Guía de Actividades 4 Programas





¡Bienvenido a LA GUÍA DE ACTIVIDADES Y PROGRAMAS DE OTOÑO DE 2022 DE DESERT RECREATION DISTRICT!

s posible que aún haga calor ahora, pero a medida que llegue el otoño, comenzaremos a pasar de los cálidos meses de verano a un clima más fresco, y eso significa más actividades y eventos al aire libre, pero también ofrecemos mucho para hacer en el interior.

A medida que los niños regresan a la escuela, es posible que tenga un poco más de tiempo libre. ¿Por qué no comenzar esa rutina de ejercicios que ha querido comenzar? Si le gustan las actividades al aire libre, eche un vistazo a nuestra sección Al aire libre: tenemos escalada en roca, ciclismo de montaña, senderismo, o qué tal explorar las cuevas marinas cerca de La Jolla con nuestra aventura Paddle the Coast. Consulte la página diez para obtener todos los detalles. También ofrecemos Ultimate Frisbee y Pickleball para todos los niveles de jugadores, junto con muchas otras actividades al aire libre para aquellos que no se cansan de la vida al aire libre.

Si estar adentro es más su estilo, puede mantenerse en forma y mantener bajos los niveles de estrés haciendo ejercicio en cualquiera de nuestras instalaciones de fitness en Indio, La Quinta, North Shore y Palm Desert. Todo lo que necesita es un pase GET FIT para ingresar a cualquiera de estos cuatro lugares de acondicionamiento físico. También tenemos una variedad de clases de salud y acondicionamiento físico: yoga, salsa aeróbica, tai chi y actividades de estilo boot-camp.

Los niños también necesitan relajarse de todas las lecciones del salón de clases y la tarea de la semana. ¿Por qué no hacer que hagan algo divertido mientras se mantienen activos y gastan algo de esa energía juvenil? tenemos una variedad de deportes para jóvenes (baloncesto, fútbol, voleibol), así como lecciones y programas de arte y música, clases de baile, artes marciales y más.

Para un evento único en su tipo, marque sus calendarios para el sábado 8 de octubre para nuestra RECAUDACIÓN DE FONDOS CHASE THE ACE MOTORCYCLE POKER RUN. Este evento es organizado por nuestra Fundación, que ayuda a garantizar el acceso a parques y recreación para TODOS a través de una serie de medios, incluido nuestro programa de asistencia financiera y la asistencia con la compra de equipos de adaptación para nuestros participantes con necesidades especiales o discapacidades. Para obtener más información sobre este evento o registrarse, consulte la página opuesta.

Los festivales y carnavales están presentes en esta época del año y ofrecen diversión para toda la familia. Disfrácese para nuestros eventos de Halloween, que puede encontrar en varias comunidades o asista a la serie de conciertos de octubre en el hermoso anfiteatro del parque del centro cívico de Palm Desert. Luego, a medida que se acercan las vacaciones de invierno, tenemos Desayuno con Santa, Línea directa de Santa, Candy Cane Lanes y otras formas de divertirse durante las fiestas, así que tómese un tiempo para leer esta guía para ver la amplia variedad de programación y ubicaciones que ofrecemos.

A medida que continuamos expandiendo nuestros parques, centros comunitarios e instalaciones, compartiremos las noticias en estas guías, en las redes sociales y a través de nuestro boletín Desert Rec Express. Si aún no se ha suscrito a nuestro boletín, puede hacerlo. hoy en la página de inicio de nuestro sitio web en MyRecreationDistrict.com

¡En nombre de todo nuestro equipo, esperamos verlo pronto en un evento de DRD cerca de usted!

Saludos.

Kévin Kalman, Gerente general

Tabla de Contenido

Eventos adaptativos	5
Eventos festivos	6–9
Aventura al aire libre	10–11
Bermuda Dunes	12–13
Cathedral City	14
Coachella	15–18
Golf	53
Indian Wells	19
Indio	20–32
Indio Hills	33–34

La Quinta	35–39
Mecca	40–42
North Shore	43–45
Oasis	46–47
Palm Desert	48–59
Thermal	60–62
Thousand Palms	63–64
Donde estamos	66
Asistencia financiera	67



¡Disfruta de un hermoso paseo panorámico en motocicleta de 100 millas!

SÁBADO 8 DE OCTUBRE DE 2022

EN BENEFICIO PARQUES Y RECREACIÓN ACCESO PARA TODOS

Registrese hoy en DesertRecreationFoundation.org



El paseo comienza en INDIO COMMUNITY CENTER & PARK – 45-871 Clinton Street, Indio

¡Únase a la diversión con premios, subastas en línea, camiones de comida, cervecerías al aire libre y más!

Desert Recreation Foundation is a 501(c)3 non-profit organization. Tax ID# 91-2143285

Desert Recreation District JUNTA DIRECTIVA

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











Silva Paz

Director

División 1

PLAZO: 1/12/17 al 3/12/22
Indio, La Quinta,
Mecca, North Shore,
Oasis, Thermal,
Vista Santa Rosa
and 100 Palms

Director
División 2

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

Jonathan Becerra

Director

División 3

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

Rudy Acosta

Presidente
División 4

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

Laura McGalliard

Vicepresidenta

División 5

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

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

► INFORMACIÓN GENERAL ◀

DESCUENTOS

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

ERRORES

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

► TARIFA

Todas las tarifas indicadas en esta guía son para residentes del distrito. Para determinar si su residencia se encuentra dentro de los límites del Distrito, llame al (760) 347–3484, donde también puede solicitar información sobre las tarifas de nuestros programas y clases para no residentes del Distrito.

HORAS

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

▶ Fotografías y Vídeos

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

▶ POLÍTICA DE REEMBOLSO/PRORRATEO/ RECUPERACIÓN

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

Programas adaptativos

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

DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

SENDERISMO ADAPTATIVO

Estaremos organizando caminatas grupales en una variedad de lugares



alrededor del Valle de Coachella. Las caminatas se llevarán a cabo los

sábados, y la hora de inicio dependerá de la duración de la caminata y el mes/temperatura. Las caminatas están diseñadas para personas con una discapacidad o una necesidad especial, pero todas las habilidades son bienvenidas. Caminatas en asociación con Friends of the Desert Mountains y So Cal Adaptive Sports.

DÍAS: sábado HORA: 8 – 10 a.m.

FECHAS: 1 y 15 de octubre

noviembre – consulte el sitio web para conocer las fechas exactas en noviembre

10 y 17 de diciembre

EDADES: 8 años o más con discapacidad o necesidades

especiales

COSTO: Gratis

DÍA DEL DEPORTE ADAPTADO UNIVERSITARIO/COMUNITARIO

Este festival de deportes para discapacitados está abierto a la comunidad y ofrece a los participantes la oportunidad de experimentar programas de





deportes adaptados, obtener información de organizaciones locales y hacer conexiones con otros en la comunidad. Evento ofrecido en asociación con College of the Desert, SCUSB Palm Desert y SoCal Adaptive Sports. Póngase en contacto con mike@socaladaptivesports.org para obtener información adicional.

UBICACIÓN: College of the Desert

FECHAS: sábado, 29 de octubre de 2022

HORA: 10 a.m. – 2 p.m.

EDADES: ATodas las edades y abierto a todos los

interesados en asistir

COSTO: Gratis

FANTASMAGÓRICO ADAPTATIVO DE HALLOWEEN

DRD es el anfitrión de este evento de la Sociedad de Autismo del Inland Empire, que reúne a familias



con necesidades especiales para una experiencia de Halloween sensible a los sentidos en un entorno seguro y de apoyo. Las familias disfrutarán de juegos e inflables de carnaval, entretenimiento, apariciones de personajes, estaciones de truco o trato, camiones de comida, oportunidades para tomar fotografías y más. Esta es una alternativa divertida y segura al truco o trato nocturno, especialmente para aquellos con problemas sensoriales. También es una gran práctica para mejorar el lenguaje y las habilidades sociales. Los participantes no verbales recibirán tarjetas laminadas de truco o trato para presentar en cada stand.

UBICACIÓN: La Quinta Community Fitness Center & Park

FECHAS: sábado, 15 de octubre de 2022

HORA: 12 - 3 p.m.

EDADES: Todas las edades con una discapacidad o una

necesidad especial

COSTO: Gratis – Se aplicarán costos para varios proveedores

en el programa

DÍA MUNDIAL DE LA DISCAPACIDAD

Únase a nosotros en Living Desert para celebrar el Día Mundial de la Discapacidad. Las organizaciones



locales organizarán puestos de información y actividades dentro del área de entrada (bajo los árboles en el camino para ver los rinocerontes y las jirafas) para compartir información y ayudar a correr la voz sobre los increíbles servicios y programas disponibles para nuestra comunidad adaptable. Luego disfruta del zoológico por el resto de tu tiempo.

UBICACIÓN: The Living Desert

FECHA: sábado, 3 de diciembre de 2022

HORA: 9 a.m. - 2 p.m.

EDADES: Todas las edades con una discapacidad o una

necesidad especial

COSTO: Entrada al desierto vivo

Eventos testivos

Tenga en cuenta: Para obtener más información o inscribirse en cualquiera de las actividades a continuación que requieren registro, visite MyRecreationDistrict.com/community-events

Carnavales de Halloween y Spooktaculars

Con juegos macabros, concursos espeluznantes con premios, artesanías espeluznantes e inflables extremos en ubicaciones selectas, ¡nuestros Carnavales de Halloween seguramente brindarán un momento inquietantemente bueno para todos! ¡Vístete para impresionar con tu disfraz!

CARNAVALES

UBICACIÓN: Bagdouma Community Park in Coachella FECHA Y HORA: miércoles, 26 de octubre • 5:30 – 7:30 p.m.

AGES: Todas las edades COSTO: Gratis

UBICACIÓN: Indio Community Center Park

FECHA Y HORA: sábado, 29 de octubre • 1 – 6 p.m. EDADES: Todas las edades COSTO: \$5 por persona

HUERTO DE CALABAZA FLOTANTE

¡Caza tu calabaza en la piscina este año! ¡Después de seleccionar su calabaza, puede llevarla a la estación de decoración para vestirla! Habrá otros juegos y actividades, pero asegúrese de registrarse ya que hay cupos limitados.

UBICACIÓN: Fritz Burns Pool in La Quinta

FECHA Y HORA: viernes, 28 de octubre • 4 – 5:30 p.m.

EDADES: 5 – 11 años de edad COSTO: \$10

CAMINATA DE HALLOWEEN

Explore las gemas ocultas en el Parque Nacional Joshua Tree: ¡Abismo de la perdición y Salón de los horrores! Estas caminatas tienen aspectos técnicos y exposición a caídas que requieren trepar/trepar y algo de detección por seguridad.¡Únete a nosotros para una espeluznante aventura de caminata!

LUGAR DE REUNIÓN: Indio Community Center FECHA: lunes, 31 de octubre HORA: 8 a.m. – 4 p.m. EDADES: 16 años de edad y más COSTO: \$20

SPOOKTACULARS

UBICACIÓN: Indio Hills Community Center

FECHA Y HORA: sábado, 29 de octubre • 6:30 – 8:30 p.m.

EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis

UBICACIÓN: Jerry Rummonds' Senior & Community Center

in Thermal

FECHA Y HORA: viernes, 28 de octubre • 5:30 – 7:30 p.m.

EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis

UBICACIÓN: Mecca Community Park

FECHA Y HORA: viernes, 28 de octubre • 5:30 – 7:30 p.m.

EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis

UBICACIÓN: North Shore Community Park

FECHA Y HORA: viernes, 21 de octubre • 5 – 7 p.m.

EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis

UBICACIÓN: Oasis del Desierto Park

FECHA Y HORA: sábado, 22 de octubre • 5 – 7 p.m.

EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis



Eventos testivos

Tenga en cuenta: Para obtener más información o inscribirse en cualquiera de las actividades a continuación que requieren registro, visite MyRecreationDistrict.com/community-events













NOCHE DE CINE DE HALLOWEEN

Únete a la comunidad de Thermal en una espeluznante proyección de una película de Halloween. Refrescos y palomitas de maíz serán provisto y la película comenzará a las 7:15 p.m. Traiga una silla de jardín con respaldo bajo o una manta de picnic y disfrute de una película divertida noche con familiares y amigos.

UBICACIÓN: Jerry Rummonds' Senior & Community Center in Thermal

FECHA Y HORA: viernes, 7 de octubre • 7 – 9:30 p.m.

EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis

TRICK-OR-TREAT 'ROUND THE TRAIL: UN EVENTO DE HALLOWEEN

¡El evento de Halloween de este año en Thousand Palms se llevará a cabo en la noche de Halloween! Únase a nosotros para actividades y truco o trato en el sendero para caminar de Thousand Palms Park. Todos los invitados disfrazados entrarán en una rifa. No es necesario registrarse

UBICACIÓN: Thousand Palm Community Center & Park FECHA Y HORA: lunes, 31 de octubre • 6 – 8 p.m.

FDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis

DÍA DE LOS MUERTOS (DAY OF THE DEAD)

Ven a celebrar los recuerdos de tus seres queridos mientras organizamos un evento cultural tradicional, el Día de los Muertos. Disfruta de la diversión con nuestras manualidades, juegos y más con el tema del Día de los Muertos.

UBICACIÓN: North Shore Community Park

FECHA Y HORA: martes, 1 de noviembre • 6 – 9 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

UBICACIÓN: Jerry Rummonds' Senior & Community Center

in Thermal

FECHA Y HORA: miércoles, 2 de noviembre • 6:30 – 8:30 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

UBICACIÓN: Thousand Palms Community Center FECHA Y HORA: martes, 1 de noviembre • 6 – 8 p.m. CONTACTO: 760-701-1043 para reservar su mesa de Honor

FESTIVAL DE OTOÑO DE LA MECA

Ven y únete a la diversión en nuestro Festival de Otoño. Disfruta de una tarde de juegos de carnaval, pintura de cara y cabello, rifas, concursos, hinchables, actividades infantiles y mucho más. Este es un evento gratuito abierto a todas las edades.

UBICACIÓN: Mecca Community Park

FECHA Y HORA: viernes, 18 de noviembre • 3 – 6 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis



Eventos testivos

Tenga en cuenta: Para obtener más información o inscribirse en cualquiera de las actividades a continuación que requieren registro, visite **MyRecreationDistrict.com/community-events**

Eventos de vacaciones de invierno

DESAYUNO CON PAPÁ NOEL

Únase a Desert Recreation District, Jolly old Saint Nick y sus alegres duendes en esta temporada navideña para Desayuno con Santa. Estaremos sirviendo un desayuno continental y tendremos estaciones artesanales donde podrás hacer comida de reno, decorar adornos y galletas así como terminar tu carta a Papá Noel. Los niños de todas las edades son bienvenidos a asistir (eso incluye el niños adultos!)

UBICACIÓN: Palm Desert Community Center

FECHA Y HORA: sábado, 3 de diciembre • 9 – 11 a.m. EDADES: Todas las edades COSTO: \$10 per Person

CARRILES DE BASTONES DE CARAMELO

Únase a nosotros para nuestros eventos anuales de Candy Cane Lane donde habrá manualidades con temas de invierno, concursos, juegos alegres, deliciosas galletas y más! Querrás asegurarte de tomar algunas fotos mientras estás allí.

UBICACIÓN: Mecca Community Center

FECHA Y HORA: viernes, 9 de diciembre • 5:30 – 7:30 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

UBICACIÓN: North Shore Beach & Yacht Club

FECHA Y HORA: miércoles, 7 de diciembre • 5:30 – 7:30 p.m.

AGES: Todas las edades COSTO: Gratis

UBICACIÓN: Oasis del Desierto Park

FECHA Y HORA: viernes, 2 de diciembre • 6 – 8 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

UBICACIÓN: Jerry Rummonds' Senior & Community Center

in Thermal

FECHA Y HORA: viernes, 9 de diciembre • 6 – 9 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

CACERÍA DE BASTONES DE CARAMELO

Ven y únete a nosotros para una mañana llena de diversión de cazar Candy. Bastones después de decorar una bolsa para recogerlos!

UBICACIÓN: Indio Community Center Park

FECHA Y HORA: sábado, 10 de diciembre • 10 a.m. - 12:30 p.m.

EDADES: 3 – 11 años de edad COSTO: Gratis

GALLETAS CON LA SRA. CLAUS

¡Dale la bienvenida a las vacaciones de invierno con la Sra. Claus haciendo dulces regalos navideños como galletas navideñas!

UBICACIÓN: Bagdouma Community Center in Coachella FECHA Y HORA: viernes, 16 de diciembre • 5:30 – 6:30 p.m.

EDADES: 5 – 12 años de edad COSTO: Gratis

MANUALIDADES Y BASTONES DE CARAMELO

Decora los pasillos de tu casa con adornos navideños hechos a mano. ¡Muestra tu espíritu navideño y disfruta de un chocolate caliente mientras te diviertes con nosotros! UBICACIÓN: Bagdouma Community Center in Coachella FECHA Y HORA: miércoles, 14 de diciembre • 5:30 – 6:30 p.m.

EDADES: 5 – 12 años de edad COSTO: Gratis

CASA DE PAN DE JENGIBRE Y NOCHE DE MANUALIDADES NAVIDEÑAS

Disfruta de una noche llena de diversión mientras disfrutamos de música, cocoa caliente, manualidades y tu propio kit de casa de pan de jengibre.

UBICACIÓN: La Quinta Community Center

FECHA Y HORA: viernes, 16 de diciembre • 5:30 – 7:30 p.m.

EDADES: 4 – 12 años de edad

(los niños menores de 6 años deben estar acompañados por un adulto)

COSTO: \$20



EVENTO DE MANUALIDADES NAVIDEÑAS

Venga a nuestro evento de manualidades navideñas: este es un gran manera de celebrar las fiestas haciendo un regalo hecho a mano para uno de tus seres queridos.

UBICACIÓN: Indio Teen Center

FECHA Y HORA: lunes, 19 de diciembre • 2 – 5 p.m.

EDADES: 4 – 11 años de edad COSTO: Gratis

COLECTA DE REGALOS Y COMIDA FESTIVA

Durante esta temporada navideña, únase a nosotros para ayudar a otrosen nuestras comunidades. Estaremos recolectando regalos y donaciones en todas nuestras instalaciones. Esta es una gran oportunidad para ayudar a haceresta es una fiesta especial para todos. Para obtener más información o confirmar el horario de centros comunitarios específicos para donaciones, llame al (760) 347-3484.

UBICACIÓN: Todo el distrito en cualquier instalación DRD FECHAS DE DONACIÓN: 1 de noviembre al 2 de diciembre DISTRIBUCIÓN DE ARTÍCULOS DONADOS:

16 de diciembre (los artículos se distribuyen a familias seleccionadas a través de agencias asociadas, como escuelas locales y servicios del condado)

COMIDA COMPARTIDA FESTIVA: UNA CELEBRACIÓN DE INVIERNO

Abriremos nuestras puertas para organizar una celebración navideña para aquellos que deseen unirse a nosotros para disfrutar de la comida, la diversión y la risa. ¡Traiga el platillo tradicional de su familia para compartir! UBICACIÓN: Indio Hills Community Center

FECHA Y HORA: viernes, 16 de diciembre • 5 – 7 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

EVENTO DE MANUALIDADES DE ACCIÓN DE GRACIAS

Los participantes tendrán la oportunidad de hacer algunos proyectos de arte y manualidades para celebrar la temporada de Acción de Gracias.

UBICACIÓN: Indio Community Center Park

FECHA Y HORA: sábado, 19 de noviembre • 9 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 5 – 11 años de edad COSTO: Gratis

LÍNEA DIRECTA DE PAPÁ NOEL

¡Oye chicos! Aquí está su línea directa para hablar con Papá Noel, la Sra. Claus, los duendes y Frosty the Snowman. Usted puede incluso ¡habla con Rodolfo y los otros renos! Papá Noel y su amigos estarán esperando su llamada. Esto está abierto a los niños. de todas las edades y es Gratis!

UBICACIÓN: The North Pole, 1-855-Santa-4-Kids (1-855-726-8245)

FECHA Y HORA:

martes, 13 de diciembre – jueves, 15 de diciembre • 5 - 9 p.m.

