



CIUDAD DE CALEXICO

DEPARTAMENTO DE RECREACIÓN



VERANO 2025

¡Tu verano empieza aquí!

GUÍA DEL PROGRAMA

9 de junio - 7 de agosto de 2025



1

BIENVENIDO

¡Bienvenido al Programa de Recreación de Verano 2025!

¡Prepárate para un verano inolvidable lleno de diversión, aventura y nuevas amistades! Ya sea que vengas por deportes, manualidades o simplemente para disfrutar de los días soleados, tenemos un emocionante programa de actividades esperándote. Nuestro equipo de personal entusiasta se dedica a crear un entorno seguro y atractivo donde puedas aprender, crecer y crear recuerdos inolvidables. Así que, ¡ponte protector solar, llévate energía y hagamos de este verano el mejor!

¡Que empiece la diversión!

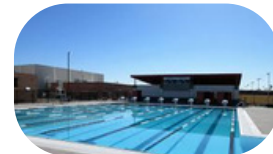
INSTALACIONES DE VERANO



- CENTRO COMUNITARIO: 707 DOOL AVE
- SENIOR HALL: 707 DOOL AVE.



- CENTRO CULTURAL CARMEN DURAZO: 421 HEFFERNAN AVE.
- GIMNASIO DAVID TESSADA: 824 BLAIR AVE.
- CENTRO ACUÁTICO MARGARITA DE NECOHEA 854 DOOL AVE.



LIDERAZGO DE LA CIUDAD

Ayuntamiento

Diana Nuricumbo, Alcaldesa
Victor Legaspi, Alcalde Pro Tem
Lisa Tylenda, Concejal
Lorenzo Calderón, Concejal
Adriana Márquez, Concejal

Personal de la Ciudad

Administrador de la Ciudad Interino:
Richard Daniels
Gerente de Recreación:
Norma Gerardo
Coordinadora de Deportes:
Jamie Ann Chew
Coordinadora Recreativo:
Debbie Flores
Asistente Administrativa:
Ariana Hernández
Asistente de Artes Culturales:
Eduardo Quintero



Agradecimientos Especiales

Nos gustaría agradecer al Concejo Municipal de la Ciudad de Calexico, al Comité de la Medida H de Calexico y al Consejo de Artes de California por sus generosas contribuciones a nuestro Programa de Verano de Recreación y Artes Culturales.

CÓMO REGISTRARSE

**Vaya a: <https://calexicoca.myrec.com>
en su navegador de internet**

Haz clic en "Log In" e introduce tu nombre de usuario y contraseña para acceder a tu cuenta. Si no tienes una cuenta, haz clic en "New Account". Puedes añadir miembros de tu hogar a tu cuenta.

Después de iniciar sesión, haga clic en "Register" y luego en "Programs". Seleccione la categoría: Jóvenes, Adultos, etc., luego seleccione el programa en el que desea inscribirse y agréguelo al carrito. Para seguir añadiendo clases, seleccione "Continue Shopping" o, si ya terminó, haga clic en "Check Out".

Sigue todas las instrucciones al finalizar la compra. Paga con tarjeta de débito o crédito en línea.

Llámenos o visítenos en nuestra oficina de Recreación para obtener ayuda para crear una cuenta o registrarse para clases.



Para inscribirse en clases.



Cancelaciones/Reembolsos de Clases: Solo se otorgará un reembolso del 100% o un crédito en la cuenta si el Departamento de Recreación cancela una clase. Las solicitudes de reembolso deben solicitarse antes de la fecha de inicio de la clase; no se emitirán reembolsos una vez iniciadas. De ser aprobados, los reembolsos pueden tardar de 4 a 8 semanas en procesarse. No se emitirán reembolsos en efectivo.

INFORMACIÓN DE REGISTRO



Lunes a jueves de 8:00 a. m. a 6:00 p. m.
Cada dos viernes de 8:00 a. m. a 5:00 p. m.

