

# 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:** Gratis

- 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!***



facebook.com/MyRecreationDistrict



instagram.com/MyRecreationDistrict



twitter.com/mydrd

Para obtener información o registrarse, visite [MyRecreationDistrict.com](http://MyRecreationDistrict.com) o llame al (760) 347-3484