ES EL EVENTO DE MANUALIDADES DE TEMPORADA NAVIDEÑA

Qué gran manera para que los jóvenes disfruten la temporada navideña: creando artesanías hechas a mano, cantando canciones navideñas y conociendo nuevos amigos. Las estaciones de manualidades planeadas incluyen decoración de galletas, pintura de adornos, pintura de bellotas y más.

UBICACIÓN: Indio Hills Community Center

FECHA Y HORA: sábado, 17 de diciembre • 9 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 5 – 14 años de edad COSTO: \$15

UBICACIÓN: Thousand Palms Community Center

FECHA Y HORA: sábado, 10 de diciembre • 9 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 4 – 11 años de edad COSTO: \$15

SOCIAL JUVENIL DE INVIERNO

¡Venga a disfrutar de este evento que contará con actividades divertidas que incluyen arte, manualidades, ciencia, baile, ejercicios, juegos grupales y mucho más!

UBICACIÓN: Indio Teen Center

FECHA Y HORA: martes, 27 de diciembre • 3 – 5 p.m.

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



Aventura al aire libre

Tenga en cuenta: : para todas las aventuras al aire libre que se enumeran a continuación, puede elegir reunirse en los lugares que se enumeran a continuación, o puede conducir usted mismo. Los detalles sobre los tiempos de manejo aproximados, así como qué ropa llevar y llevar, se enumerarán cuando se registre en **MyRecreationDistrict.com/outdoor** y elija la(s) actividad(es) para las que desea registrarse

Envíe un correo electrónico a nuestro especialista en aventuras al aire libre, Todd Merrill a tmerrill@drd.us.com para cualquier pregunta o como se puede hacer referencia en las actividades a continuación. Gracias



PROGRAMA AL AIRE LIBRE

CANYONEERING

Viajes de barranquismo por las cataratas de San Antonio. Estos viajes incluyen una caminata por el drenaje del arroyo San Antonio seguida de 5 rápeles por cascadas con alturas de hasta 80 pies de largo. Transporte y equipo técnico proporcionado. Solo traiga una actitud aventurera y zapatos resistentes para caminar. ¡Es mejor si los zapatos tienen buen agarre y no te importa que se mojen!

LUGAR DE REUNIÓN:

Thousand Palms Community Center

FECHAS & DÍAS: 9 de septiembre, viernes

14 de septiembre, miércoles • 19 de septiembre, lunes

HORA: 8 a.m. - 5 p.m.

EDADES: 16 años de edad y más COSTO: \$60 por viaje

SENDERISMO GROTTO HIKES

¡Explore el área silvestre de Mecca Hills y los hermosos cañones escondidos en su interior! Esta caminata tiene aspectos técnicos y exposición a caídas que requieren trepar/trepar y, por supuesto, cuerdas y escaleras.

FECHAS:

28 de octubre: reunión en el Centro Comunitario de Indio 15 de diciembre: encuentro en el Centro Comunitario

Bagdouma en Coachella

DÍAS: viernes HORA: 8 a.m. – 4 p.m.

EDADES: 16 años de edad y más COSTO: \$20 por viaje

CAMINATA DE HALLOWEEN

Explora las gemas ocultas en el Parque Nacional Joshua Tree: ¡Chasm of Doom y Hall of Horrors! Estas caminatas tienen aspectos técnicos y exposición a caídas que requieren trepar/escalar y algo de detección por seguridad. ¡Únete a nosotros para una espeluznante aventura de caminata!

LUGAR DE REUNIÓN: reunión en el Centro Comunitario de Indio

FECHA: lunes, 31 de octubre HORA: 8 a.m. – 4 p.m. EDADES: 16 años de edad y más COSTO: \$20

CAMINATAS CON CUERDAS Y ESCALERAS

¡Explore el área silvestre de Mecca Hills y los hermosos cañones escondidos en su interior! Esta caminata tiene aspectos técnicos y exposición a caídas que requieren trepar/trepar y, por supuesto, cuerdas y escaleras.

FECHAS, DÍAS Y LUGARES DE REUNIÓN:

4 de noviembre, viernes, Centro Comunitario Indio13 de diciembre, martes, Centro Comunitario Bagdouma

HORA: 8 a.m. - 4 p.m.

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$20 por viaje

SAN JACINTO TRAM HIKE

Únase a nosotros mientras intentamos llegar a la cima del pico San Jacinto (la segunda montaña más alta del sur de California). Esta es una caminata físicamente desafiante en altura, por lo que se sugiere experiencia previa en caminatas. Tomaremos el tranvía hasta el comienzo de la caminata, y su boleto de tranvía está incluido en la tarifa de registro

LUGAR DE REUNIÓN: Palm Desert Community Center

FECHAS: 7 y 21 de septiembre

DÍAS: miércoles HORA: 8 a.m. – 5 p.m.

EDADES: 12 años de edad y más

COSTO: \$50 por viaje

VIAJE EN KAYAK REMAR LA COSTA

Ven a explorar las cuevas marinas de La Jolla. Este es un lugar emocionante y refrescante para estar, ya que el calor del verano todavía se experimenta en el Valle de Coachella. Disfruta de la vida marina y la geología única de los acantilados de arenisca. Brindamos transporte, equipo e instrucción para las aventuras. Los participantes deben sentirse cómodos estando en aguas abiertas y tenemos embarcaciones de ocupación individual y doble limitada.

LUGAR DE REUNIÓN: Palm Desert Community Center FECHAS & DÍAS:

16 de septiembre, viernes • 23 de septiembre, viernes 27 de septiembre, martes • 14 de octubre, viernes

HORA: 7:30 a.m. – 4:30 p.m. EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$60 por viaje

Aventura al aire libre

Tenga en cuenta: : Para todas las aventuras al aire libre que se enumeran a continuación, puede elegir reunirse en el **CENTRO COMUNITARIO DE PALM DESERT** o puede conducir usted mismo. Los detalles sobre los tiempos de conducción aproximados, así como qué ropa llevar y llevar, se enumerarán cuando se registre en **MyRecreationDistrict.com/outdoor** y elija la(s) actividad(es) para las que desea registrarse.

Envíe un correo electrónico a nuestro especialista en aventuras al aire libre, Todd Merrill a **tmerrill@drd.us.com** para cualquier pregunta o como se puede hacer referencia en las actividades a continuación. Gracias.

CLÍNICAS DE BICICLETA DE MONTAÑA CLÍNICA DE BICICLETA DE MONTAÑA

¡Únase a nosotros para las clínicas de bicicleta de montaña cerca del hermoso Parque Nacional Joshua Tree! Estamos organizando días de asistencia técnica, instrucción y guía de senderos. Estos paseos están dirigidos a aquellos que desean mejorar su experiencia con el ciclismo de montaña, obtener algún conocimiento/instrucción y dar la bienvenida a los principiantes al deporte.

LUGAR DE REUNIÓN:

Thousand Palms Community Center

DÍAS & FECHAS:

14 de octubre, viernes • 2 de noviembre, miércoles

7 de diciembre, miércoles

HORA: 8 a.m. – 4 p.m. EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$60 por viaje

ESCALADA DE ROCA JORNADA DE ESCALADA EN J-TREE

Únase a nosotros para nuestro curso introductorio de rock donde aprenderá movimientos técnicos, cómo proteger a su compañero a través de técnicas seguras de aseguramiento y aprenderá sobre sistemas de escalada. No se necesita experiencia previa en escalada. Se proporcionará todo el equipo técnico. Si tiene su propio equipo personal, comuníquese con Todd para su aprobación.

FECHAS, DÍAS Y EDADES:

(tenga en cuenta que todas las fechas excepto el 2 de diciembre se reunirán en el Centro Comunitario de Indio):

29 de septiembre, jueves, mayores de 8 años
30 de septiembre, viernes, 8 años de edad y más
11 de octubre, martes, 8 años de edad y más
12 de octubre, miércoles, mayores de 16 años
26 de octubre, miércoles, mayores de 16 años
7 de noviembre, lunes, mayores de 16 años
9 de noviembre, miércoles, mayores de 16 años
15 de noviembre, martes, mayores de 16 años
2 de diciembre, viernes, mayores de 12 años

(reunirse en el Centro Comunitario Thousand Palms) HORA: 8 a.m. – 4 p.m.

EDADES: \$125



Bermuda Dunes

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



DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

APTITUD ADAPTATIVA -

HÍBRIDO (se ofrecen clases en línea y en persona)

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves HORA: 10 – 11 a.m.

EDADES: 16 años o más con discapacidad o necesidades

especiales

COSTO: \$25 por Mes



APTITUD ADAPTATIVA SENTADO

(Se ofrecen clases presenciales y en línea)

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes HORA: 10 – 11 a.m.

EDADES: 16 años o más con discapacidad o necesidades

especiales

COSTO: \$25 por Mes





CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

DESPUÉS DE LA ESCUELA TRADICIONAL -**MONROE**

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

UBICACIÓN: Escuela Primaria Monroe

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

DÍAS: de lunes a viernes

HORA: Salida de la escuela - 5:30 p.m. GRADOS: Jardín de infantes a tercero

COSTO: \$200 por mes para septiembre y octubre

\$150 para noviembre \$100 fpara diciembre



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: septiembre octubre noviembre

DÍAS: martes HORA: 5:30 – 6:15 p.m.

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



SALUD Y ESTADO FISICO

YOGA SUAVE PARA TU SALUD

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

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS Y HORARIOS:

lunes de 9:30 a 10:15 a.m. Y jueves de 9 a 9:45 a.m.

EDADES: 18 años de edad o más

COSTO: \$72 por Mes

(los meses más cortos tendrán un costo reducido)

COSTO POR DÍA: \$15

Bermuda Dunes

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

ESCULPIR YOGA

Yoga Sculpt es un entrenamiento de cuerpo completo que promueve el equilibrio, la fuerza y la flexibilidad. Este entrenamiento gratificante utiliza yoga y entrenamiento de fuerza para ayudar a esculpir y tonificar su cuerpo. Esta es una opción perfecta para alguien que busca una clase de yoga un poco más avanzada que una básica o principiante.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes

HORA: 6:45 - 7:45 p.m.

EDADES: 18 años de edad o más

COSTO: \$45 por Mes COSTO POR DÍA: \$15

ZUMBINI

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



divertida con canciones, bailes e instrumentos musicales.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes HORA: 4:15 – 5 p.m.

EDADES: 4 meses - 4 años de edad con cuidador

COSTO: \$45 por Mes

(los meses más cortos tendrán un costo reducido)

COSTO POR DÍA: \$12



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

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

INSCRIPCIÓN: Mensual DÍAS: miércoles

HORA: 9 - 9:50 a.m.

EDADES: 18 años de edad o más COSTO: \$125 por sesión de 3 semanas

K9 NOSE WORK– INTERMEDIATE–WORKSHOP

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



INSCRIPCIÓN: Mensual DÍAS: miércoles

HORA: 10 - 10:50 a.m.

EDADES: 18 años de edad o más

COSTO: \$125 por sesión de 3 semanas

K9 NOSE WORK-ADVANCED DETECTIVE

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

INSCRIPCIÓN: Mensual DÍAS: miércoles

HORA: 8 - 8:50 a.m.

EDADES: 18 años de edad o más

COSTO: \$125 por sesión de 3 semanas

BERMUDA DUNES REUNIONES DEL CONSEJO COMUNITARIO

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

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

Fechas: 8 de septiembre y 10 de noviembre

Gracias



CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

RIVER CANYON KIDS CLUB

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

UBICACIÓN: River Canyon Apartment Complex INSCRIPCIÓN: En curso durante el año escolar (las vacaciones pueden ser excluidas)

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

EDADES: 5 – 17 años de edad COSTO: Gratis







PARQUES Y RECREACIÓN EN CATHEDRAL CITY

Cathedral City es la única ciudad del Valle de Coachella sin su propio departamento local de parques y recreación. Como resultado, los residentes locales tienen acceso a muchos menos parques, programas de recreación y servicios relacionados que los residentes de las comunidades aledañas. Además, Cathedral City no puede mantener los parques locales al mismo nivel que otras comunidades u ofrecer instalaciones como centros comunitarios y recreativos.

Cathedral City – DRD: una asociación para mejores parques y recreación

Cathedral City y DRD están explorando una asociación que permitiría a DRD mejorar la condición de los parques locales, mantenerlos en buen estado y ofrecer mejores parques y servicios de recreación a los niños, familias y personas mayores de Cathedral City. Actualizar el mantenimiento de los parques de Cathedral City al mismo nivel que los parques DRD en toda la región ayudará a mantener el agua potable segura en los parques, reparar los baños, edificios, alcantarillado y líneas de gas deteriorados del parque, mejorar la eficiencia energética y la conservación del agua, mejorar el acceso para los residentes con discapacidades y actualizar el alumbrado y las vallas de seguridad.

Financiamiento controlado localmente para parques y recreación de Cathedral City

Para proporcionar financiamiento dedicado y controlado localmente para parques y recreación, Cathedral City está considerando colocar una medida de financiamiento local en la boleta electoral de noviembre de 2022.

Si los votantes la aprueban, esta medida costaría a los propietarios 15 centavos por pie cuadrado de edificio anualmente en unidades residenciales unifamiliares para:

- Proporcionar parques, áreas de juego e instalaciones recreativas seguras y limpias en Cathedral City
- Mantener y mejorar la seguridad de los parques del vecindario
- Mantener agua potable segura y mejorar la conservación del agua
- Mejorar los programas juveniles de prevención de drogas y pandillas
- Proporcionar programas asequibles para después de la escuela y para personas mayores
- · Abordar la falta de vivienda en los parques locales

Rendición de Cuentas y Supervisión Fiscal Obligatoria

Una medida de financiamiento local para los parques y recreación de Cathedral City requeriría estrictas protecciones de responsabilidad fiscal, que incluyen:

- Cada centavo debe permanecer aquí en Cathedral City solo para parques y recreación
- No se pueden utilizar fondos para salarios o pensiones de administradores
- Se requeriría un comité de supervisión ciudadana independiente y auditorías anuales
- El Estado no podría tomar fondos de una medida potencial

Comparta su entrada

PComparta su opinión sobre los planes de Cathedral City para el futuro de los parques locales y la recreación completando nuestra encuesta comunitaria en línea en **tinyurl.com/CCParksSurvey**

Coachella

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



50 ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

EN FORMA DESPUÉS DE LOS 50

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



INSCRIPCIÓN: En curso

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



ARTES Y MÚSICA

ESCENA DE ARTE

The Art Scene introducirá a los participantes en el este del Valle de Coachella al arte y les dará un lugar seguro para dejar que sus mentes creativas exploren. Cada clase estará dirigida por un instructor y los participantes podrán llevarse a casa la pintura terminada al final de la clase.

FECHAS: 19 de septiembre, 17 de octubre 21 de noviembre, 12 de diciembre

DÍAS: lunes HORA: 5:30 - 7 p.m.

EDADES: 6 - 11 años de edad

COSTO: \$10 por clase

BATERÍA

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

INSCRIPCIÓN: septiembre octubre noviembre

DÍAS: martes HORA: 5:15 – 6:15 p.m.

EDADES: 9 - 11 años de edad

COSTO:: \$50 por Mes



GUITARRA - PRINCIPIO

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

INSCRIPCIÓN: septiembre octubre noviembre

DÍAS: jueves HORA: 5:15 – 6:15 p.m.

EDADES: 7 – 16 años de edad COSTO: : \$50 por Mes



GUITARRA - INTERMEDIO

La clase de guitarra intermedia es para el jugador que tiene algo de experiencia tocando y necesita un conjunto completo de lecciones para practicar que pueden ayudarlo a llevar su habilidad a un nivel avanzado. Se requiere la aprobación del instructor para la inscripción.

INSCRIPCIÓN: septiembre octubre noviembre

DÍAS: jueves HORA: 6:15 – 7:15 p.m.

EDADES: 9 – 16 años de edad COSTO:: \$50 por Mes



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

UBICACIÓN: Las Casas Apartments

INSCRIPCIÓN: En curso durante el año escolar

(las vacaciones pueden ser excluidas)

HORA: 1:30 – 6 p.m. DÍAS: de lunes a viernes EDADES: 5 – 17 años de edad COSTO: Gratis



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.



GALLETAS CON LA SRA. CLAUS

Dé la bienvenida a las vacaciones de invierno con la Sra. Claus haciendo dulces regalos navideños.

Hornearemos galletas navideñas y las decoraremos a tu gusto, ¡así que únete a nosotros para divertirte dulcemente durante las fiestas!



FECHAS: viernes, 16 de diciembre HORA: 5:30 – 6:30 p.m.

EDADES: 5 – 12 años de edad COSTO: Gratis

MANUALIDADES Y BASTONES DE CARAMELO

Decora los pasillos de tu casa con adornos navideños hechos a mano. Muestra tu espíritu navideño y disfruta de un chocolate caliente mientras te diviertes con nosotros en Navidad.

FECHAS: miércoles, 14 de diciembre

HORA: 5:30 - 6:30 p.m.

EDADES: 5 – 12 años de edad COSTO: Gratis



CARNAVAL DE HALLOWEEN

¡Únase a la diversión en nuestro Carnaval de Halloween en Bagdouma Park con una noche de juegos de carnaval, pintura de caras, rifas, concursos, inflables, actividades para niños y mucho más!

FECHAS: miércoles, 26 de octubre

HORA: 5:30 – 7:30 p.m. EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis gracias a una colaboración con la

Ciudad de Coachella

NOCHE DE LOTERÍA

Este tradicional juego de azar se juega utilizando tarjetas ilustradas que representan la historia y la cultura mexicanas en lugar de las bolas de bingo. ¡Traiga a su familia y únase a nosotros para una noche de diversión y algunos refrigerios y premios Gratis!

FECHAS: viernes, 9 de diciembre HORA: 6 – 7:30 p.m.

EDADES: 14 años de edad y más COSTO: Gratis



BALLET PRINCIPIANTE

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



INSCRIPCIÓN: septiembre octubre noviembre

DÍAS: viernes HORA: 5:30 – 6:15 p.m.

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

BAILAR, JUGAR Y FINGER

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

INSCRIPCIÓN: septiembre octubre noviembre

DÍAS: jueves HORA: 4 - 4:45 p.m.

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

FOLKLORICO (Ballet Folklorico)

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

INSCRIPCIÓN: septiembre octubre noviembre

DÍAS: martes

HORA Y EDADES:

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

COSTO: \$55 por Mes

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







SALUD Y HORNEAR

¡Esta clase de cocina de postres enseñará a los participantes cómo preparar postres rápidos, fáciles y saludables en casa sin necesidad de horno! Todos los ingredientes serán proporcionados.

FECHAS: miércoles, 23 de noviembre

HORA: 3 - 4 p.m.

EDADES: 14 - 17 años de edad

COSTO: Gratis gracias a la financiació.

de USDA Snap/CalFresh





BOOTCAMP DE CUERPO COMPLETO DE LINDSEY

¡Bienvenido al Bootcamp de cuerpo completo de Lindsey! Las clases consistirán en ejercicios cardiovasculares, ejercicios con pesas, ejercicios de peso corporal y



cardio HIIT. ¡Tonifica, quema grasa y gana músculo! Damos la bienvenida a principiantes - adultos avanzados que buscan un excelente entrenamiento.

FECHAS: 6 – 27 de septiembre, 4 – 25 de octubre

1 – 29 de noviembre

DÍAS: martes HORA: 7 – 8 p.m. EDADES: 18 - 55 años de edad

COSTO: \$40 por Mes

MUÉVETE Y JUEGA FITNESS

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

FECHAS: 6 – 27 de septiembre, 4 – 25 de octubre

1 – 22 de noviembre

DÍAS: martes HORA: 5:30 – 6:30 p.m.

EDADES: 7 – 12 años de edad

COSTO: Gratis



PELÍCULAS

Una nota sobre todas las películas al aire libre:

Tenga en cuenta que las inclemencias del tiempo, como los vientos fuertes, pueden alterar la proyección programada de cualquier película.

Películas (In the Park, By the Shore, jy más!)