La inscripción se realiza por orden de llegada, ya sea en línea o presencialmente. El cupo de clase está limitado a un número determinado de participantes y se cerrará al llenarse.



Inscripción a Clases: La inscripción se realiza por orden de llegada. Las inscripciones se realizarán en línea; visite calexico.myrec.com para crear una cuenta y registrarse. No se aceptarán inscripciones durante la clase. Las clases que no alcancen el cupo mínimo serán canceladas.

Tarifas de Inscripción: Las tarifas del programa se detallan a lo largo del programa. Todas las cuotas deben pagarse al momento de la inscripción. No se prorratarán las cuotas por clases o días festivos perdidos.

Cancelaciones/Reembolsos de Clases: Solo se otorgará un reembolso del 100% si el Departamento de Recreación cancela una clase. Las solicitudes de reembolso deben solicitarse antes de la fecha de inicio de la clase; no se emitirán reembolsos una vez iniciadas. De ser aprobados, los reembolsos pueden tardar de 4 a 8 semanas en procesarse. No se emitirán reembolsos en efectivo.

Transferencias de Clases: Las transferencias pueden aprobarse bajo ciertas condiciones.

Exención de Responsabilidad: para registrarse, deberá aceptar la exención de responsabilidad cuando cree su cuenta en línea.

Autorización Fotográfica: El Departamento de Recreación de la Ciudad de Calexico se reserva el derecho de fotografiar y/o grabar las clases, actividades, eventos y participantes del departamento para folletos, publicaciones en los medios u otra publicidad. Al inscribirse en los programas, usted autoriza a la Ciudad de Calexico a tomar fotografías y/o videos para estos fines. Por favor, informe a la oficina si desea no participar.

Listas de Espera: Se crean listas de espera para las clases con cupo completo. Puede inscribirse en una lista de espera si hay cupo disponible. Si hay un cupo disponible, nos pondremos en contacto con usted. Nota: Las listas de espera terminan al final de la temporada del programa.

Fechas sin Clases/Días Festivos: si un programa tiene una fecha programada sin clases, esta aparecerá en la descripción de la clase. Próximos días festivos de la ciudad y fechas sin clases: 19 de junio de 2025

Asistencia y Puntualidad a Clases: La asistencia está limitada a las personas inscritas en el programa. No se ofrecerán clases de recuperación. Es fundamental ser puntual. Si un participante llega tarde a clase, deberá consultar con la oficina para determinar si puede unirse al curso, siempre y cuando la clase esté en la porción de calentamiento. Si una clase ya ha comenzado la parte de destreza, se le pedirá que asista a la siguiente clase programada. Solo se permite el acceso a las clases a los participantes inscritos. No se permiten visitas.

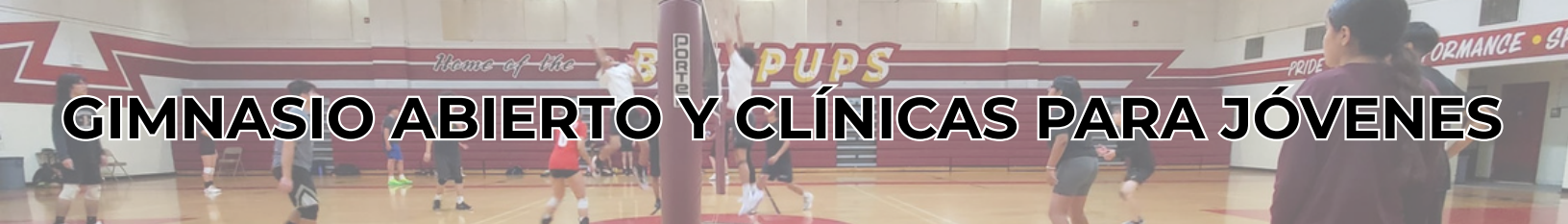
Comportamiento: Se espera que los participantes muestren un comportamiento apropiado en todo momento. Hagamos que los programas de Recreación y Artes Culturales sean seguros y agradables para todos los participantes.

