más actualizadas. Tenga en cuenta que las películas se pueden mover al interior durante el mal tiempo.



PROGRAMAS DE NIÑOS PEQUEÑOS

PARENT AND ME

NUEVO

Únase a su pequeño con este tiempo divertido y creativo en el Centro Comunitario Thousand Palms.

INSCRIPCIÓN: febrero, marzo y abril DÍAS: lunes

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

COSTO: \$40 por Mes



SALUD Y ESTADO FISICO

ZUMBA

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

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: lunes, miércoles, jueves

HORA: 7 – 8 p.m. EDADES: 16 años y mayores

COSTO: \$35 por Mes CUOTA DIARIA: \$5

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

LA QUINTA COMMUNITY FITNESS CENTER & PARK

77–865 Avenida Montezuma, La Quinta

WOLFF WATERS LICENSED PRESCHOOL

47–795 Dune Palms Road, 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

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 Hovely 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

Financial Assistance



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 una de 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



ÚNASE A NOSOTROS EN NUESTRO 10th ANUAL

TORNEO DE GOLF

lunes 30 de marzo de 2020

Desert Horizons Country Club



Presentado por

LOMA LINDA UNIVERSITY

CHILDREN'S HEALTH — INDIO



*Patrocinador del
curso anfitrión*



Patrocinador de medios



45-305 Oasis Street
Indio, CA 92201

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



Descargue los formularios de inscripción en TheFirstTeeCoachellaValley.org

Para obtener más información, llame al: (760) 779-1877

- Cócteles sin anfitrión y subasta silenciosa a las 5 p.m.
- Cena buffet y subasta en vivo a las 5:45 p.m.
- Premios del torneo a las 7 p.m

Beneficiando a los jóvenes y los programas de The First Tee of the Coachella Valley