Nos complace asociarnos con la Ciudad de Coachella para traerle películas aquí mismo en su vecindario, con películas que comienzan al anochecer. Actualmente



estamos planeando películas los viernes por la noche en octubre en el Parque Conmemorativo de los Veteranos de Vietnam. Consulte los listados en nuestro sitio web en MyRecreationDistrict.com/movies para obtener los títulos, las ubicaciones, las fechas y los horarios más actualizados.

OUT at the Park: una proyección de película queer

En colaboración con The Center, presentaremos nuestra primera serie OUT at the Park. Mostraremos una película centrada en Queer para ayudar a aumentar la visibilidad, el apoyo y la aceptación de los miembros LGBTQ+ de nuestra comunidad. Se proporcionarán refrigerios y refrigerios. Este evento está abierto a todas las edades y es gratuito. Consulte los listados en nuestro sitio web en MyRecreationDistrict.com/ movies para conocer la ubicación unas semanas antes de la función programada para el sábado 3 de diciembre.



NIÑOS EN LA COCINA

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

FECHAS: 7 de septiembre, 5 de octubre,

2 de noviembre, 7 de diciembre

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

DÍAS: 9 – 11 años de edad

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







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.

INTERÉS ESPECIAL

R.I.S.E

El programa RESILIENCE, INSPIRE, SELF-EMPOWER (R.I.S.E.) ofrece clases de salud mental y bienestar que incluyen mecanismos de afrontamiento para mitigar situaciones estresantes de la vida, clases educativas sobre nutrición saludable y más. El aumento. El programa también ayuda con la autoestima positiva y la comprensión del control, el empoderamiento y el propósito.

INSCRIPCIÓN: 7 de septiembre – 21 de octubre DÍAS: miércoles y viernes HORA: 4 – 5:30 p.m.

EDADES: 7 – 10 años de edad COSTO: Las becas del programa son posibles a través de la Fundación RAP





ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO

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

UBICACIÓN: Basketball Courts at Bagdouma Park

INSCRIPCIÓN: octubre y noviembre DÍAS: viernes HORA: 5:30 – 6:30 p.m.

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



INTRODUCCIÓN AL HOCKEY CALLEJERO

Introducción a Street Hockey es una clase de nivel principiante que te enseñará los conceptos básicos y fundamentales del juego. El hockey callejero se juega en el pavimento con zapatillas, un palo, un disco y una portería. Esta clase lo ayudará a desarrollar habilidades de manejo del palo, habilidades de pase y habilidades de tiro.

UBICACIÓN: Bagdouma Park

INSCRIPCIÓN: octubre y noviembre

DÍAS: miércoles

HORA Y EDADES: 6 - 6:45 p.m. • 7 - 9 años de edad

6:45 – 7:30 p.m. • 10 – 13 años de edad

COSTO: \$30 por Mes



LISTO, LISTO, EJECUTAR

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

UBICACIÓN: Bagdouma Park

INSCRIPCIÓN: septiembre octubre noviembre

DÍAS: los lunes y miercoles

HORA: 5-6 p.m.

EDADES: 8 - 13 años de edad

COSTO: \$40 por Mes





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.



OBTENGA PASES DE FIT

ACCESO A LOS 4 CENTROS

*Incluye equipo de fitness, Canchas de ráquetbol, salas de pesas, una pista y gimnasios.



UBICACIONES DISPONIBLES

Centro Comunitario Indio 45-871 Clinton Street

Centro Comunitario de Palm Desert 43-900 San Pablo

Playa de la costa norte y club náutico 99-155 Sea View Drive

Gimnasio comunitario La Quinta 77-865 Avenida Montezuma

*Las comodidades exactas pueden variar según la ubicación.



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.



50° ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

PARACAÍDAS DORADOS

Aumente su rango de movimiento y nivel de actividad participando en esta clase divertida y gratuita que fortalece los músculos a través de una variedad de ejercicios fáciles mientras se mueve al ritmo de la música.



INSCRIPCIÓN: En curso

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

EDADES: 50 años de edad y más

COSTO: GRATIS para miembros de DRD Get Fit Pass

DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN TIRO CON ARCO ADAPTATIVO

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 ambiente altamente supervisado donde se brinda un estímulo positivo e instrucción individualizada para alentar el éxito de los participantes.

TIRO CON ARCO ADAPTATIVO - ADULTOS

INSCRIPCIÓN: octubre noviembre diciembre

DÍAS: martes HORA: 2:30 – 3:30 p.m.

EDADES: 18 años o más con una discapacidad o una

necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes

TIRO CON ARCO ADAPTATIVO - JÓVENES

INSCRIPCIÓN: octubre noviembre diciembre DÍAS: martes HORA: 3:30 – 4:30 p.m.

EDADES: 7 – 17 años o más con una discapacidad o una

necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes



CLASE DE ACONDICIONAMIENTO FÍSICO ADAPTATIVO

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes HORA: 5 - 5:45 p.m.

EDADES: 16 años o más con una discapacidad o una

necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes

GIMNASIA ADAPTATIVA

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: sábados HORA: 9 – 9:50 a.m.

EDADES: 5 – 13 años o más con una discapacidad o una

necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes

FERIA DE RECURSOS Y DÍA DE SEGURIDAD PARA DISCAPACITADOS

DRD es el anfitrión de este evento de la Sociedad de Autismo de Inland Empire, que se enfoca en



brindar información a las personas con necesidades especiales y sus familias, sobre cómo mantenerse a salvo en la comunidad. La feria de recursos se llevará a cabo afuera en el parque con demostraciones de seguridad/autodefensa en vivo a continuación [en el interior]. Recursos disponibles para el evento: incluyen una clínica móvil de vacunas, organizaciones locales que trabajan con seguridad y directamente con personas con discapacidades y mucho más.

UBICACIÓN: Indio Community Center FECHAS: sábado, 17 de septiembre

HORA: 10 a.m. – 2 p.m.

EDADES: Todas las edades y todos los miembros de la

comunidad son bienvenidos

COSTO: Gratis



ARTES Y MÚSICA

PROGRAMA DE ARTE DE OTOÑO

Este programa brinda a los jóvenes participantes un lugar seguro para divertirse, ser creativos y aprender a crear varios proyectos de arte sin tener ninguna habilidad artística. Se proporcionarán todos los suministros y, al final de cada clase, los participantes podrán llevarse a casa su proyecto completo.

UBICACIÓN: Indio Teen Center

FECHAS Y HORA: 10 de septiembre • 10:30 a.m. – 12 p.m.

7 de octubre • 5 - 6:30 p.m.

5 de noviembre • 10:30 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 6 – 11 años de edad COSTO: \$10 por sección

GUITARRA - PRINCIPIO

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

SESIONES: 15 de septiembre – 13 de octubre 27 de octubre – 1 de diciembre

DÍAS: jueves HORA: 6-7 p.m. EDADES: 9 años de edad y más

COSTO: \$80 por sección

GUITARRA - SEGUNDO NIVEL

Los estudiantes en esta clase de continuación aprenderán a tocar canciones reales de artistas reales. Adquirirás las habilidades de leer música y tocar música de cancioneros.

SESIONES: 15 de septiembre – 13 de octubre

27 de octubre – 1 de diciembre

DÍAS: jueves HORA: 7 - 8 p.m. EDADES: 9 ños de edad y más

COSTO: \$80 por sección



PIANO - PRINCIPIANTE E INTERMEDIO

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS Y HORA:

sábados • 10:30 – 11 30 a.m.

lunes • 4 − 5 p.m.

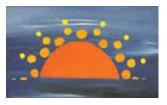
EDADES: 6 - 16 años de edad

COSTO: \$140 por mes para cualquiera de las sesiones



PROGRAMA DE ARTE DE INVIERNO

Este programa brinda a los jóvenes participantes un lugar seguro para divertirse, ser creativos y aprender a crear varios proyectos de arte sin tener ninguna habilidad artística.



Se proporcionarán todos los suministros y, al final de cada clase, los participantes podrán llevarse a casa su proyecto completo.

UBICACIÓN: Indio Teen Center FECHAS: martes, 27 de diciembre

HORA: 10:30 a.m. - 12 p.m.

EDADES: 6 – 11 años de edad COSTO: \$10



CLUB DE NIÑOS - DESERT MEADOWS

En asociación con Hope through Housing y CVCT Collaborative, esta ubicación de Kids Club es exclusiva para los residentes de Desert Meadows Apartments. Este programa

extracurricular, en un ambiente seguro,



C.V.C.I.

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

UBICACIÓN: Desert Meadows Apartment Complex INSCRIPCIÓN: En curso durante el año escolar

(las vacaciones pueden ser excluidas)

HORA: 3 - 6 p.m. DÍAS: de lunes a viernes EDADES: 5 - 17 años de edad 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 siquen.

CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

CLUB DE NIÑOS - VILLA HERMOSA

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



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

UBICACIÓN: Villa Hermosa Apartments

INSCRIPCIÓN: En curso durante el año escolar

(las vacaciones pueden ser excluidas)

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

TRADICIONAL DESPUÉS DE LA ESCUELA

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

UBICACIÓN: Mountain Vista Elementary School INSCRIPCIÓN: En curso durante el año escolar (puede excluir vacaciones)

DÍAS: de lunes a viernes

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

COSTO: \$200 por mes cada uno para septiembre y octubre

\$150 para noviembre • \$100 para diciembre

CAMPAMENTO DE INVIERNO

Nuestros campamentos ofrecen un ambiente divertido y seguro para los niños fuera de la escuela durante las vacaciones de invierno, donde participarán en una variedad de actividades durante todo el día. Es un gran lugar para que los niños hagan nuevos amigos y creen recuerdos.

FECHAS DE LA SESIÓN Y COSTO:

Semana 1: (lunes a jueves) 19 – 22 de diciembre • \$88 **Semana 2**: (martes a jueves) 27 – 29 de diciembre • \$66 HORA: 7:30 a.m. – 6 p.m. EDADES: 5 – 13 años de edad

EVENTOS DE LA COMUNIDAD

CACERÍA DE BASTONES DE CARAMEL

¡Ven y únete a nosotros para una mañana llena de diversión cazando bastones de caramelo después de decorar una bolsa para recolectar tus bastones de caramelo!

UBICACIÓN:

Indio Community Center Park

FECHAS: sábado, 10 de diciembre

HORA: 10 a.m. – 12:30 p.m.

EDADES: 3 – 11 años de edad COSTO: Gratis



¡Ponte tu disfraz y únete a nosotros para juegos, concursos y buenos momentos mientras celebramos el Otoño con nuestro Carnaval Anual de Halloween!

UBICACIÓN:

Indio Community Center Park

FECHAS: sábado, 29 de octubre HORA: 1-6 p.m. EDADES: Todas las edades COSTO: \$5 por persona

EVENTO DE MANUALIDADES NAVIDEÑAS

Venga a nuestro evento de manualidades navideñas. ¡Esta es una excelente manera de celebrar las fiestas haciendo un regalo hecho a mano para uno de sus seres queridos!

UBICACIÓN: Indio Teen Center

FECHAS: lunes, 19 de diciembre HORA: 2 – 5 p.m.

EDADES: 4 – 11 años de edad COSTO: Gratis

FIESTA DE PRINCESA

¡Llamando a todas las princesas para que vengan a la fiesta de princesas más real del valle! Vístete como tu princesa favorita por el día y baila para el deleite de tu corazón.



FECHAS: viernes, 16 de septiembre HORA: 4 – 5:30 p.m. EDADES: 3 – 9 años de edad COSTO: \$15 por princesa



FIESTA DE SUPERHÉROES

Llamando a todos los niños de 3 a 9 años de edad para que vengan vestidos como su superhéroe favorito para jugar y ayudar a salvar el día, demostrar su propio superpoder único y crear divertidas manualidades con temas de superhéroes.

FECHAS: viernes, 14 de octubre HORA: 4 - 5:30 p.m. EDADES: 3 - 9 años de edad COSTO: \$15 por superhéroe



EVENTO DE MANUALIDADES DE ACCIÓN DE GRACIAS

¡Los participantes tendrán la opción de hacer algunos proyectos de arte y manualidades para celebrar la temporada de Acción de Gracias en este divertido evento de manualidades!

UBICACIÓN: Indio Community Center Park

FECHAS: sábado, 19 de noviembre

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

EDADES: 5 – 11 años de edad COSTO: Gratis

SOCIAL JUVENIL DE INVIERNO

Ven y disfruta de nuestro Winter Youth Social con actividades divertidas que incluirán arte, manualidades, ciencia, baile, ejercicio, juegos grupales y mucho más.

UBICACIÓN: Indio Teen Center

FECHAS: martes, 27 de diciembre HORA: 3 – 5 p.m.

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





CLASE DE BAILE DE SALÓN. LATÍN Y SWING

Esta clase está diseñada para el estudiante que nunca ha bailado antes, ipero siempre quiso hacerlo! A los estudiantes se les enseñarán los fundamentos de la música y los ritmos de los bailes como el swing y el baile lento.

INSCRIPCIÓN:

septiembre octubre noviembre

DÍAS: lunes

HORA: 6:30 – 7:30 p.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$80 por Mes

BALLET PRINCIPIANTE

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

INSCRIPCIÓN: septiembre octubre noviembre

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

miércoles, 4 - 4:45 p.m.

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

CLASE DE BAILE BUNNYJIVE

Bunnyjive es una nueva forma fabulosa de enseñar a los niños cómo aprender un idioma y bailar mientras se divierten.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes HORA: 5-6 p.m.

EDADES: 5 – 9 años de edad COSTO: \$60 por Mes

BAILAR, JUGAR Y FINGER

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



INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes HORA: 9 - 9:45 a.m.

EDADES: 2½ – 5 Years of Age COSTO: \$42 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.



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

NOTA SOBRE EL REGISTRO DE GIMNASIA:

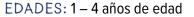
El registro de prioridad está disponible en uno de los mostradores de cortesía para los participantes actualmente inscritos que se reinscriben en su misma clase para el mes siguiente, o los participantes por primera vez que se inscriben en el mes actual.

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

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

BUDDY 'N ME GIMNASIA

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



DÍAS Y HORA: miércoles 1:45 – 2:15 p.m. **0** 2:15 – 2:45 p.m.

COSTO: \$40 por sesión de 4 semanas

GIMNASIA DEL DESIERTO TUMBLEWEEDS

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

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



EDADES: 4 – 6 años de edad

DÍAS Y HORA: lunes 6:30 – 7:15 p.m.

martes 6:45 – 7:30 p.m. • jueves 4:30 – 5:15 p.m.

COSTO: \$55 por sesión de 4 semanas

PRINCIPIANTE MASCULINO -GIMNASIA AVANZADA

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



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

COSTO: \$75 por sesión de 4 semanas

GIMNASIA PRINCIPIANTE PARA NIÑAS

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

DÍAS: martes **O** miércoles **O** jueves

HORA: 4:30 – 6 p.m.

COSTO: \$75 por sesión de 4 semanas

GIMNASIA INTERMEDIA FEMENINA

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



lunes 3:15 – 4:45 p.m. **O**

jueves 5:15 – 6:45 p.m.

COSTO: \$75 por sesión de 4 semanas



GIMNASIA AVANZADA PARA NIÑAS

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

DÍAS: lunes HORA: 3:15 – 4:45 p.m. COSTO: \$75 por sesión de 4 semanas



GIMNASIA CAYENDO

Aprenda habilidades de volteretas en el piso y la pista de volteretas. Esta clase se enfoca en ejercicios específicos para aprender la



forma correcta y se recomienda para aquellos que desean adquirir habilidades de porristas.

DÍAS: lunes TIME: 7:15 – 8:15 p.m.

FEE: \$65 Per 4-week session

GIMNASIA OBLIGATORIA POR EQUIPOS

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

DÍAS: Nivel 3 y 4 los lunes, miércoles y viernes **O**Nivel 4 y 5 los martes, jueves y viernes
HORA: 3:30 – 6:30 p.m. COSTO: \$175 por Mes

EQUIPO SENIOR - GIMNASIA OPCIONAL

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

DÍAS: lunes, martes, miércoles, jueves, viernes HORA: 3:30 – 6:30 p.m. COSTO: \$260 por Mes

JAMBOREE DE GIMNASIA

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

DÍAS Y HORA: viernes: 6:00 – 7:30 p.m.

sábado: 12:30 - 2 p.m.

COSTO: \$10.00 por persona



Siguenos en facebook.com/drdgym

ICELEBRA TU CUMPLEAÑOS!

FIESTA DE 2,5 HORAS

(1 $\frac{1}{2}$ horas de gimnasia y 1 hora de uso del salón de usos múltiples)

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

iQUÉ GRAN MANERA DE CELEBRAR SU PRÓXIMO CUMPLEAÑOS EN THE DISTRICT GYMNASTICS ACADEMY EN EL INDIO COMMUNITY CENTER!

Usted y sus amigos se divertirán mucho haciendo una hora y media de gimnasia y juegos llenos de diversión, ya que nuestro cuerpo técnico está capacitado para brindar una fiesta segura y estructurada que seguramente será un éxito.

GIMNASIA DE 1,5 HORAS SOLO FIESTA

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



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.



SALUD Y ESTADO FISICO

SALSAEROBICS

A la gente le encanta bailar salsa: la música, los movimientos de baile, el ejercicio que obtienes y el aspecto social que tiene. Agregue aeróbicos y tendrá una clase que ayuda con la flexibilidad, el acondicionamiento, la forma y más.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes, miércoles, viernes HORA: 8 – 10 a.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$45 por Mes COSTO POR DÍAS: \$7 por clase

ZUMBA

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

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: lunes y miércoles HORA: 5:30 – 6:30 p.m.

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$36 por Mes COSTO POR DÍAS: \$8 por clase



AR

ARTES MARCIALES

COMBO KARATE- 2 DÍAS

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



INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS Y HORA:

martes y jueves, 6:30-7:30 p.m. **O** lunes y miércoles, 6:45-7:45 p.m.

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

PROGRAMA DE KARATE PEQUEÑOS DRAGONES

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

INSCRIPCIÓN: En curso

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

EDADES: 4 – 7 martes y jueves COSTO: \$50 por Mes



MAD SCIENTIST NIGHT (INCLUYE NOCHE CON TEMÁTICA DE HALLOWEEN)

Únase a nosotros para una noche divertida de ciencia loca escandalosa. Participe en divertidos experimentos científicos, mezcle un poco de química loca y participe en actividades científicas.



Indio Teen Center

DÍAS, FECHAS Y HORAS:

sábado, 22 de octubre • 10 - 11:30 a.m. miércoles, 28 de diciembre • 4 - 5:30 p.m.

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



NOCHE DE PADRES

Padres, esta es su oportunidad de dejar a sus hijos con nosotros. Brindaremos un ambiente

divertido y seguro para sus hijos que incluirá juegos,

actividades artesanales y



diversión estructurada planificada mientras disfruta de una noche en la ciudad!

UBICACIÓN: Indio Teen Center FECHAS: sábado, 17 de septiembre

HORA: 6 – 9:30 p.m.

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



DÍA STEAM

Los instructores guiarán a los participantes con instrucciones paso a paso sobre cómo crear varias actividades STEAM (aprendizaje que combina ciencia, tecnología, ingeniería, artes y matemáticas) en estas clases. Todos los materiales seran provistos.

UBICACIÓN: Indio Teen Center

VACACIONES DE INVIERNO DE PREKÍNDER

DÍA STEAM: miércoles, 21 de diciembre

3 – 4:30 p.m. • 3 & 4 años de edad

VACACIONES DE INVIERNO DÍA STEAM:

martes, 20 de diciembre • 3 – 5 p.m. • 6 – 11 años de edad

COSTO: \$10



TIRO AL ARCO TIRO CON ARCO - JÓVENES

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



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

HORA: 4:30 - 5:30 p.m. **0** 5:30 - 6:30 p.m.

EDADES: 7 – 17 años de edad COSTO: \$40 por Mes* *Tarifa promedio por mes; los meses con menos o más días de

programa pueden tener tarifas diferentes

BALONCESTO

ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO

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

ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO - NIÑAS, 5 Y 6 AÑOS

FECHAS Y COSTO: 12 al 26 de septiembre • \$15

3 al 24 de octubre • \$20

7 al 28 de noviembre • \$15

5 al 12 de diciembre • \$10

DÍAS: lunes HORA: 4:30 – 5 p.m.

ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO - NIÑAS, 7 - 14 AÑOS DE EDAD

FECHAS Y COSTO: 1 al 29 de septiembre • \$50

6 al 27 de octubre • \$40

3 al 17 de noviembre • \$30

1 al 15 de diciembre • \$30

DÍAS: jueves HORA: 4 - 5 p.m.

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

FECHAS Y COSTO: 12 al 26 de septiembre • \$15

3 al 24 de octubre • \$20

7 al 28 de noviembre • \$15

5 al 12 de diciembre • \$10

DÍAS: lunes HORA: 4 - 4:30 p.m.

ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO - COED, 7 - 14 AÑOS DE EDAD

FECHAS Y COSTO: 2 al 30 de septiembre • \$50

7 al 28 de octubre • \$40

4 al 18 de noviembre • \$30

2 al 16 de diciembre • \$30

DÍAS: viernes HORA: 4-5 p.m.

FECHAS Y COSTO: 12 al 26 de septiembre • \$40

3 al 24 de octubre • \$40

7 al 28 de noviembre • \$30

5 al 12 de diciembre • \$20

DÍAS: lunes HORA: 5-6 p.m.





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.



ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO INTERMEDIO/AVANZADO PARA NIÑOS

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



FECHAS Y COSTO:

6 al 27 de septiembre • \$40 4 al 25 de octubre • \$40 1 al 29 de noviembre • \$40 6 al 13 de diciembre • \$20

DÍAS: martes HORA: 4 - 5 p.m. EDADES: 10 - 17 años de edad

CLÍNICA DE BALONCESTO DE VACACIONES DE INVIERNO

Nuestro campamento de baloncesto de invierno ofrece instrucción motivadora y de calidad en un ambiente divertido y competitivo, utilizando nuestro gimnasio de baloncesto de última generación. Este programa cubre estiramientos adecuados, ejercicios ofensivos y defensivos, y prácticas correctas de tiro.

INSCRIPCIÓN: 20 – 29 de diciembre

DÍAS: martes y jueves

HORA, EDADES Y COSTO:

10:30 - 11 a.m. • 5 - 6 años de edad • \$20

COSTO POR DÍAS: \$10 Por día

CLÍNICA DE BALONCESTO JUVENIL - COED

Nuestra Clínica de Baloncesto Juvenil ofrece instrucción motivacional y de calidad en un ambiente divertido y competitivo. Este programa cubre estiramientos adecuados, ejercicios ofensivos y defensivos, y prácticas correctas de tiro.

UBICACIÓN: Indio Teen Center

INSCRIPCIÓN: octubre DÍAS: sábados

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

28 COSTO: \$50

FOOTBALL

JUVENTUD DE INVIERNO FOOTBALL CLINIC

Si eres un entusiasta del fútbol que quiere mejorar tu juego de pies, velocidad y habilidades, únete a nuestra Clínica de Habilidades de Fútbol Juvenil Winter Indio. Este programa te enseñará ejercicios de fútbol,



ejercicios de juego de pies y habilidades de velocidad y agilidad para llevar tu juego al siguiente nivel.

UBICACIÓN: Indio Teen Center FECHAS: 20 – 29 de diciembre

DÍAS: martes y jueves

EDADES, HORA Y COSTO:

7 – 10 años de edad • 8 – 9 a.m. • \$40

11 – 14 años de edad • 9:15 – 10:15 a.m. • \$60

CLASES MULTIDEPORTE PEQUEÑOS CAMPEONES

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



INSCRIPCIÓN:

septiembre octubre noviembre

DÍAS: lunes O miércoles

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

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

(meses con menos sesiones tendrán tarifa ajustada)





ACONDICIONAMIENTO DEPORTIVO PARA ADOLESCENTS

Mejore sus habilidades atléticas, agilidad y trabajo de pies como una excelente forma de acondicionamiento para todos los deportes. Esta clase incorpora ejercicios de velocidad, ejercicios de peso corporal, ejercicios cardiovasculares y ejercicios pliométricos para un entrenamiento de cuerpo completo.

UBICACIÓN: Indio Teen Center

DÍAS: lunes y miércoles

FECHAS Y COSTO: 3 al 26 de octubre • \$50

2 al 30 de noviembre • \$40

HORA: 7:30 – 8:15 p.m. EDADES: 14 – 16 años de edad

ACONDICIONAMIENTO DEPORTIVO JUVENIL

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

INSCRIPCIÓN: En curso

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

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

ACADEMIA DE DEPORTES JUVENILES

Estas academias permiten a los participantes aprender múltiples deportes como fútbol, voleibol, tiro con arco, baloncesto, atletismo y kickball. Mantienen a los niños activos durante los descansos escolares en los meses de invierno.

Feriado de Día de Gracias

FECHAS: 21 – 23 de noviembre DÍAS: lunes martes miercoles

HORA: 9 a.m. - 1 p.m.

EDADES: 5 – 14 años de edad

COSTO: \$60 NOTA: Empaca un almuerzo

Descanso navideño

FECHAS: 27 – 29 de diciembre DÍAS: martes miércoles jueves

HORA: 9 a.m. – 1 p.m.

EDADES: 5 – 14 años de edad

COSTO: \$60 NOTA: Por favor empaca un almuerzo

PICKLEBALL

PICKLEBALL - JUEGO ABIERTO

Ofrecemos competencia amistosa y diversión de Pickleball dentro de nuestro Centro Comunitario Indio. ¡No hay necesidad de preocuparse por las condiciones climáticas en el exterior o las canchas de tenis llenas de gente!

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: lunes y miércoles

HORA: 7 - 9 a.m.

EDADES: 10 años de edad y más

COSTO: \$5 Drop-In por día o GRATIS para miembros de

DRD Get Fit Pass

CORRER

CORREDORES DEL DESIERTO

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

DÍAS: martes y jueves

FECHAS: 4 de octubre – 10 de noviembre

HORA, EDADES Y COSTO:

 $3:30 - 4 \text{ p.m.} \cdot 5 - 9 \text{ años de edad } \cdot 60 $4 - 4:45 \text{ p.m.} \cdot 10 - 14 \text{ años de edad } \cdot 75

FÚTBOL

DIMINUTAS ESTRELLAS DE FÚTBOL

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

DÍAS: lunes **O** miércoles

FECHAS: 1 – 29 de septiembre, 3 – 27 de octubre 1 al 30 de noviembre, 1 – 15 de diciembre

HORA: 3:15 – 3:45 p.m. AGES: 4 – 6 Years of Age

COSTO: \$10 a \$20 por mes dependiendo del número de

sesiones en el 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.



DIMINUTAS ESTRELLAS DE FÚTBOL (CONTINUACIÓN)

UBICACIÓN: Indio Teen Center

Pequeñas estrellas de fútbol - Sábados

INSCRIPCIÓN: 10 – 24 de septiembre DÍAS: sábados HORA: 8:15 – 8:45 a.m.

EDADES: 4 – 6 años de edad COSTO: \$15

Vacaciones de invierno Pequeñas estrellas de fútbol

INSCRIPCIÓN: 19 – 28 de diciembre

DÍAS: lunes y miércoles HORA: 8:15 – 8:45 a.m. EDADES: 4 – 6 años de edad COSTO: \$15

CLÍNICAS DE FÚTBOL JUVENIL EN VACACIONES DE INVIERNO

Nuestras clínicas se centrarán en varios ejercicios para mejorar sus habilidades futbolísticas; para aquellos de 11 a 14 años de edad, la clínica está diseñada para jugadores que buscan mejorar su técnica, velocidad y creatividad en general en el campo de fútbol. Para los jugadores más jóvenes, las clases también cubrirán los fundamentos del deporte del fútbol.

UBICACIÓN: Indio Teen Center INSCRIPCIÓN: December 19 – 28

DÍAS: lunes y miércoles

HORA Y EDADES: 9 a.m. − 10 a.m. • 6 − 10 años de edad

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

COSTO: \$30

CLÍNICA DE FÚTBOL JUVENIL -6 - 10 AÑOS DE EDAD

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

UBICACIÓN: Indio Community Center

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: lunes y miércoles

HORA: 4-5 p.m. COSTO: \$60 por Mes

UBICACIÓN: Indio Teen Center

INSCRIPCIÓN: 10 – 24 de septiembre DÍAS: sábados

HORA: 9 – 10 a.m. COSTO: \$30

CLÍNICA DE FÚTBOL JUVENIL -11 - 14 AÑOS DE EDAD

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



INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: lunes y miércoles HORA: 5:15 – 6:15 p.m. COSTO: \$60 por Mes

T-BALL

NOVATOS DE T-BALL

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



UBICACIÓN: Indio Teen Center

FECHAS: sábados, 5 al 19 de noviembre

HORA: 9 - 9:45 a.m. EDADES: 4 - 6 años de edad

COSTO: \$22.50

PISTA Y CAMPO

CLÍNICA DE ATLETISMO

Aprende eventos de atletismo para mejorar tus habilidades atléticas. Aprenderás carreras de corta y larga distancia, técnicas de salto largo y triple, y más. Las clases se llevarán a cabo en el interior y al aire libre dependiendo del clima.

EDADES Y HORA: **5 – 9 años de edad**, 5:15 – 6 p.m. DÍAS, FECHAS Y COSTO:

lunes: 12 – 26 de septiembre • \$22.50

3 – 24 de octubre • \$30

7 – 28 de noviembre • \$22.50



CLÍNICA DE ATLETISMO (CONTINUACIÓN)

EDADES Y HORA: 10 – 14 años de edad, 6 - 7 p.m.

DÍAS, FECHAS Y COSTO:

lunes: 12 – 26 de septiembre • \$30

3 – 24 de octubre • \$40

7 – 28 de noviembre • \$30

VÓLEIBOL

VOLEIBOL PRINCIPIANTE

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

Vóleibol principiante para niñas

MESES Y COSTO: 7 - 28 de septiembre • \$40

5 - 26 de octubre • \$40

2 – 30 de noviembre • \$40

7 – 14 de diciembre • \$20

DÍAS: miércoles HORA: 7 – 8 p.m.

EDADES: 7 - 10 años de edad

VOLEIBOL FEMENINO INTERMEDIO/ AVANZADO

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

en la cancha!

MESES Y COSTO:

7 al 28 de septiembre • \$40 5 al 26 de octubre • \$40

2 al 30 de noviembre • \$40

7 al 14 de diciembre • \$20

DÍAS: miércoles

HORA: 8 - 9 p.m.

EDADES: 10 – 17 años de edad

VOLEIBOL ABIERTO

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

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: viernes

HORA: 6-9 p.m. EDADES: 5 años de edad y más COSTO: GRATIS para miembros de DRD Get Fit Pass o

tarifa de entrada de \$5



PROGRAMAS DE NIÑOS PEQUEÑOS

PEQUEÑOS DEPORTISTAS

Los niños participarán en una variedad de movimientos relacionados con los deportes durante ejercicios estructurados y mejorarán sus habilidades motoras gruesas. Cada clase se centrará en un ejercicio deportivo diferente, ejercicios y juegos de alto y bajo nivel, todo en un ambiente no competitivo.

UBICACIÓN: Indio Teen Center

FECHAS Y COSTO: 10 al 24 de septiembre • \$20

1 al 22 de octubre • \$25 5 al 19 de noviembre • \$20

DÍAS: sábados HORA: 10:15 – 11 a.m.

EDADES: 1½ - 3 años de edad



PEQUEÑOS EXPLORADORES

Los niños participarán en una variedad de ejercicios en el salón de clases que incluyen arte, ciencia, deportes y movimiento, y serán guiados a través de divertidos y divertidos experimentos y manualidades para mostrarles a mamá y papá.

FECHAS: 2 – 30 de septiembre, 7 – 28 de octubre

4 – 18 de noviembre

DÍAS: viernes HORA: 9 a.m. – 12 p.m.

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



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.

Fo

PROGRAMAS DE NIÑOS PEQUEÑOS

MAMIYYO

Este programa proporciona interacción social entre padres y niños pequeños. Juntos explorarán el ritmo, el movimiento, la creatividad a través de la canción, junto con el juego en interiores y exteriores. Aprenda conceptos simples que usted y su niño pequeño pueden explorar juntos.



UBICACIÓN: Indio Teen Center

FECHAS Y COSTO: 9 al 30 de septiembre • \$30

7 al 28 de octubre • \$30 4 al 18 de noviembre • \$25

DÍAS: viernes HORA: 9 - 10:30 a.m. FDADES: 1% - 2% años de edad

DÍA DE ARTE DESORDENADO DE MAMÁ Y YO

Esta clase de mamá y yo sin cita contará con actividades para su niño pequeño en torno al tema del arte desordenado. Esta es una gran oportunidad para que su niño pequeño socialice con niños de su mismo grupo de edad y aprenda conceptos simples que usted y su niño pequeño pueden explorar juntos.



UBICACIÓN: Indio Teen Center FECHAS: jueves, 29 de diciembre

HORA: 9 - 10:30 a.m.

EDADES: 1½ - 2½ años de edad

COSTO: \$10

¡Encuentra la creatividad!

PEQUEÑOS

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

INSCRIPCIÓN: septiembre octubre noviembre

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

EDADES: 3 – 5 años de edad

COSTO: \$260 por Mes*

*Tarifa promedio por mes; los meses con menos o más días

de programa pueden tener tarifas diferentes

Tiny Tots – Campamento de invierno

DÍAS/FECHAS DE INSCRIPCIÓN:

lunes 19 de diciembre a jueves 22 de diciembre martes 27 de diciembre a jueves 29 de diciembre

HORA: 9 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 3 – 5 años de edad COSTO: \$120 para toda la sesión



Indio Hills

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



50 ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

PROGRAMA PARA PERSONAS MAYORES **DE INDIO HILLS**

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



INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes, miércoles, jueves HORA: 9 a.m. – 12 p.m. EDADES: 50 años de edad y más COSTO: Gratis



CASA CLUB TRADICIONAL DESPUÉS DE LA ESCUELA

Nuestros programas extracurriculares ofrecen un espacio seguro y divertido para que los niños estén activos, obtengan ayuda con la tarea y sean sociables.

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

DÍAS: lunes a viernes

HORA: Salida Escolar a las 5:30 p.m.

EDADES: 5 - 17 años de edad

COSTO: Gratis*

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



EVENTOS DE LA COMUNIDAD

CHILI COOK OFF Y COMIDA COMPARTIDA **COMUNITARIA**

¡Únase a la tradición anual de Indio Hills! Si está interesado en formar parte de esta tradición, traiga una olla colmada de su mejor chili y únase a la fiesta. (Proporcionamos platos, tenedores y servilletas).

FECHAS: sábado, 15 de octubre

HORA: 4 - 6 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

FIND DISTRIBUCIÓN DE ALIMENTOS

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

DISTRIBUCIÓN: Segundo viernes del mes (puede excluir vacaciones)

HORA: 9:30 – 11:30 a.m.

(o hasta que se haya distribuido toda la comida)

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis



HALLOWEEN SPOOKTACULAR

¡Únase a nosotros para pasar un rato inquietantemente

divertido! ¡Tenemos varias actividades divertidas como: manualidades con temas de Halloween, juegos, concursos de disfraces, premios y más!

FECHAS: sábado, 29 de octubre

HORA: 6:30 - 8:30 p.m. **EDADES:** Todas las edades

COSTO: Gratis



COMIDA FESTIVA COMPARTIDA: UNA CELEBRACIÓN DE INVIERNO

Abriremos nuestras puertas para recibir a todos los maravillosos miembros de la comunidad que desea celebrar las fiestas con comida, diversión y risas. Traiga el plato tradicional de las fiestas de su familia, como: champurrado, jamón al horno, tamales y más.

FECHAS: viernes, 16 de diciembre

HORA: 5-7 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis



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 siquen.



EVENTOS DE LA COMUNIDAD

VENTA DE GARAJE DE LA COMUNIDAD DE INDIO HILLS

¡La posesión olvidada de otra persona puede ser tu nuevo tesoro! El Centro Comunitario de Indio Hills llevará a cabo este evento **GRATUITO** en el estacionamiento, destinado a crear un ambiente seguro para que los miembros de la comunidad vendan bienes no deseados. Los espacios son limitados, por lo tanto, comuníquese con Ana Velasquez llamando al 760-347-3484 para reservar su espacio

FECAHS: sábado, 12 de noviembre HORA: 7 a.m. – 12 p.m.



¡Este juego tradicional nunca deja de unir a la gente con el único propósito de divertirse! Se otorgarán pequeños premios a los ganadores. Se venderán



refrescos y aperitivos ligeros durante el evento.

FECAHS: viernes, 16 de septiembre HORA: 6 – 7:30 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

ES EL EVENTO DE MANUALIDADES DE TEMPORADA NAVIDEÑA

¡Qué gran manera para que los más pequeños comiencen la temporada de fiestas creando artesanías hechas a mano, cantando canciones navideñas y conociendo nuevos amigos! Algunas estaciones de manualidades que hemos planeado: decoración de galletas, pintura de adornos, pintura de bellotas y más!

FECHAS: sábado, 17 de diciembre

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

EDADES: 5 – 14 años de edad COSTO: \$15





Una nota sobre todas las películas al aire libre: Tenga en cuenta que las inclemencias del tiempo, como los vientos fuertes, pueden alterar la proyección programada de cualquier película, lo que incluye un posible aplazamiento o traslado de la proyección al interior.

PELÍCULAS EN EL PARQUE/NOCHES DE CINE

Nos complace estar planeando una película en el Parque Comunitario de Indio Hills en septiembre. Consulte los listados en nuestro sitio web en MyRecreationDistrict.com/ movies para obtener los títulos, ubicaciones, fechas y horarios de películas más actualizados.





EVENTO MULTIDEPORTIVO

Venga a aprender sobre varios deportes en este evento que ofrecerá ejercicios, escaramuzas e instrucción de calidad. Los deportes incluyen fútbol, baloncesto, fútbol y hockey callejero. ¡Te divertirás practicando cada deporte y quizás descubras cuál es el que más te gusta!

FECHAS: sábado, 5 de noviembre

HORA: 9 a.m. – 1 p.m.

EDADES: 7 - 12 años de edad

COSTO: \$25

REUNIÓN DEL CONSEJO COMUNITARIO DE INDIO HILLS

FECHAS: **18 de octubre**, **15 de noviembre** HORA: **6 – 8 p.m.**

*Las reuniones se llevarán a cabo en línea hasta nuevo aviso. Para obtener más información, visite: https://rivco4.org/Councils/Community-Councils

La Quinta

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

50 ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

FORMA FÍSICA **DESPUÉS DE 50**

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



INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes, miércoles, viernes HORA: 12 – 1:15 p.m.

EDADES: 50 años y mayores

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

tarifa de entrada de \$ 5

MIÉRCOLES DE BOLOS DE WII

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: miércoles HORA: 1:30 – 2:30 p.m.

EDADES: 50 años y mayores

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

tarifa de entrada de \$ 5

CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

CLUB DE NIÑOS - VISTA DUNES

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



UBICACIÓN:

Vista Dunes Apartment Complex

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

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

EDADES: 5 - 17 años de edad

COSTO: Gratis

ACTIVIDADES DE "MESA DE NIÑOS" DE ACCIÓN DE GRACIAS

¡Haga que su hijo se una a nosotros un poco antes en la "Mesa de niños" de Acción de Gracias! ¡Su hijo disfrutará de una mañana haciendo manualidades, jugando juegos activos y haciendo un delicioso manjar!

FECAHS: martes, 22 de noviembre

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

COSTO: \$15 por Persona

CAMPAMENTO DE DÍA DE INVIERNO

Nuestro Winter Camp Sampler es la oportunidad perfecta para que su hijo disfrute de una experiencia similar a la de un campamento de verano durante las vacaciones de invierno. Además de los temas, cada día también incluirá juegos, manualidades y almuerzo. Su hijo deberá traer una bolsa de almuerzo todos los días.