- 1) Mostrar respeto a todos los participantes y al personal.
- 2) No se permite lenguaje grosero.
- 3) Abstenerse de causar daños corporales a los participantes o al personal.
- 4) Respete el equipo y los materiales. A los participantes que no se comporten adecuadamente o distraigan a la clase se les pedirá que abandonen el programa.
- 5) Llegar tarde a clase es una forma de distraer a la clase.

Amamos a los Padres, pero: Para el bienestar de sus hijos, se les pide a los padres que no estén presentes en el aula durante los programas. Gracias por su comprensión.

Suscripción a Mensajes de Texto: ¿Desea asegurarse de recibir mensajes urgentes del Departamento de Recreación de Calexico? Nuestro sitio de registro le ofrece la opción de recibir mensajes de texto solo en situaciones urgentes o de emergencia (como cierres de última hora o cancelaciones de programas).





GIMNASIO ABIERTO Y CLÍNICAS PARA JÓVENES

EL PROGRAMA SE DESARROLLARÁ DEL 8 DE JUNIO DE 2025 AL 3 DE AGOSTO DE 2025.

¡JUEGO LIBRE! ESTA ACTIVIDAD ESTÁ DISEÑADA PARA JUGADORES RECREATIVOS.

UBICACIÓN: GIMNASIO TESSADA, 824 BLAIR AVE.

ADMISIÓN: MENORES \$1.00 Y ADULTOS \$2.00 (NO ACEPTAMOS EFECTIVO). SE VENDEN TARJETAS DE 10 PERFORACIONES LAS CUALES PUEDEN COMPRARSE EN LÍNEA O ANTES DE CLASE PARA PODER PARTICIPAR.

TRAIGA UNA BOTELLA DE AGUA

ENTRENADOR: JAMIE ANN CHEW Y PERSONAL

GIMNASIO ABIERTO DE BALONCESTO JUVENIL

EDADES: 6-12 años.

DÍAS: Miércoles

HORA: 6:00 PM - 7:45 PM

GIMNASIO ABIERTO DE BALONCESTO ADOLESCENTE

EDADES: 13-17 años.

DÍAS: Miércoles

HORA: 8:00 PM - 9:45 PM

Dodgeball

EDADES: 6-12 años.

DÍAS: Martes

HORA: 6:00 PM - 7:45 PM

GIMNASIO DE VOLEIBOL PARA ADULTOS

EDADES: 18+ años.

(debe haber terminado la escuela secundaria)

DÍAS: Martes

HORA: 8:00 PM - 10:00 PM

GIMNASIO ABIERTO DE VOLEIBOL JUVENIL

EDADES: 9-12 años.

DÍAS: Lunes

HORA: 6:00 PM - 7:45 PM

GIMNASIO ABIERTO DE VOLEIBOL ADOLESCENTE

EDADES: 13-17 años.

DÍAS: Lunes

HORA: 8:00 PM - 9:45 PM

GIMNASIO ABIERTO DE BALONCESTO PARA ADULTOS

EDADES: 18+ años.

(debe haber terminado la escuela secundaria)

DÍAS: Domingos

HORA: 6:00 PM - 8:00 PM

CLÍNICAS DE BALONCESTO

Jueves de niños y niñas

SESIONES:

4-10 años : 7:15 PM - 8:15 PM

11-17 años : 8:15 PM - 9:15 PM

COSTO: \$35.00

UBICACIÓN: Tessada Gym, 824 Blair Ave.

INSTRUCTORA: Jamie Ann Chew y Personal

Los niños aprenderán los fundamentos básicos del baloncesto.

Los participantes deben traer su propia botella de agua.

Sin clase: 19 de junio de 2025

PROGRAMAS INCLUSIVOS

En el Departamento de Recreación de Calexico, creemos en el poder de la programación inclusiva. Nuestro objetivo es crear un espacio seguro y acogedor donde personas con diferentes capacidades puedan reunirse, participar y mantenerse activas. Estas actividades están abiertas exclusivamente a personas con necesidades especiales.

