

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 o llame al (760) 347-3484