DÍAS Y TEMAS:

lunes – Artesanía del País de las Maravillas de Invierno

martes – horneado festivo saludable miércoles - Juegos de invierno locos

iueves – Snowtacular

FECHAS: 19 - 22 de diciembre HORA: 8:30 a.m. - 12 p.m. EDADES: 4 - 12 años de edad

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

EVENTOS DE LA COMUNIDAD

ELABORACIÓN DE CASAS DE PAN DE JENGIBRE Y NOCHE DE MANUALIDADES **NAVIDEÑAS**

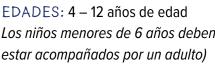
Disfrute de una noche llena de diversión con música, chocolate caliente, artesanías y su propio kit para hacer casas de pan de jengibre.

FECHAS: viernes, 16 de diciembre

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

EDADES: 4 – 12 años de edad Los niños menores de 6 años deben

COSTO: \$20





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.



BALLET PARA PRINCIPIANTES

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

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS Y HORA:

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

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



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

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS Y HORARIOS:

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

O viernes , 9 - 9:45 a.m.

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



ENTRENAMIENTO PERSONAL -

(Sesiones individuales, 30 minutos y pack de 5)

¡Previene lesiones, ve resultados, alcanza tus objetivos!

Desde lecciones privadas de yoga y tai chi, estiramientos y
entrenamiento con pesas, o sesiones de deportes específicos,
el entrenamiento personal maximizará su salud y lo guiará
hacia el logro de sus objetivos de acondicionamiento físico.
Todos los entrenadores están certificados por una
organización acreditada y personalizarán cada plan de
entrenamiento según sus necesidades.

INSCRIPCIÓN: En curso

Comuníquese con el gimnasio comunitario de La Quinta para reservar su entrenamiento.

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: Sesión Única de **60 Minutos** – \$80 5 Sesiones de **60 Minutos** – \$350

Sesión Individual de **30 Minutos** – \$45

5 Sesiones de **30 Minutos** – \$195

FUSIÓN FITNESS

Únase a esta clase de acondicionamiento físico que incorporará yoga, pilates, barra y acondicionamiento físico funcional. Esta es una gran clase para obtener un entrenamiento de cuerpo completo.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: martes y jueves HORA: 9 – 10 a.m. EDADES: 18 años de edad y más COSTO: \$65 por Mes COSTO POR DÍA: \$15 por Clase

BIENESTAR MATERNO Y AUTOCUIDADO PARA MAMAS

Todas las mamás (¡incluidas las que están embarazadas!) son bienvenidas a tener un merecido tiempo mental "YO" y conectarse con otras mamás locales. Disfrute de la meditación guiada, el movimiento intuitivo y la expresión para ayudarlo.

INSCRIPCIÓN: 3 de septiembre – 3 de diciembre

DÍAS: sábados TIME: 8 – 9:30 a.m.

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$100 para toda la serie COSTO POR DÍA: \$25 NOTA: El cuidado de niños estará disponible por \$7 por niño en la primera sesión de cada mes únicamente.

MAMI Y YO YOGA

Esta clase única combina yoga y juego para fortalecer el vínculo entre un niño pequeño y su cuidador. Experimente asanas fluidas, desafiantes, posturas y restauración relajante en un espacio lúdico y seguro.

INSCRIPCIÓN: octubre, noviembre, diciembre

DÍAS: sábados HORA: 9 – 9:45 a.m.

EDADES: Adultos y niños menores de 4 años

COSTO: \$30 por Mes COSTO POR DÍA: \$12 por Clase

YOGA A LA LUZ DE LA LUNA

Disfrute del yoga aún más con un paisaje desértico, la puesta del sol y la salida de la luna en el Parque Comunitario La Quinta. ¿Qué más podría pedir del entorno perfecto de la clase de yoga? No querrá perderse esta rara oportunidad de clase de otoño.

FECHAS: 8 – 29 de septiembre, 6 – 27 de octubre, 3 – 17 de noviembre

DÍAS: jueves HORA: 6:30 – 7:30 p.m.

EDADES: 14 años de edad y más

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



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

ZUMBA

¡Todas las personas de todas las edades adoran Zumba! La música animada te llevará a un baile para quemar calorías que es divertido y saludable para ti, independientemente de tu nivel de condición física.



INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes, miércoles, sábados

HORA: 10 – 11 a.m. EDADES: 16 años y mayores COSTO: \$60 por Mes COSTO POR DÍA: \$8



NOCHE DE PADRES

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

DÍAS: sábados HORA: 5 - 8:30 p.m. FECHAS: 10 de septiembre, 8 de octubre

12 de noviembre, 10 de diciembre

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

DÍA DE COMPRAS

¿Está encontrando que su lista de "cosas por hacer" se hace más larga mientras que su tiempo libre se acorta? ¡Relájese sabiendo que su hijo se divertirá mucho haciendo manualidades navideñas, jugando juegos al aire libre y preparando un sabroso refrigerio con otros amigos de su edad mientras usted hace sus mandados!

FECHAS: sábado, 10 de diciembre HORA: 1 – 5 p.m.

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

DÍA DE COMPRAS Y NOCHE DE PADRES – COMBO

Haga sus compras mientras los niños están con nosotros y luego continúe su velada con esa persona especial.

FECHAS: sábado, 10 de diciembre HORA: 1 – 8:30 p.m.

EDADES: 4 – 12 años de edad COSTO: \$45



ADULT SLOW PITCH SOFTBALL LEAGUE

Piji Jugar a la pelota!!! ¡Reúna a sus amigos y familiares para pasar un buen rato al aire libre jugando uno de los mejores deportes de todos los tiempos en Estados Unidos! Los participantes mayores de 18 años son bienvenidos. Los juegos se jugarán en el campo de béisbol Francis Hack. Los playoffs se llevarán a cabo para los 4 mejores equipos la semana después de que finalice la liga.

LIGAS, DÍAS Y FECHAS:

lunes COED: 12 de septiembre – 31 de octubre

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

HOMBRES jueves: 13 de septiembre – 1 de noviembre HORA: 6:15 – 10:15 p.m. EDADES: 18 años y mayores

COSTO: \$400 / Equipo



Eventos de la Ciudad de La Quinta

Serie Concierto en el Parque @ SilverRock Park

Se puede encontrar más información para los próximos conciertos. visitando el sitio web de la ciudad de La Quinta en www.playinlaquinta.com/Signature-Events

9/11 Vigilia con velas

11 de septiembre a las7 p.m.

Únase a sus vecinos para honrar a las víctimas de los ataques terroristas del World Trade Center, el Pentágono y Shanksville, Pensilvania. Este evento contará con actuaciones musicales, discursos de dignatarios locales y arte público compuesto a partir de los restos del edificio del World Trade Center.

Reconocimiento a veteranos en el patio del ayuntamiento 11 de noviembre a las 9 a.m.

Honramos a nuestros residentes de La Quinta que han servido en el ejército y reconocemos los sacrificios de todos los miembros del servicio.

Evento de iluminación del árbol @ Civic Center Campus 2 de diciembre a las 6 p.m.

¡Únase a nosotros en Civic Center Park para disfrutar de un poco de alegría navideña!

Para obtener más información sobre estos eventos y más sucediendo en la Ciudad de La Quinta, visítanos en LAQUINTACA.GOV 37



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.



BOCCE BALL VIERNES

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



Este es un programa GRATUITO y es un juego recreativo para salir al aire libre y disfrutar de nuestros meses de verano con amigos y familiares.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: viernes

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

COSTO: libre y abierto a la comunidad

TIEMPO DE CANCHA ABIERTA LA QUINTA BOYS & GIRLS CLUB

Gracias a una asociación entre DRD, Boys & Girls Club y la ciudad de La Quinta, se ofrecerá voleibol los martes y jueves por la noche y baloncesto los miércoles por la noche. Las puertas se abrirán a las 6:45 p.m.

INSCRIPCIÓN: 1 de septiembre – 22 de diciembre DÍAS: martes, miércoles, jueves HORA: 7 – 9 p.m.

EDADES: Todas las edades (13 años de edad y menores deben estar acompañados por un adulto)

COSTO: \$5 Entrada diaria o \$30 por 8 visitas Express Pass

ACONDICIONAMIENTO DEPORTIVO JUVENIL

Mejora tus habilidades atléticas, agilidad y juego de pies. Esta clase incorpora ejercicios de velocidad, ejercicios de peso corporal, ejercicios cardiovasculares y ejercicios pliométricos y ofrece un entrenamiento de cuerpo completo. Esta clase está orientada al acondicionamiento para todos los deportes.



INSCRIPCIÓN: octubre, noviembre, diciembre HORAS Y EDADES:

3:30 - 4:30 p.m. • 7 - 9 años de edad 4:30 - 5:30 p.m. • 10 - 13 años de edad

DÍAS: martes COSTO: \$40 por Mes



📞 ACTIVIDADES DE NATACIÓN Y AGUA

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

Tenga en cuenta: las sesiones de clase con menos fechas de clase pueden tener tarifas diferentes, que se indicarán según la actividad/sesión.

MERMAID SPLASH FIESTA

¡Únase a nosotros con su traje de baño favorito o ropa de piscina para darse un chapuzón en el agua en nuestra Mermaid Splash fiesta! Diviértete conociendo nuevos amigos y puedes crear tu propia corona con conchas marinas.



FECHAS: sábado 17 de septiembre

HORA: 1 – 2:30 p.m. EDADES: 5 – 11 años de edad

COSTO: \$5 por Participante

HUERTO DE CALABAZA FLOTANTE

¡Caza tu calabaza en la piscina este año! Una vez que elija uno, puede decorarlo en nuestra estación de decoración de calabazas. También habrá juegos y otras actividades. Se requiere preinscripción ya que hay plazas limitadas.

FECHAS: viernes 28 de octubre HORA: 4 – 5:30 p.m. EDADES: 5 – 11 años de edad COSTO: \$10 por Participante

PROGRAMAS DE ENTRENAMIENTO ACUÁTICO PARA ADULTOS

AERÓBICOS ACUÁTICOS PARA ADULTOS

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

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$50 por sesión excepto como se indica en diciembre

martes y jueves: HORA: 10 - 10:45 a.m.

FECHAS: Sesión 1: 20 de septiembre – 13 de octubre

Sesión 2: 18 de octubre – 8 de noviembre

Sesión 3: 15 de noviembre – 8 de diciembre

Sesión 4: 13 al 29 de diciembre (\$45 para esta sesión)

La Quinta

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

lunes y miércoles:

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

FECHAS: Sesión 1: 19 de septiembre – 12 de octubre

Sesión 2: 17 de octubre – 9 de noviembre

Sesión 3: 14 de noviembre – 7 de diciembre

Sesión 4: 12 – 28 de diciembre (\$45 para esta sesión)

Tenga en cuenta que las fechas anteriores de lunes y miércoles también ofrecen un horario de 6 a 6:45 p.m. opción, que verás al registrarte.

AQUA FIT

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

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



EDADES:

18 años de edad y más

COSTO: \$50 martes y jueves:

HORA: 9 – 9:45 a.m.

FECHAS: Sesión 1: 20 de septiembre - 13 de octubre

Sesión 2: 18 de octubre - 10 de noviembre

Sesión 3: de noviembre - 8 de diciembre

Sesión 4: 13 de diciembre - jueves 29 de diciembre

(\$45 para esta sesión)

lunes y miércoles:

HORA: 9 - 9:45 a.m.

FECHAS: Sesión 1: 19 de septiembre – 12 de octubre

Sesión 2: 17 de octubre – 9 de noviembre

Sesión 3: 14 de noviembre – 7 de diciembre

Sesión 4: 12 de diciembre – 28 de diciembre

(\$45 para esta sesión)

lunes y miércoles:

HORA: 5 - 5.45 p.m.

FECHAS: Sesión 1: 9 de septiembre – 12 de octubre

Sesión 2: 17 de octubre – 9 de noviembre

Sesión 3: 14 de noviembre – 7 de diciembre

Sesión 4: 12 de diciembre – 28 de diciembre

(\$45 para esta sesión)

CLASE DE SALPICADURAS PARA PERSONAS MAYORES

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

EDADES: 18 años de edad y más

lunes y miércoles:

FECHAS: Sesión 1: 19 de septiembre – 12 de octubre

Sesión 2: 17 de octubre – 9 de noviembre

Sesión 3: 14 de noviembre – 7 de diciembre

Sesión 4: 12 – 28 de diciembre

HORA: : 8 – 8:45 a.m. (tenga en cuenta que algunas de las fechas anteriores también ofrecen un horario de 4 a

4:45 p.m. clase, que se podrá ver al registrarse.)

COSTO: \$25 por sección

martes y jueves:

FECHAS: Sesión 1: 20 de septiembre – 13 de octubre

Sesión 2: 18 de octubre – 10 de noviembre

Sesión 3: 15 de noviembre – 8 de diciembre

Sesión 4: 13 – 29 de diciembre

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

lunes a jueves

FECHAS: Sesión 1: 19 de septiembre – 13 de octubre

Sesión 2: 17 de octubre – 10 de noviembre

Sesión 3: 14 de noviembre – 8 de diciembre

Sesión 4: 12 – 29 de diciembre

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

PROGRAMA DE NATACIÓN PARA VETERANOS

LOS VETERANOS NADAN - OPERACIÓN CONFORT

Programa acuático para Veteranos Militares. Nuestra misión es ayudar a la mayor cantidad posible de veteranos que se beneficiarían de las actividades acuáticas, que ayudan a fortalecer, promover el equilibrio y calmar la mente.

FECHAS: Sesión 1: 8 de septiembre – 8 de octubre

Sesión 2: 13 de octubre – 12 de noviembre

Sesión 3: 17 de noviembre – 17 de diciembre

DÍAS: jueves y sábados HORA: 8 – 9:30 a.m.

EDADES: Veteranos de 18 años y más COSTO: Gratis



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

50 ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

PROGRAMA PARA PERSONAS MAYORES DE

LA MECA

Únase a nosotros para el programa Mecca Senior, donde podrá disfrutar de manualidades, Fit After 50, arte, oradores invitados, recursos y mucho más. Los calendarios mensuales están disponibles en la recepción.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: lunes a jueves

HORA: 9 a.m. - 1 p.m.

EDADES: 50 años de edad y más COSTO: Gratis



MECCA SOCIALES PARA PERSONAS MAYORES

Personas mayores, únanse a nosotros en el Centro Comunitario Mecca para un día de artes creativas, karaoke, refrigerios y mucho más.

DÍAS: martes

FECHAS: 18 de octubre

6 de diciembre

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

EDADES: 50 años de edad y más

COSTO: Gratis



CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

CLUB DE NIÑOS - PASEO DE LOS HEROES

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

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

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

FDADES: 5 – 17 años de edad COSTO: Gratis



CASA CLUB DESPUÉS DE LA ESCUELA TRADICIONAL DE MECCA

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

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

HORA: Salida de la escuela – 6 p.m.

DÍAS: lunes a viernes

LOS GRADOS: Jardín de infantes hasta el grado 12

COSTO: Gratis*

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



EVENTOS DE LA COMUNIDAD

CANDY CANE LANE

Únase a nosotros en nuestro evento anual Candy Cane Lane, donde tenemos actividades divertidas planeadas como manualidades de invierno, concursos, juegos alegres, deliciosas galletas y más.

FECHAS: viernes 9 de diciembre

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

FDADES: Todas las edades COSTO: Gratis



HALLOWEEN SPOOKTACULAR

¡Únase a nosotros para pasar un rato inquietantemente divertido! Tenemos varias actividades divertidas como:

manualidades con temas de Halloween, juegos de fantasmas, concursos de disfraces, premios y más.

UBICACIÓN: Mecca Community Park

FECHAS: viernes. 28 de octubre

HORA: 5:30 - 7:30 p.m. **EDADES:** Todas las edades

COSTO: Gratis





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

FESTIVAL DE OTOÑO EN MECCA

Ven y únete a la diversión en nuestro Festival de Otoño. Disfrute de una tarde de juegos de carnaval, pintura de rostro / cabello, rifas, concursos, inflables, actividades para niños y mucho más.

UBICACIÓN: Mecca Community Park

FECHAS: viernes 18 de noviembre HORA: 3 – 6 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis



SOCIAL JUVENIL EN LA MECA

Ven y disfruta de nuestro Social Juvenil. Las actividades divertidas incluirán arte, manualidades, ciencia, baile, ejercicio, juegos grupales y mucho más.

FECHAS: viernes, 9 de septiembre

HORA: 5-7 p.m. EDADES: 6-11 años de edad

COSTO: Gratis



SALUD Y ESTADO FISICO

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: miércoles HORA: 6 – 7 p.m.

EDADES: 14 años de edad y más

COSTO:

Meses de cuatro semanas, \$17.50;

Meses de cinco semanas, \$22

COSTO POR DÍA:

\$5 por Clase





PELÍCULAS EN EL PARQUE/NOCHES DE CINE

Una nota sobre todas las películas al aire libre: Tenga en cuenta que las inclemencias del tiempo, como los vientos fuertes, pueden alterar la proyección programada de cualquier película, lo que incluye un posible aplazamiento o traslado de la proyección al interior.

Nos complace traerle películas en Park/Movie Nights.
Consulte los listados en nuestro sitio web en
MyRecreationDistrict.com/movies para obtener los títulos
de películas, ubicaciones, fechas y horarios más actualizados,
y traiga una silla de jardín con respaldo bajo o una manta
de picnic para una experiencia cinematográfica familiar.
Actualmente estamos planeando una película el 16 de
diciembre en La Meca.





NIÑOS EN LA COCINA

Los niños se llevarán a casa las recetas utilizadas para las comidas que aprendan a crear, y se les proporcionarán los ingredientes y las habilidades/herramientas para incorporar un estilo de vida saludable y activo



en sus rutinas diarias y vida familiar.

FECHAS: 26 de septiembre, 24 de octubre 28 de noviembre, 19 de diciembre

DÍAS: martes HORA: 5:30 - 7 p.m.

EDADES: 7 - 10 años de edad

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

and the Anderson Children's Foundation







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



R.I.S.E

El programa RESILIENCE, INSPIRE, SELF-EMPOWER (R.I.S.E.) ofrece clases de salud mental y bienestar que incluyen mecanismos de afrontamiento para mitigar situaciones estresantes de la vida, clases educativas sobre nutrición saludable y más. El aumento. El programa también ayuda con la autoestima positiva y la comprensión del control, el empoderamiento y el propósito.

INSCRIPCIÓN: 8 de septiembre – 27 de octubre DÍAS: martes y jueves HORA: 4 – 5:30 p.m.

EDADES: 7 – 10 años de edad COSTO: Las becas del programa

son posibles a través de la Fundación RAP





RESPLANDOR GOLF SOCIAL

Lees eso correctamente. ¡Llevamos Glow Golf al Parque Comunitario de Mecca! Únase a nosotros para un momento de diversión brillante mientras jugamos al minigolf al



aire libre en el parque. ¡Se instalará un mini campo en todo el parque para permitir la máxima diversión! El espacio es limitado por lo que es necesario registrarse.

FECHAS: sábado, 8 de octubre

HORA: 7:30 – 9 p.m. EDADES: 5 – 16 años de edad

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



Join our new Outdoor and Environmental Education program for LGTBQIA2S+ Youth.

Friends of the Desert Mountains, The Center Coachella and Desert Recreation District has partnered together to provide programs once a month for Queer Identifying youth in the Coachella Valley.

sign up with contacts below for information, question and outreach on our monthly events vbecerra@DesertMountains.org

becerra@DesertMountains.ord
Miquel@TheCenterCV.org









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

➣ Programa de Bienestar ¡Sé feliz y vive tu mejor vida!

Este programa contará con instructores capacitados que lo quiarán a través de prácticas informativas y prácticas y técnicas para reducir el estrés. Las actividades de este curso de seis semanas lo ayudarán a aprender métodos para llevar una vida más feliz. Al final del curso, se llevará a cabo un viaje de campamento que ofrece a los participantes la oportunidad de infundir lo aprendido mientras experimentan el aire libre. Estamos buscando organizar el programa en el otoño y ofrecer el curso en inglés y español.

Esta es una actividad gratuita para los residentes de North Shore gracias a una subvención del Departamento de Parques y Recreación del Estado de California y le enseñará maneras de mejorar sus niveles de bienestar y felicidad. Se crearán varias agrupaciones, incluyendo Adultos, Mayores, Familias y Jóvenes. Para obtener más información sobre este programa, envíe un correo electrónico a: outdoorfun@drd.us.com





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

EVENTOS SOCIALES PARA PERSONAS MAYORES DE LA COSTA NORTE

Personas mayores, únase a nosotros en North Shore Beach & Yacht Club para un día de artes creativas, karaoke, refrigerios y mucho más.

