

# Desert Recreation District

Bermuda Dunes Community Center • 78-400 Ave 42, Bermuda Dunes



## FITNESS ADAPTATIVO



PROGRAMA HÍBRIDO – EN LÍNEA & EN PERSONA

**Clase de tipo Bootcamp centrándose en la fuerza y el acondicionamiento. Variedad de cada ejercicio demostrada para todos los niveles de habilidad.**


**QUIEN:** Individuos con una necesidad especial o discapacidad 16 años de edad y sobre

**CUANDO:** En curso, Jueves 10 – 11 A.M.

**CUOTA:** \$25 por mes, o GRATIS con MEMBRESÍA ADAPTATIVA

- EXTRAS:**
- Use zapatillas deportivas o zapatos de cerca
  - Silla (si es necesario para el equilibrio)
  - Agua



Si nos une en línea a través de  zoom, la información de enlace/zoom de clase estará en su recibo después de registrarse para la clase.

¡Se proporciona un nuevo código de registro cada mes!

*¡Regístrese con la opción **IN PERSON** o **ONLINE!***



Me gusta en <https://www.facebook.com/MyRecreationDistrict>



Siga con nosotros <https://twitter.com/mydrd>