FECHAS: 5 de octubre, 21 de diciembre DÍAS: miércoles HORA: 5:30 – 7:30 p.m. EDADES: 50 años y mayores COSTO: Gratis



CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

CASA CLUB DESPUÉS DE LA ESCUELA TRADICIONAL DE NORTH SHORE

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



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

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

HORA: Salida de la escuela – 6 p.m.

DÍAS: lunes a viernes

GRADOS: jardín de infantes a doceavo

COSTO: Gratis*

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

43



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.



EVENTOS DE LA COMUNIDAD

CANDY CANE LANE

Únase a nosotros en nuestro evento anual Candy Cane Lane, donde tenemos actividades divertidas planeadas como manualidades de invierno, concursos, juegos alegres, deliciosas galletas y más.



FECHAS: miércoles, 7 de diciembre

HORA: 5:30 – 7:30 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

CATHOLIC CHARITIES DISTRIBUCIÓN DE COMIDA

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

DÍAS: miércoles FRECUENCIA: Cada semana

HORA: 8 – 9 a.m.

DIA DE LOS MUERTOS FESTIVAL

Ven a celebrar los recuerdos de los seres queridos mientras organizamos el tradicional evento cultural del Día de los Muertos



UBICACIÓN:

Parque comunitario de la shore norte

FECHAS: martes, 1 de noviembre HORA: 6 – 9 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

HALLOWEEN SPOOKTACULAR

¡Únase a nosotros para pasar un rato inquietantemente divertido! Tenemos varias actividades divertidas como: manualidades con temas de Halloween, juegos de fantasmas, concursos de disfraces, premios y más UBICACIÓN: Parque comunitario de la shore norte FECHAS: viernes, 21 de octubre HORA: 5 – 7 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis



FOLKLORICO (Baile Folklorico)

Aprenda los diferentes estilos de la danza que se originó en México, Folklórico. El espacio es limitado.

UBICACIÓN:

Parque comunitario de la shore norte INSCRIPCIÓN:

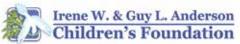
septiembre octubre noviembre

DÍAS: martes y jueves

HORA: 6-7 p.m.

EDADES: 9 – 16 años de edad

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





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.



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

EDADES: 14 años de edad y más

COSTO: \$35 por Mes COSTO POR DÍA: \$5 por Clase



PELICULAS

PELÍCULAS EN EL PARQUE/NOCHES DE CINE

Una nota sobre todas las películas al aire libre: Tenga en cuenta que las inclemencias del tiempo, como los vientos fuertes, pueden alterar la proyección programada de cualquier película, lo que incluye un posible aplazamiento o traslado de la proyección al interior.

Nos complace traerle películas en Park/Movie Nights. Consulte los listados en nuestro sitio web en

MyRecreationDistrict.com/movies para obtener los títulos de películas, ubicaciones, fechas y horarios más actualizados, y traiga una silla de jardín con respaldo bajo o una manta de picnic para una experiencia cinematográfica familiar. Actualmente estamos planeando una película el viernes 30 de septiembre en North Shore Community Park



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



PROGRAMA AL AIRE LIBRE

CLUB DE BICICLETAS Y SCOOTERS

Tu hijo se divertirá montando en bicicleta o en patinete. Esta clase enseña seguridad en bicicletas, scooters y cascos en un ambiente divertido y enriquecedor.

INSCRIPCIÓN: octubre y noviembre DÍAS: jueves HORA: 5 – 6 p.m. EDADES: 7 – 10 años de edad

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





NIÑOS EN LA COCINA

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

FECHAS: 28 de septiembre, 26 de octubre

30 de noviembre, 28 de diciembre

DÍAS: miércoles HORA: 5:30 – 7 p.m.

EDADES: 7 - 10 años de edad

COSTO: Gratis gracias a la financiación de USDA Snap/ CalFresh, and the Anderson Children's Foundation







R.I.S.E

El programa RESILIENCE, INSPIRE, SELF-EMPOWER (R.I.S.E.) ofrece clases de salud mental y bienestar que incluyen mecanismos de afrontamiento para mitigar situaciones estresantes de la vida, clases educativas sobre nutrición saludable y más. El aumento. El programa también ayuda con la autoestima positiva y la comprensión del control, el empoderamiento y el propósito.

INSCRIPCIÓN: 3 de noviembre -27 de diciembre DÍAS: martes y jueves HORA: 4-5:30 p.m.

EDADES: 7 – 10 años de edad

COSTO: Las becas del programa son posibles a través

de la Fundación RAP





RESPLANDOR DE GOLF EN EL PARQUE

Lees eso correctamente. ¡Traeremos Glow Golf bajo techo al Parque Comunitario de North Shore! Únase a nosotros para un momento de diversión brillante mientras jugamos al minigolf al aire libre en el parque. ¡Se instalará un mini campo en todo el parque para permitir la máxima diversión! El espacio es limitado por lo que es necesario registrarse

UBICACIÓN: Parque comunitario de la shore norte

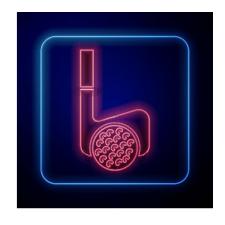
FECHAS: viernes, 4 de noviembre

HORA: 7:30 - 9 p.m.

EDADES: 5 – 16años de edad

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







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



ARTE Y ARTESANÍA

El programa de Artes y Oficios es una excelente manera de presentar a los jóvenes del este del Valle de Coachella una variedad de diferentes artes y manualidades, incluidos el dibujo y la pintura. Cada clase estará dirigida por un instructor donde



los estudiantes recibirán instrucciones paso a paso para crear su propia obra maestra.

DÍAS: lunes

FECHAS: 19 de septiembre, 10 – 24 de octubre

7 y 21 de noviembre, 5 y 19 de diciembre

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

COSTO: Gratis



EVENTOS DE LA COMUNIDAD

CANDY CANE LANE

Únase a nosotros en nuestro evento anual Candy Cane Lane, donde tenemos actividades divertidas planeadas como manualidades de invierno, concursos, juegos alegres, deliciosas galletas y más

FECHAS: viernes 2 de diciembre

HORA: 6 - 8 p.m.

EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis



EL OASIS "NOCHE DE LOTERÍA"

¡Estamos emocionados de dar la bienvenida a la comunidad de Oasis y las comunidades circundantes para que se unan a nosotros en una noche de juegos, comunidad y diversión! Estaremos organizando dos noches de Lotería este verano. Todos son bienvenidos a participar en una noche de lotería de ritmo rápido y divertido

FECHA: viernes, 23 de septiembre

HORA: 6:30 – 7:30 p.m. EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis

HALLOWEEN SPOOKTACULAR

¡Únase a nosotros para pasar un rato inquietantemente divertido! Tenemos varias actividades divertidas como: manualidades con temas de Halloween, juegos de fantasmas, concursos de disfraces, premios y más.

FECHA: sábado, 22 de octubre

HORA: 5 – 7 p.m.

EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis



OASIS BIKE & ZONA DE SEGURIDAD

Venga al Parque Oasis Del Desierto donde tendremos una Zona de Seguridad y Bicicletas. Repasaremos los conceptos básicos de andar en bicicleta, seguridad, uso adecuado del casco y más.

FECHA: jueves, 6 de octubre HORA: 6:30 – 7:30 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis



REUNIÓN COMUNITARIA DE RECREACIÓN **DE OASIS**

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

CUANDO: jueves 29 de septiembre a las 6:30 p.m.



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

FERIA DE RECURSOS COMUNITARIOS DE OASIS DE DEISERTO

¡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 y vivienda hasta programas de entrega de alimentos. Estas organizaciones están aquí para ayudar. Se proporcionarán refrigerios, bebidas y premios de rifa, así que traiga a su familia y amigos y aprenda sobre los recursos disponibles para usted.

FECHA: viernes, 4 de noviembre HORA: 6:30 – 8:30 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

SOCIAL JUVENIL EN EL PARQUE

¡Vamos a organizar un evento social para jóvenes en el parque para que los jóvenes de la comunidad de Oasis vengan y disfruten de una noche de juegos, música, baile, risas y diversión!

FECHA: viernes 18 de noviembre HORA: 6:30 – 8 p.m.

EDADES: 6 – 13 años de edad COSTO: Gratis



GOLF EN OASIS

¡Damos la bienvenida a los niños de la comunidad de Oasis para que se unan a nosotros en el golf nocturno en el parque! No se requieren habilidades, se proporcionarán los materiales. Esta es una



oportunidad perfecta para introducir a nuestros jóvenes al deporte del golf, donde aprenderán a trabajar en colaboración y aprenderán los conceptos básicos necesarios para desarrollar sus habilidades de golf.

DÍAS: los lunes

FECHAS: 7, 14, 21, 28 de noviembre

5 y 12 de diciembre

HORA: 6:30 - 8 p.m.

EDADES: 7 – 17 años de edad COSTO: Gratis



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



DEPORTES ADAPTABLES Y RECREACIÓN

TENGA EN CUENTA: Varias de las siguientes clases adaptativas serán al aire libre a partir de septiembre; por favor verifique la ubicación al registrarse.

Las sillas deportivas están disponibles para su uso durante los programas de adaptación. Las instrucciones para solicitar una silla deportiva se darán durante el registro.

ABILI-TEE

Instructores expertos de golf guiarán a los participantes a través del putt, el chipping, el drive y el juego en el campo durante las 7 clases prácticas. Un enfoque en



el juego de curso progresivo y el desarrollo de habilidades hará que los participantes avancen en el juego regular.

INSCRIPCIÓN: 4 de octubre – 15 de noviembre

DÍAS: martes HORA: 9 – 10:30 a.m.

EDADES: 16 años de edad y más con una discapacidad

o una necesidad especial

COSTO: \$75

BALONCESTO ADAPTATIVO

El baloncesto puede mejorar el nivel de condición física de un jugador mientras trabaja en conjuntos de habilidades que incluyen tiros y regates. Los participantes recibirán instrucción de nuestros entrenadores adaptativos mientras trabajan en los simulacros. Programas



de los lunes en colaboración con So Cal Adaptive Sports.

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

COSTO: \$25 por Mes DÍAS, FECHAS Y HORA:

lunes • 3 – 4:30 p.m.

12 – 26 de septiembre

3 – 31 de octubre

7 – 28 de noviembre

5 – 19 de diciembre

miércoles • 3 – 4:15 p.m.

7 – 28 de septiembre

5 – 26 de octubre

2 – 30 de noviembre

7 – 28 de diciembre

BOCCIA ADAPTATIVE

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



INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: miércoles HORA: 4:15 – 5 p.m.

EDADES: 10 años de edad y más con una discapacidad

o una necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes

PICKLEBALL ADAPTATIVO

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

INSCRIPCIÓN: octubre noviembre diciembre

DÍAS: jueves HORA: 4 – 5 p.m.

EDADES: 10 años de edad y más con una discapacidad

o una necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes

TENIS ADAPTADO

Una excelente manera de trabajar la coordinación mano-ojo mientras está al aire libre, aprender a jugar o mejorar sus habilidades de tenis. Todos los niveles de habilidad son bienvenidos. Este programa se ofrece gracias a una colaboración con So Cal Adaptive Sports.

INSCRIPCIÓN: octubre noviembre diciembre

DÍAS: jueves HORA: 3 – 4 p.m.

EDADES: 10 años de edad y más con una discapacidad

o una necesidad especial

COSTO: \$25 por Mes



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

CLUB ADAPTADO PARA CAMINAR, CORRER Y RODAR

Puede caminar, correr o incluso rodar en una de nuestras sillas de ruedas deportivas mientras nuestros cuerpos se mueven nuevamente en Civic Center Park. A medida que el clima se enfríe, trabajaremos en habilidades técnicas de carrera, resistencia y, por supuesto, ¡nos divertiremos MUCHO! Esta es una clase de prueba y puede extenderse durante el invierno mientras podemos disfrutar del clima al aire libre.

INSCRIPCIÓN: 3 – 24 de octubre COSTO: \$25 por Mes

DÍAS: lunes HORA: 4:30 – 5:15 p.m.

EDADES: 10 años de edad y más con una discapacidad

o una necesidad especial

WALLYBALL ADAPTATIVO

Trabaje con nosotros en la coordinación ojo-mano y las habilidades de voleibol en un emocionante mes de wallyball (también conocido como voleibol de rebote). ¡La sesión se lleva a cabo dentro de la cancha de ráquetbol y se recomienda encarecidamente el uso de las paredes para aumentar el tiempo de juego!

INSCRIPCIÓN: 1 – 29 de septiembre COSTO: \$25 por Mes

DÍAS: jueves HORA: 3 – 4:30 p.m.

EDADES: 10 años de edad y más con una discapacidad

o una necesidad especial



GUITARRA

Clase principiante enseña los conceptos básicos que necesita para empezar a tocar la guitarra. Aprende a leer tablas de acordes y tablaturas, y desarrolla habilidades como rasgueo, ritmo, punteo 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 sencilla introducción a la lectura de la notación estándar para aprender solos de guitarra sencillos.

INSCRIPCIÓN: 14 de septiembre – 12 de octubre

26 de octubre – 30 de noviembre

DÍAS: miércoles EDADES: 9 años de edad y más NIVELES Y TIEMPOS: **Comienzo** • 6 – 7 p.m. **Segundo nivel** • 7 – 8 p.m.

COSTO: \$80 por sección

PIANO/TECLADO - PRINCIPIOS I Y II

Los niños aprenderán a leer música que consta de clave de sol y de fa, pentagrama, nombres de notas y firmas de clave y tiempo simples. Los niños también aprenderán melodías rítmicas y de una sola nota que conducen a estructuras de acordes simples.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: miércoles

EDADES: 8 – 12 años de edad HORA: **Comienzo yo** • 4 – 5 p.m.

Comienzo II • 5 – 6 p.m.

COSTO: \$40 por Mes*

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



CAMP & AFTER SCHOOL PROGRAMS

CAER EN EL CAMPAMENTO DE DIVERSION

Los días de campamento estarán llenos de actividades emocionantes y estructuradas que seguramente interesarán tanto a los campistas nuevos como a los que regresan. Cada niño tendrá la oportunidad de aprender nuevas habilidades y desarrollar su autoestima a través de actividades deportivas, artes y manualidades creativas y juegos grupales. Todas las actividades se llevan a cabo bajo la atenta mirada de nuestro personal del campamento.

FECHAS: 21 – 23 de noviembre

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

GRADO: Kindergarten a Quinto

COSTO: \$85 por 3 días





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.

CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA

REAGAN TRADICIONAL DESPUES DEL PROGRAMA ESCOLAR

El Distrito de Recreación de Desert se está asociando con el Distrito Escolar Unificado de Desert Sands para presentar el Programa de Oportunidades de Aprendizaje Ampliado (ELOP) financiado por AB 130 para permitir a los estudiantes la oportunidad de asistir a programas extracurriculares sin cargo. Los estudiantes pasarán la tarde adoptando un estilo de vida saludable apoyando las recompensas del trabajo en equipo y el espíritu deportivo a través de actividades físicas, formación de equipos y salud y nutrición mientras aprenden los fundamentos de varios deportes

UBICACIÓN: Ronald Reagan Elementary School INSCRIPCIÓN: En curso durante el año escolar (puede excluir vacaciones)

DÍAS: lunes a viernes

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

GRADO: Kindergarten a Quinto COSTO: Gratis

TRADICIONAL DESPUÉS DE LA ESCUELA

Este programa, que atiende a estudiantes de la escuela primaria, ofrece un espacio seguro y divertido para que los niños estén activos, obtengan ayuda con la tarea y sean sociables. Se proporciona un refrigerio saludable todos los días y los estudiantes son supervisados por miembros del personal capacitados y profesionales

UBICACIONES:

Portola Community Center

(Abierto solo para estudiantes de Washington Charter School)

Palm Desert Community Center

(transporte por parte de DSUSD para jóvenes de la Escuela Primaria Washington Charter al Centro Comunitario Palm Desert)

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

DÍAS: lunes a viernes

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

GRADO: Kindergarten a Quinto

COSTO: \$200 cada uno para septiembre y octubre

\$150 para noviembre \$100 para diciembre

CAMPAMENTO DE INVIERNO

¡El campamento de invierno del Distrito de Recreación del Desierto es el lugar para estar! Nuestro programa recreativo de vacaciones de invierno ofrece actividades estructuradas en el lugar, deportes, juegos grupales,



entretenimiento y eventos especiales. ¡Cada día estará lleno de diversión!

FECHAS, DÍAS Y COSTO:

Semana 1: 19 – 22 de diciembre

(lunes, martes, miércoles, jueves) • \$112

Semana 2: 27 – 29 de diciembre

(martes, miércoles, jueves) • \$85

HORA: 7:30 a.m. – 6 p.m. GRADO: Kindergarten a Quinto

EVENTOS DE LA COMUNIDAD

Únase a Desert Recreation District, Jolly old Saint Nick y sus alegres duendes en esta temporada navideña para Desayuno con Santa. Estaremos sirviendo un desayuno continental y tendremos estaciones



artesanales donde podrás hacer comida para renos, decorar adornos y galletas así como terminar tu carta a Santa.

FECHA: sábado, 3 de diciembre HORA: 9 – 11 a.m. EDADES: Todas las edades COSTO: \$10 por persona

CONCIERTOS EN EL PARQUE - CICLO DE **CONCIERTOS DE OCTUBRE**

Ven a disfrutar de un concierto en el parque donde cada semana una banda diferente toca un género musical diferente para que todos disfruten. Las concesiones estarán disponibles para su compra.

Consulte nuestro sitio web en septiembre para ver la lista de bandas que tocarán este octubre.

UBICACIÓN: Palm Desert Civic Center Park Amphitheater

HORA: 6 – 9 p.m. EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis

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

TORNEO CORNHOLE DE PALM DESERT

¡Únase a nosotros en nuestro primer Torneo Corn Hole de Family & Friends! Este será un evento divertido al aire libre y se otorgarán premios a los primeros clasificados. Los equipos estarán formados por dos personas que jugarán por juego, así que forme equipos adicionales si tiene más de dos jugadores.

FECHA LÍMITE PARA REGISTRARSE: lunes, 31 de octubre FECHA DEL TORNEO: sábado, 5 de noviembre HORA: 10 a.m. – 9 p.m.

CUOTA DE INSCRIPCIÓN: \$25 Por equipo



SALÓN DE BAILE: LECCIONES DE SWING Y SALSA

¡Palm Desert está bailando su camino de regreso al bienestar! ¡Únase a estas divertidas y fáciles sesiones de 4 semanas! Estas clases le brindarán una instrucción sólida en los tan populares bailes de salón, swing, salsa, fox trot, así como una introducción al cha-cha.

FECHAS: 7 – 28 de septiembre

5 – 26 de octubre

DÍAS: miércoles HORA: 7 – 8 p.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$52 por Mes*

*Los meses con menos días de clase tendrán tarifas ajustadas

BALLET PRINCIPIANTE

Los bailarines aprenderán los pasos básicos del ballet y las posiciones iniciales de baile. Esta clase también está diseñada para mejorar la coordinación y el equilibrio de los niños al mismo tiempo que presenta la apreciación y la interpretación de la música.

ENROLLMENT:

septiembre octubre noviembre

DÍAS: sábados HORA: 10 – 10:45 a.m.

EDADES: 5 – 11 años de edad

COSTO: \$42 por Mes

BAILAR, JUGAR Y FINGER

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

INSCRIPCIÓN: septiembre octubre noviembre

DÍAS: sábados HORA: 9 – 9:45 a.m.

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

INTRODUCCIÓN A LA DANZA Y LA PERCUSIÓN

El objetivo de tocar la batería en grupo será comenzar y terminar juntos, ¡con el tiempo, la mitad de la clase tocará la batería y la otra mitad bailará! Se entregarán bufandas para bailes grupales de improvisación que conducen a solos, y los niños participarán en anatomía de llamada y respuesta, estiramientos y estiramientos dinámicos.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves HORA: 10:30 – 11:30 a.m.

EDADES: 2 – 4 años de edad

COSTO: \$40 por Mes*

*Los meses con menos días de clase tendrán tarifas ajustadas



BAILE EN LÍNEA

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

FECHAS: 7 – 28 de septiembre, 5 – 26 de octubre

DÍAS: miércoles TIME: 6 - 7 p.m.

AGES: 18 años de edad y más

COSTO: \$43 por Mes*

*Los meses con menos días de clase tendrán tarifas

ajustadas

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



TALLER DE BAILE DE SALSA PARA PRINCIPIANTES

¡Aprende a bailar salsa en esta clase divertida y fácil de 2 horas que se concentra en el baile latino más popular, la salsa! Gran ejercicio y siempre un levantador de espíritu, y tanto solteros como parejas son bienvenidos.

FECHAS: 8 de septiembre, 6 de octubre

HORA: 7 – 9 p.m. EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$28 per por Persona por Clase

TEXAS TWO STEP PARA PRINCIPIANTES

Aprenda el popular baile country y western en pareja, Texas de dos pasos: ¡Yeehaw! En este divertido y fácil taller de dos horas, aprenda los conceptos básicos, incluidos los giros de las axilas y los patrones clásicos de dos pasos. Saldrás por la puerta en dos pasos, y tanto solteros como parejas son bienvenidos.

FECHA: 15 de septiembre COSTO: \$28 por Clase HORA: 7 – 9 p.m. EDADES: 18 años de edad y más

CONJUNTO DE DANZA JUVENIL

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: martes y jueves HORA: 4 - 5 p.m.

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

Sonidos de domingo



Únase a Palm Desert Library
y Desert Recreation District
mientras le traemos
diferentes artistas del Valle
de Coachella. Seleccione los
domingos por la tarde en
nuestro Centro Comunitario
de Palm Desert.

Consulte la página de eventos comunitarios de nuestro sitio web en MyRecreationDistrict.com/community-events para fechas exactas, horas y artistas.

(%)

SALUD Y ESTADO FISICO

HULA PARA HACER EJERCICIO Y DIVERTIRSE

Los sonidos de la hermosa música hawaiana suenan mientras aprendes a hacer ejercicio con Hula. Desarrolla resistencia, flexibilidad, gracia, ritmo y equilibrio mientras aprietas el tronco, los brazos y los muslos con este baile tradicional.

INSCRIPCIÓN Y TARIFAS:

12 de septiembre - 10 de octubre • \$55 7 de noviembre - 19 de diciembre • \$66

DÍAS: lunes HORA: 6-8 p.m. EDADES: 18 años de edad y más COSTO POR DÍAS: \$14 Por día

KICKBOX CARDIO

Kickbox Cardio es una clase de fitness que combina técnicas de artes marciales con cardio 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

DÍAS: jueves HORA: 6-7 p.m. EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$ 40 por Mes COSTO POR DÍAS: \$12 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. Agregue aeróbicos y tendrá una clase que ayuda con la flexibilidad, el acondicionamiento, la forma y más.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: martes y jueves

HORA: 8:15 – 9:15 a.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$35 por Mes

COSTO POR DÍAS: \$7 Por día





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

LOS PROGRAMAS DE OTOÑO ESTÁN ABIERTOS AAQUELLOS DE 4 A 18 AÑOS DE **EDAD. \$65 POR SESIÓN DE NUEVE SEMANAS**

PROGRAMACIÓN DE OTOÑO

Las inscripciones se abren el miércoles 14 de septiembre

Primeras clases semanales de Tee 10 de octubre - 17 de diciembre (9 semanas) (SEMANA DE ACCIÓN DE GRACIAS SIN CLASES)



POR FAVOR REGISTRESE PARA FIRST TEE - COACHELLA VALLEY **CLASES AQUÍ: FTCV.ORG**

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

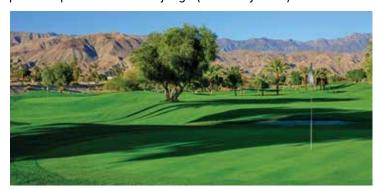
¿CONSULTAS?

Envíe un correo electrónico a Kyle Winn: kwinn@ftcv.org o llame al 760-834-6791



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

Convenientemente ubicado en el corazón de Palm Desert a la salida de Cook Street, The Golf Center at Palm Desert ofrece un amplio campo de prácticas con iluminación para uso nocturno, además de prácticas de juego corto y putting greens. Cuando haya terminado de perfeccionar su juego en el Range, juegue una ronda en nuestro campo de golf de 9 hoyos Par 3. El campo de golf es el lugar perfecto para mejorar su juego, con greens pequeños y ondulados y es el lugar perfecto para trabajar en la parte de puntuación de su juego (80 - 130 yardas).



IASAS DE GOLF (9 HOYOS)	
Juniors (menores de 17 años)	\$10
Adultos	\$20
Mayores (más de 55)	\$17
Repetición de 9 hoyos el mismo día	\$7
ÁREA DE MANEJO Cubo Mediano Cubo Grande	
CLÍNICAS DE GOLFLlame para más	detalles.
ALQUILERES Carro de arrastre Conjunto de palos Clubes individuales	\$10

Para obtener información adicional. llame al la tienda de golf al (760) 779-1877 o visite GolfCenterPD.com

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



SALUD Y ESTADO FISICO

PONTE EN FORMA CON SHARON

Combinando yoga, pilates y pesas libres, Sharon les enseña a todos, desde principiantes hasta participantes avanzados, cómo alcanzar la grandeza física y mental, desarrollar músculos y aumentar la flexibilidad.



INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes, miércoles, viernes

HORA: 9 – 10 a.m. EDADES: 16 años de edad y más COSTO: \$65 por Mes COSTO POR DÍAS: \$10 por día

DA UN PASO ADELANTE CON SHARON

Sube al ritmo de algunas canciones divertidas en el piso o sube y baja en un escalón. Step es una forma segura y divertida de aumentar el ritmo cardíaco, quemar calorías y hacer que todo el cuerpo se mueva de formas que nunca supo que podría.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: lunes y miércoles

HORA: 10:30 – 11 a.m. EDADES: 20 – 69 años de edad

COSTO: \$40 por Mes*

*Los meses con menos días de clase tendrán tarifas ajustadas

TAI CHI

TAI CHI - PRINCIPIANTES

Las técnicas de respiración profunda del Tai Chi te ayudarán a relajarte, y los movimientos lentos beneficiarán a tus articulaciones y tendones. Obtenga equilibrio, concentración y paz interior mientras hace ejercicio y aprende artes marciales en un ambiente tranquilo y no competitivo. Ideal para todos los adultos de cualquier edad o nivel de condición física.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: jueves HORA: 1 – 1:45 p.m. EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$55 por Mes* COSTO POR DÍAS: \$15 por día *Los meses con menos días de clase tendrán tarifas ajustadas

TAI CHI - INTERMEDIO

El objetivo del Tai Chi es lograr el equilibrio físico fortaleciendo los músculos y mejorando la coordinación, al mismo tiempo que se mejora el equilibrio mental. Sun Style Tai Chi, se necesita algo de experiencia en Tai Chi o artes marciales para participar en esta clase.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: lunes HORA: 12 – 12:45 p.m. EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$55 por Mes*

*Los meses con menos días de clase tendrán tarifas ajustadas

COSTO POR DÍAS: \$15 por día

YOGA - PRINCIPIANTE/INTERMEDIO

Esta clase de yoga es ideal para principiantes o personas que tienen algo de experiencia en yoga y ofrece un suave flujo de Vinyasa; vinyasa se traduce como fluir con la respiración. Otros beneficios de esta clase de yoga son aumentar el flujo sanguíneo, reducir el estrés y mejorar el bienestar.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes HORA: 7:30 – 8:30 p.m.

EDADES: 18 - 79 años de edad

COSTO: \$35 por Mes

*Los meses con menos días de clase tendrán tarifas ajustadas

YOGA - YOGA EN SILLA

Chair Yoga es ideal para cualquier persona que tenga desafíos para subir y bajar del piso. Todas las posturas se realizarán sentados o de pie. Esta clase incluirá estiramiento, equilibrio, aumento de la flexibilidad, ejercicios de respiración y meditación.



HORA: 12 – 12:45 p.m.

DÍAS: jueves

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$50 por Mes

*Los meses con menos días de clase tendrán tarifas ajustadas

COSTO POR DÍAS: \$15 por día



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

ARTES MARCIALES

PEQUEÑAS PATADAS

Esta introducción a las artes marciales proporciona un programa básico de desarrollo cardiovascular, de estiramiento y de fuerza. Está diseñado para que los niños se familiaricen con las actividades grupales, el espíritu deportivo, el juego limpio, así como el acondicionamiento mental y físico.



INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: jueves

EDADES Y HORA: 3 - 5 años de edad • 3 - 3.45 p.m.

6 - 8 años de edad • 5 - 5:45 p.m.

COSTO: \$30 por Mes*

*Los meses con menos días de clase tendrán tarifas ajustadas



AJEDREZ

AJEDREZ PRINCIPIANTE

Mejore la memoria de su hijo divirtiéndose convirtiéndose en el REY del ajedrez. Este programa está estructurado para aprender los fundamentos y aprender las estrategias para dar jaque mate a tu oponente con tácticas de pensamiento crítico y habilidades para resolver problemas

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: martes

HORA: 3:30 – 4:15 p.m. EDADES: 7 – 13 años de edad

COSTO: \$40 por Mes

AJEDREZ INTERMEDIO

Ven y únete a nosotros, diviértete compitiendo contra otros jugadores en todo el desierto. Pon a prueba tus habilidades de ajedrez y aprende nuevas técnicas sobre cómo dar jaque mate a tu oponente. En estas sesiones, dominarás la paciencia, la estrategia y el pensamiento crítico. Trae tu propio tablero y piezas.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: martes

HORA: 4:30 – 5:15 p.m. EDADES: 7 – 13 años de edad

COSTO: \$40 por Mes



PERROS DISCO

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

FECHAS: 7 y 14 de septiembre, 21 y 28 de septiembre 5 y 12 de octubre, 19 y 26 de octubre

DÍAS: miércoles HORA: 4 – 5 p.m.

EDADES: 18 años de edad y más COSTO: \$24 por sección

K9 NOSE WORK-BASIC-INTRO TO SCENT WORK WORKSHOP

Esta serie para principiantes se enfoca en enseñarle cómo alentar y desarrollar las habilidades de olfato natural de su perro. Los perros aprenden divertidos juegos de rompecabezas utilizando su deseo de cazar y su amor por la comida y los juguetes

INSCRIPCIÓN: septiembre octubre noviembre

DÍAS: martes HORA: 11 – 11:50 a.m. EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$150 por sesión de 4 semanas

K9 NOSE WORK- INTERMEDIO WORKSHOP

Esta serie intermedia se enfoca en presentarle a su perro varios olores objetivo que serán entrenados para localizar. Los equipos de perros/cuidadores comienzan a aprender juegos de rompecabezas más desafiantes que incluyen búsquedas de vehículos. Prerrequisito: K9 Trabajo de la nariz básico: introducción al trabajo del olfato

INSCRIPCIÓN: septiembre octubre noviembre

DÍAS: martes HORA: 12 - 12:50 p.m.

EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$150 por sesión de 4 semanas



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.



K9 NOSE WORK-DETECTIVE AVANZADO

Esta serie avanzada está diseñada para que los equipos de perros y adiestradores amplíen sus conocimientos y habilidades en el entrenamiento de detección de olores. Los tipos de búsquedas realizadas incluyen contenedores, vehículos, interiores y exteriores. Prerrequisito: Taller intermedio de trabajo de nariz K9.

INSCRIPCIÓN: septiembre octubre noviembre

DÍAS: martes HORA: 1 – 1:50 p.m. EDADES: 18 años de edad y más

COSTO: \$150 por sesión de 4 semanas



BALONCESTO

ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO

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



ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO: PRINCIPIANTES

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: miércoles HORA: 3:30 – 4:30 p.m.

EDADES: 7-9 años de edad

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

ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO: INTERMEDIO

INSCRIPCIÓN: En curso

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

EDADES: 10 – 14 años de edad

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

FRISBEE

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



ULTIMATE FRISBEE - 1 DÍA

FECHAS: 12 de septiembre – 31 de octubre 7 de noviembre – 19 de diciembre

DÍAS: lunes HORA: 6:30 – 8:30 p.m.

EDADES: 13 años de edad y más

COSTO: \$40 por sección COSTO POR DÍAS: \$5

ULTIMATE FRISBEE - 2 DÍAS

FECHAS: 1 de septiembre – 31 de octubre

7 de noviembre – 29 de diciembre

DÍAS: lunes y jueves HORA: 6:30 – 8:30 p.m.

EDADES: 13 años de edad y más

COSTO: por sección COSTO POR DÍAS: \$5

CLASES MULTIDEPORTE ACONDICIONAMIENTO DEPORTIVO JUVENIL

Mejora tus habilidades atléticas, agilidad y juego de pies. La clase de acondicionamiento deportivo para jóvenes

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

ENROLLMENT: En curso

DÍAS: miércoles HORA: 6 – 7 p.m.

EDADES: 7 – 14 años de edad

COSTO: \$40 por Mes*

*Los meses con menos días de clase tendrán tarifas ajustadas



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

PICKLEBALL

PICKLEBALL DE INTERIOR - JUEGO ABIERTO

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

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

EDADES: 13 años de edad o más

COSTO: \$5 por día o GRATIS para los miembros

del DRD Get Fit Pass

CLÍNICAS DE PICKLEBALL -NIVEL PRINCIPIANTE

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

ENROLLMENT: En curso DÍAS: lunes

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

COSTO: \$95 por Mes, \$25 por día

CLÍNICAS DE PICKLEBALL – NIVEL PRINCIPIANTE AVANZADO

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

ENROLLMENT: En curso DÍAS: miércoles

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

COSTO: \$95 por Mes, \$25 por día



CLÍNICAS DE PICKLEBALL AL AIRE LIBRE: NIVEL INTERMEDIO A AVANZADO

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

Planifique su horario con el instructor

ENROLLMENT: En curso

DÍAS: viernes HORA: 7:30 – 9 a.m. EDADES: 16 años de edad o más COSTO: \$95 por Mes, \$25 por día

FÚTBOL

CLÍNICA DE FÚTBOL JUVENIL DE PALM

DESERT - PRINCIPIANTES

Esta clase desarrollará una comprensión de los aspectos atractivos y emocionantes del fútbol y mejorará sus habilidades auditivas, sociales y atléticas.
Cada actividad está diseñada para ser divertida y de ritmo rápido.

ENROLLMENT: En curso

DÍAS: sábados HORA: 10 – 11 a.m.

EDADES: 5 - 7 años de edad

COSTO: \$40 por Mes*

*Los meses con menos días de clase

tendrán tarifas ajustadas



CLÍNICA DE FÚTBOL DE PALM DESERT -INTERMEDIO

El objetivo de esta clínica intermedia es proporcionar un entorno divertido y estructurado para cada jugador, lo que ayudará a desarrollar sus habilidades atléticas. El enfoque de nuestras clases es que cada niño participe activamente en juegos divertidos y habilidades desarrollo.

ENROLLMENT: En curso

DÍAS: sábados HORA: 11 a.m. – 12 p.m.

EDADES: 8 - 10 años de edad

COSTO: \$40 por Mes*

*Los meses con menos días de clase tendrán tarifas ajustadas

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



FÚTBOL DE PADRES Y YO

Esta clase se enfoca en el desarrollo y aprendizaje de niños de 2 a 4 años. Las mejoras en las habilidades motrices y sociales se realizan a través de divertidos juegos de instrucción y carreras de obstáculos, todo mientras se aprenden los fundamentos del fútbol. Se requiere la participación de los padres

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: sábados HORA: 9 – 10 a.m.

EDADES: 2 – 4 años de edad (con la participación de los padres)

COSTO: \$20 por Mes*

*Los meses con menos días de clase tendrán tarifas ajustadas

TENIS DE MESA

TORNEO DE TENIS DE MESA DE PALM DESERT

TEl tenis de mesa es un deporte para toda la vida para jugadores de todas las edades y niveles de habilidad, así que únete a nosotros en este divertido y competitivo torneo. Para obtener más información llame al 760-568-9697 o envíe un correo electrónico a chaluga@drd.us.com

FECHA: sábado, 8 de octubre

HORA: 9 a.m. - 3 p.m.

EDADES: 18 años de edad y más

TENIS DE MESA

Trae una paleta y prepárate para divertirte recreativamente y compitiendo. El tenis de mesa es una excelente manera de mejorar la coordinación ojomano, el enfoque y el estado físico general. Si está buscando una actividad recreativa entretenida que se juegue en el



interior, ¡únase a nosotros! Trae tu propio remo.

LAS HORAS Y LOS DÍAS ESTÁN SUJETOS A CAMBIOS.

DÍAS Y HORA: lunes, 1 – 4 p.m.

martes, 6 - 9 p.m. • viernes, 12 - 3 p.m.

EDADES: 5 años de edad y más COSTO: \$5 Drop-In por día **O**

GRATIS para miembros de DRD Get Fit Pass

VOLEIBOL

VOLEIBOL INDOOR -PRINCIPIANTE/INTERMEDIO

Para aquellos que recién comienzan, la instrucción incluirá el aprendizaje de las habilidades básicas de servir, pasar, colocar, atacar y bloquear la pelota. Para los jugadores intermedios, mejorará sus habilidades clave de voleibol para principiantes, como la volea, el set, el servicio, el pase, el bloqueo y el ataque.

DÍAS, MESES, HORARIOS Y TARIFAS:

lunes, septiembre y octubre, 7 - 8 p.m., \$40 por Mes martes y jueves, noviembre y diciembre

3:30 - 4:30 p.m., \$60 por Mes

EDADES: 8 – 17 años de edad COSTO POR DÍAS: \$15

VOLEIBOL INDOOR – INTERMEDIO/AVANZADO

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

DÍAS, MESES, HORARIOS Y TARIFAS:

lunes, septiembre y octubre, $8-9\,\mathrm{p.m.}$, \$40 por Mes martes y jueves, noviembre y diciembre

4:30 – 5:30 p.m., \$60 por Mes

EDADES: 8 – 17 años de edad COSTO POR DÍAS: \$15



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

VOLEIBOL INDOOR - AVANZADO

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

INSCRIPCIÓN: 1 – 29 de noviembre 1 – 27 de diciembre

DÍAS: martes y jueves

tenga en cuenta: La variación en los Equipos enumerados a continuación se basará en el nivel de habilidad y/o la edad

TIEMPOS Y EDADES POR EQUIPO:

EQUIPO 1: 6 – 7 p.m., 13 – 18 años de edad **EQUIPO 2:** 7 – 8 p.m., 13 – 18 años de edad **EQUIPO 3:** 8–9 p.m., 15 – 18 años de edad

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



PROGRAMAS DE NIÑOS PEQUEÑOS

TINY TOTS

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

EN CURSO MENSUAL

EDADES: 3 – 5 años de edad

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

INSCRIPCIÓN Y TARIFAS:

3 días por semana – lunes, miércoles, viernes

\$225 cada uno para septiembre octubre noviembre

\$113 para diciembre

2 días por semana – martes y jueves – \$170 cada uno Mes







ol 21 anual

JUEGOS PARA PERSONAS MAYORES DE PALM DESERT Y FESTIVAL INTERNACIONAL DE DEPORTES

se llevará a cabo del 30 DE ENERO AL 5 DE FEBRERO DE 2023

🖈 El registro abre el 3 de octubre de 2022 🔯

COMPETICIÓN INDIVIDUAL/DOBLES

Pickleball Tenis de mesa golf de 9 hoyos

atletismo **Tenis**



EVENTOS DE EQUIPO

Voleibol masculino y femenino Fútbol masculino y femenino





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

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

PROGRAMA TERMAL SENIOR

¡Únase a nosotros para el programa Thermal Senior donde podrá disfrutar de manualidades, Fit After 50, arte, oradores invitados, recursos y mucho más! Pasa y recoge nuestro calendario mensual.

INSCRIPCIÓN: En curso

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



ARTE Y ARTESANÍA

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

FECHAS:13 de septiembre, 11 de octubre 8 de noviembre, 6 de diciembre

DÍAS: martes HORA: 4-5 p.m.

EDADES: 5 – 12 años de edad

COSTO: Gratis



GUITARRA PARA PRINCIPIANTES

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

INSCRIPCIÓN: septiembre, octubre y noviembre

HORA Y EDADES: 5:15 – 6:15 p.m. • 9 – 17 años de edad

DÍAS: miércoles COSTO: Gratis

PIANO PRINCIPIANTE

¡Prepara tus dedos, es hora de tocar el piano! Los participantes en el programa de piano para principiantes aprenderán los conceptos básicos del instrumento, los fundamentos de la lectura musical, ganarán confianza en sus habilidades y aprenderán una nueva habilidad. Los participantes deben ser residentes de



Coachella, Thermal, Mecca o North Shore para participar.

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: jueves

HORA Y EDADES: 5:15 – 6:15 p.m. • 9 – 13 años de edad

6:15 – 7:15 p.m. • 14 – 17 años de edad

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



TAMBORES

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

FECHAS: septiembre, octubre y noviembre DÍAS: miércoles HORA: 4:15 – 5:15 p.m.

EDADES: 9 – 12 años de edad COSTO: Gratis

CAMPAMENTO Y DESPUÉS DE LA ESCUELA **CLUB DE LECTURA**

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

FECHAS: 12 y 26 de septiembre, 10 y 24 de octubre

14 y 28 de noviembre, 5 de diciembre

DÍAS: lunes HORA: 4-5 p.m.

EDADES: 5 – 12 años de edad COSTO: Gratis





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

DESPUÉS DE LA ESCUELA TRADICIONAL -CASA CLUB TERMAL

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

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

HORA: Salida de la escuela – 6 p.m. DÍAS: lunes a viernes

GRADOS: jardín de infantes a doceavo

COSTO: Gratis*

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



EVENTOS DE LA COMUNIDAD

CANDY CANE LANE

Únase a nosotros en nuestro evento anual Candy Cane Lane, donde tenemos actividades divertidas planeadas como manualidades de invierno, concursos, juegos alegres, deliciosas galletas y más

FECHAS: viernes, 9 de diciembre

HORA: 6 - 9 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis



NOCHE DE OFRENDA COMUNITARIA

Estamos emocionados de traer nuestra Primera Ofrenda/Altar Comunitario para celebrar el Día de los Muertos en Thermal. Todos los miembros de la comunidad están invitados. Nuestra visión es crear una ofrenda desbordante llena de imágenes,



historias, arte y más que honren a nuestros seres queridos que ya no están con nosotros. La Ofrenda estará activa durante 1 semana a partir de esta fecha.

FECHA: miércoles, 26 de octubre HORA: 6:30 – 8:30 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

DIA DE LOS MUERTOS IN THERMAL

Únase a nosotros para honrar las vidas de aquellos que ya no están con nosotros. Estaremos brindando refrigerios, refrigerios y actividades temáticas. Este evento es para toda la familia. No se pierda esta noche de recuerdo, familia, diversión y comunidad.

FECHA: miércoles, 2 de noviembre

HORA: 6:30 – 8:30 p.m. EDADES: Todas las edades

COSTO: Gratis



VIERNES EN LOS RUMMONDS'

Damos la bienvenida a los residentes de Thermal y las comunidades aledañas para que se unan a nosotros en nuestra nueva programación de los viernes. Alentamos a los adultos y personas mayores a que se unan a nosotros para juegos, actividades, manualidades, instrucción sobre acondicionamiento físico y un día de socialización con miembros de la comunidad.

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes HORA: 9 a.m. – 1 p.m.

EDADES: 18 años de edad y más COSTO: Gratis

NOCHE DE CINE DE HALLOWEEN

Únete a la comunidad de Thermal en una espeluznante proyección de una película de Halloween. ¡Se proporcionarán refrescos y palomitas de maíz! La película comenzará a las 7:15 p.m. Asegúrese de traer una silla, una manta y estar listo para una divertida noche de cine con familiares y amigos.

FECHA: viernes, 7 de octubre HORA: 7 – 9:30 p.m.

HALLOWEEN SPOOKTACULAR

¡Únase a nosotros para pasar un rato inquietantemente divertido! Tenemos varias actividades divertidas como: manualidades con temas de Halloween, juegos de

fantasmas, concursos de disfraces, premios y más UBICACIÓN: Parque comunitario de la shore norte

FECHA: viernes, 28 de octubre HORA: 5:30 – 7:30 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis





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.

EVENTOS DE LA COMUNIDAD

CENA COMUNITARIA LGBTQ+

En colaboración con The Center, damos la bienvenida a todos los miembros de la comunidad LGBTQ+



para que se unan a nosotros en una cena comunitaria. Nos enfocaremos en crear un espacio para la inclusión, la visibilidad y la aceptación de todos los pueblos. Habrá cena y actividades. Por favor regístrese con anticipación y el espacio es limitado.

FECHA: sábado, 19 de noviembre HORA: 5 – 7:30 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

TERMAL "NOCHE DE LOTERIA"

¡Estamos emocionados de dar la bienvenida a la comunidad de Termal y las comunidades circundantes para que se unan a nosotros en una noche de juegos, comunidad y diversión!



Todos son bienvenidos a participar en una noche de lotería de ritmo rápido y divertido.

FECHA: martes, 29 de noviembre HORA: 6 - 7:30 p.m.

EDADES: Todas las edades COSTO: Gratis

REUNIÓN COMUNITARIA DE RECREACIÓN DE TERMAL

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

CUANDO: lunes, 19 de septiembre, a las 6 p.m.

SOCIAL JUVENIL TERMAL (DISCOTECA SILENCIOSA)

Ven y disfruta de nuestros eventos sociales para jóvenes. Las actividades divertidas incluirán juegos, música, baile, karaoke y una discoteca silenciosa donde la música se reproduce a través de auriculares. El espacio es limitado, regístrese con anticipación.

FECHA: viernes, 16 de septiembre HORA: 6 – 8 p.m.

EDADES: 6 – 14 años de edad COSTO: Gratis



PROGRAMA AL AIRE LIBRE

CLUB DE BICICLETAS Y SCOOTERS

Tu hijo se divertirá montando en bicicleta o en patinete. Esta clase enseña seguridad en bicicletas, scooters y cascos en un ambiente divertido y enriquecedor.

FECHAS: 6 – 27 de septiembre, 4 - 25 de octubre

DÍAS: martes HORA: 6-7 p.m.EDADES: 13 – 16 años de edad

COSTO: Gratis gracias a la financiación de Anderson

Children's Foundation



NIÑOS EN LA COCINA

En este programa, los niños crearán un recetario con las comidas que aprenden a preparar. Se proporcionarán presentaciones



e ingredientes frescos en asociación con CAL Fresh, Anderson Children's Foundation y FIND Food Bank. Se les proporcionará las habilidades / herramientas para incorporar un estilo de vida saludable y activo en sus rutinas diarias y vida familiar.

FECHAS: 9 de septiembre, 21 de octubre, 18 de noviembre, 2 de diciembre

DÍAS: viernes HORA: 6 - 7:30 p.m.

EDADES: 8 – 12 años de edad

COSTO: Gratis gracias a la financiación de Anderson

Children's Foundation



RESPLANDOR DE GOLF DE TERMAL

¡Lo leyó correctamente, estamos trayendo Glow Golf interior al Centro Comunitario de Jerry Rummonds! Únase a nosotros para un momento de diversión brillante mientras jugamos al minigolf en el interior del centro



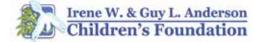
comunitario. ¡Se instalará un mini campo en todo el edificio para permitir la máxima diversión! El espacio es limitado por lo que es necesario registrarse.

FECHA: martes, 6 de diciembre

HORA: 6:30 – 8:00 p.m. EDADES: 5 – 16 años de edad

COSTO: Gratis gracias a la financiación de Anderson

Children's Foundation



Thousand Palms

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

50 ADULTOS ACTIVOS Y PROGRAMA DE SENIORS

PROGRAMA PARA PERSONAS MAYORES DE THOUSAND PALMS

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

INSCRIPCIÓN: En curso

DÍAS: viernes

HORA: 10 - 11 a.m.

EDADES: 50 años y mayores

COSTO: Gratis



(EVENTOS DE LA COMUNIDAD

DÍA DE LOS MUERTOS

Venga a celebrar los recuerdos de sus seres queridos mientras organizamos el tradicional evento cultural del Día de los Muertos, Día de Muertos. Cada familia puede tener una mesa donde pueden decorar libremente de la forma que deseen; llame al 760-343-3595 para reservar su mesa de honor. Este evento también es una comida comunitaria, ¡así que traiga su plato familiar favorito para compartir con todos!

FECHA: martes 1 de noviembre

HORA: 6 – 8p.m. **EDADES: Todas Edades**

COSTO: Gratis



TRICK-OR-TREAT 'ROUND THE TRAIL -UN EVENTO DE HALLOWEEN

¡El evento de Halloween de este año se llevará a cabo en la noche de Halloween! Únase a nosotros, ya que tendremos diferentes estaciones de actividades y truco o trato en todo el sendero para caminar de Thousand Palms Park. Todos los invitados disfrazados entrarán en una rifa. No es necesario registrarse.

FECHA: lunes, 31 de octubre

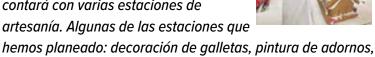
HORA: 6 - 8 p.m.

EDADES: Todas Edades COSTO: Gratis



ES EL EVENTO DE MANUALIDADES DE TEMPORADA NAVIDEÑA

¡Qué gran manera para que los más pequeños comiencen la temporada de fiestas creando artesanías hechas a mano, cantando canciones navideñas y conociendo nuevos amigos! Este evento contará con varias estaciones de artesanía. Algunas de las estaciones que



pintura de bellotas y más.

FECHA: sábado, 10 de diciembre HORA: 9 a.m. - 12 p.m. EDADES: 4 – 11 años de edad COSTO: \$15



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

HORA Y EDADES: 5 – 6 p.m. • 3 – 11 años de edad

6:15 – 7:15 p.m. • 12 años de edad y más

DÍAS: martes COSTO: \$45 por Mes

63

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.



MUÉVETE Y JUEGA FITNESS

¡Muévete, juega y diviértete! Esta clase combina juegos al aire libre, juegos, actividades grupales con ejercicios. Los entrenamientos variarán desde HIIT, fuerza muscular, mixtos hasta juegos y actividades grupales de fitness. ¡60 minutos de juego activo ayudan a mantener a los niños saludables!

INSCRIPCIÓN: septiembre, octubre, noviembre

DÍAS: jueves HORA: 5:30 – 6:30 p.m.

EDADES: 7 – 12 años de edad COSTO: Gratis

ZUMBA

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

INSCRIPCIÓN: En curso DÍAS: lunes, miércoles, jueves HORA: 7:15 – 8:15 p.m.

EDADES: 16 años de edad y más

COSTO: \$45 por Mes COSTO POR DÍA: \$7 por Clase



DEPORTES

ZONA DE ENTRENAMIENTO DE BALONCESTO

Esta clase para principiantes ofrece prácticas, ejercicios e instrucciones que ayudarán a cada atleta a desarrollar habilidades de baloncesto. La clase cubrirá el manejo de la pelota, tiros, regates, pases, habilidades defensivas y más.



septiembre octubre noviembre

DÍAS: jueves

EDADES Y HORA:

7 - 10 años de edad • 6 - 7 p.m.

COSTO: \$40 por mes cada uno para septiembre y octubre; \$30 para noviembre

EVENTO MULTIDEPORTIVO

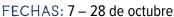
Venga a aprender sobre varios deportes en este evento que ofrecerá ejercicios, escaramuzas e instrucción de calidad. Los deportes incluyen fútbol, baloncesto, fútbol y hockey callejero. Te divertirás practicando cada deporte y quizás descubras cuál es el que más te gusta.

FECHA: sábado, 3 de diciembre HORA: 9 a.m. – 1 p.m.

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

CLÍNICA DE FÚTBOL JUVENIL

Nuestra clínica se centrará en varios ejercicios y ejercicios para mejorar sus habilidades y conocimientos de fútbol. Cubriremos el regate, el pase, el tiro, la defensa y todas las demás habilidades fundamentales. Alentamos a los atletas a que traigan botas de fútbol y espinilleras.



DÍAS: viernes

HORA: 6 - 7:30 p.m.

EDADES: 7 – 11 años de edad COSTO: \$50



ACONDICIONAMIENTO DEPORTIVO JUVENIL

Nuestras clases se centrarán en ejercicios de velocidad, cardio y pliométricos, así como ejercicios basados en el peso corporal y la potencia. estos ejercicios y ejercicios ayudarán en el acondicionamiento y la mecánica adecuada para todos los deportes.

INSCRIPCIÓN: septiembre, octubre, noviembre

DÍAS: lunes y miércoles

EDADES Y HORA: 7 - 10 años de edad • 6 - 7 p.m.

11 – 14 años de edad • 7:15 – 8:15 p.m.

COSTO: \$60 por Mes





11 – 14 años de edad • 7:15 – 8:15 p.m.

64

Organice un evento

en una de nuestras zonas de alquiler!

¿Sabías que las instalaciones y parques de DRD están disponibles para uso privado?

Seguramente encontrará el espacio perfecto en uno de nuestros centros comunitarios, salas de reuniones, campos de béisbol o parques.

Convierta a DRD en su socio de eventos para:

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









Donde Estamos

ENCUENTRE SU UBICACIÓN DRD MÁS CERCANA

El Distrito de Recreación del Desierto (DRD) es su fuente de todas las cosas recreativas en el Valle de Coachella. En todo el valle contamos con clases, actividades deportivas y recreativas, eventos especiales y programas para todas las edades. Desde niños pequeños hasta personas mayores, nuestras instalaciones y hermosos parques tienen algo para todos.

ILEVÁNTESE DEL SOFÁ Y DISFRUTE DE MOMENTOS DIVERTIDOS Y DIVERTIDOS!

BERMUDA DUNES

Centro Comunitario Bermuda Dunes 78–400 Avenue 42, Bermuda Dunes

CATHEDRAL CITY

Escuela secundaria de Cathedral City (Piscina) 69-250 Dinah Shore Drive, Cathedral City

COACHELLA

Parque y centro comunitario de Bagdouma 51–251 Douma Street, Coachella

Piscina Bagdouma

84-599 Avenue 52. Coachella

INDIO

Parque y centro comunitario de Indio 45-871 Clinton Street, Indio

Campo de golf municipal Indio

83-040 Avenue 42, Indio

Indio Teen Center

81-678 Avenue 46, Indio

Complejo acuático familiar Pawley Pool

46–350 Jackson Street, Indio

INDIO HILLS

Parque y centro comunitario de Indio Hills 80-400 Dillon Road, Indio Hills

LA QUINTA

PISCINA FRITZ BURNS

78–107 Avenue 52. La Quinta

Parque y gimnasio comunitario La Quinta

77–865 Avenida Montezuma, La Quinta

MECCA

Centro comunitario, parque y piscina de La Meca 65–250 Coahuilla Street. Mecca

NORTH SHORE

Club de yates y playa de North Shore 99–155 Sea View Drive. North Shore

Parque comunitario de North Shore

99-480 70th Avenue. North Shore

OASIS

Oasis del Desierto Parque 88–775 Avenue 76. Thermal

PALM DESERT

Parque Cahuilla Hills

45–825 Edgehill Drive, Palm Desert

Centro y parque comunitario de Palm Desert

43–900 San Pablo Avenue. Palm Desert

Freedom Park

77–400 Country Club Drive, Palm Desert

Parque de fútbol Palm Desert

74–735 Hovley Lane, Palm Desert

Parque comunitario de Olsen

43-005 Magnesia Falls Drive, Palm Desert

Centro Comunitario Portola

45–480 Portola Avenue, Palm Desert

El Centro de Golf en Palm Desert y

Primera camiseta – Valle de Coachella

74–945 Sheryl Drive, Palm Desert

Parque universitario

74–802 University Park Drive, Palm Desert

RANCHO MIRAGE

Parque comunitario Rancho Mirage

71-560 San Jacinto Drive, Rancho Mirage

THERMAL

Centro comunitario y para personas mayores de **Jerry Rummonds**

87-229 Church Street, Thermal

THOUSAND PALMS

Parque y centro comunitario Thousand Palms

31–189 Robert Road, Thousand Palms



OFICINA ADMINISTRATIVA

45-305 Oasis Street, Indio, CA 92201 (760) 347-3484 Info@MyRecreationDistrict.com

MyRecreationDistrict.com









Programa de asisTencia financiera ¡Diversión Para Todos!

Llame al (760) 347-3484 o MyRecreationDistrict.com

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

Tómese un momento para revisar la tabla de pautas de calificación de ingresos para ver si califica. Las calificaciones se basan en los límites de ingresos estatales de HUD 2022. Si su ingreso es extremadamente bajo, puede recibir un 75% de descuento en el costo de las actividades o hasta un máximo de \$150 en asistencia financiera por miembro de la familia por año fiscal. Si su ingreso es Muy Bajo, puede recibir un 50% de descuento en el costo de las actividades o hasta un máximo de \$150

Ingresos	Dara	Califica	scián
iligiesos	raia	Calllica	ICIOII

Tamaño de La Familia	Extremo Bajo	Muy Bajo	
1	\$18,500	\$30,800	
2	\$21,150	\$35,200	
3	\$23,800	\$39,600	
4	\$27,750	\$44,000	
5	\$32,470	\$47,550	
6	\$37,190	\$51,050	
7	\$41,910	\$54,600	
8	\$44,630	\$58,100	
Descuento	75%	50%	

HUD del Estado y por el Condado de Riverside

en asistencia financiera por miembro de la familia por año fiscal. Para obtener más información o para solicitar asistencia financiera, vaya a MyRecreationDistrict.com para descargar una solicitud, o pase a recoger una solicitud en la oficina del Distrito en Indio.

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



CREEMOS QUE LOS PARQUES Y LA RECREACIÓN DEBEN ESTAR DISPONIBLES PARA TODOS EN NUESTRA COMUNIDAD SIN IMPORTAR SUS INGRESOS O HABILIDADES.

¡Tu apoyo lo hace posible hoy y para las generaciones venideras!

NUESTRO MISION

Enriquecer y preservar la calidad de vida de los residentes. Nosotros hacemos esto recaudando fondos y obteniendo apoyo para comprar, desarrollar, mejorar, preservar, promover y expandir las actividades recreativas, los programas, los parques, las propiedades y las instalaciones del Valle de Coachella.

¿Te imaginas una comunidad sin parques y recreación? ¡Nosotros tampoco! Es por eso que la Fundación de Recreación del Desierto apoya al Distrito de Recreación del Desierto a través de esfuerzos de recaudación de fondos. Nuestro trabajo garantiza que los parques de calidad, las oportunidades recreativas y los programas educativos estén disponibles para TODOS los residentes del Valle de Coachella, independientemente de sus ingresos o capacidad. Su donación financiera no solo respalda el Programa de asistencia financiera para familias de bajos ingresos y nuestros Programas de



deportes adaptados para personas con discapacidades, sino que también contribuye al desarrollo de nuevos parques y la renovación de las instalaciones existentes, así como ayuda en la compra de nuevos equipo.

FORMAS DE Donar 🌞 Dejar un legado 🐲 Grandes regalos Oportunidades de patrocinio 🌞 Amazon Smile

¡UsTed Puede marcar la diferencia donando hoy!







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

SOLO ALGUNAS DE NUESTRAS POSICIONES ABIERTASEN VARIOS LUGARES INCLUYEN:

- Asistentes de instalaciones
- Entrenadoras de gimnasia
- Puestos Profesionales

- paraeducador
- Líderes de recreación
- Personal del programa extraescolar

VARIEDAD DE PUESTOS • TIEMPO COMPLETO Y PARCIAL



¡ÚNASE AL "EQUIPO DIVERTIDO" EN DESERT RECREATION DISTRICT!

Aplicar: MyRecreationDistrict.com/employment-opportunities