FUSIÓN DE FITNESS INCLUSIVO: CLASE DE FITNESS PARA PADRES E HIJOS

EDADES: 7-14 años. (El padre/tutor debe participar en la clase).

DÍAS: Martes: 17 de junio; 1, 15 y 29 de julio de 2025

HORA: 4:00 PM - 4:50 PM

COSTO: \$5.00

UBICACIÓN: Centro Comunitario, 707 Dool Ave.

INSTRUCTORA: Jamie Ann Chew y Personal

Su hijo se beneficiará de la fusión inclusiva que proporciona una rutina segura y es una salida física que aumenta la autoestima. Por favor traiga una botella de agua.

ARTES INCLUSIVAS

EDADES: 12 + años

DÍAS: Martes

HORA: 12 años - 17 años, 3:00 PM - 3:50 PM

Adultos mayores de 18 años, 1:00 PM - 1:50 PM

TARIFA: \$5.00

UBICACIÓN: Centro de Artes Culturales, 421 Heffernan Ave.

INSTRUCTOR: Eduardo Quintero

Nota: Se proporcionarán materiales de arte. Esta clase ayudará a desarrollar habilidades artísticas para promover el desarrollo personal.

CLÍNICAS DE BALONCESTO INCLUSIVO

Niños y niñas

EDADES: 7-17 años.

DÍAS: Jueves

HORA: 6:15 PM - 7:15 PM

COSTO: \$35.00

UBICACIÓN: Tessada Gym, 824 Blair Ave.

INSTRUCTORA: Jamie Ann Chew y Personal

Los participantes aprenderán los fundamentos básicos del baloncesto.

No hay clases el: 19 de junio de 2025

DIBUJO INCLUSIVO CON CHEW

EDADES: 7-17 años.

DÍAS: Martes: 10 y 24 de junio; 8 y 22 de julio de 2025

HORARIO: 4:00 PM-4:50 PM

COSTO: \$5.00

UBICACIÓN: Centro Comunitario, 707 Dool Ave.

INSTRUCTORA: Jamie Ann Chew y Personal

Sigue a Jamie en este programa de dibujo paso a paso. Los participantes deberán traer su propio cuaderno de dibujo, crayones o lápices de colores y un sacapuntas.





JÓVENES & ADOLESCENTES

FITNESS POR DIVERSIÓN

EDADES: 3-6 años.

DÍAS: Lunes y Miércoles

HORA: 2:00 PM - 2:50 PM

COSTO: \$40.00

UBICACIÓN: Centro Comunitario, 707 Dool Ave.

INSTRUCTORA: Jamie Ann Chew y Personal

La clase contará con calentamientos, estiramientos, baile y varias actividades cooperativas que promueven el reconocimiento de colores, números y formas.

Por favor traiga una botella de agua.

APRENDIENDO Y JUGANDO A TRAVÉS DEL ARTE

EDADES: 5-6 años.

DÍAS: Miércoles

HORA: 3:30 PM - 4:20 PM

COSTO: \$35.00 (materiales incluidos)

UBICACIÓN: Centro de Artes Culturales, 421 Heffernan Ave.

INSTRUCTORA: Ivanna Tapia

Se anima a los padres a quedarse y participar con sus hijos.

Nota: La clase es en español.

Clase de arte para niños en edad preescolar. Esta clase ayudará a desarrollar habilidades como la creatividad, el seguimiento de instrucciones, la curiosidad, la disciplina y valores como compartir, socializar y desarrollar el pensamiento reflexivo.

BALLET

Ballet I Edades: 5-9 años. **PRECIO:** \$40.00

Lunes y jueves de 4:00 PM a 4:50 PM

Ballet II Edades: 6-10 años. **PRECIO:** \$25.00

Miércoles 6:00 PM - 6:50 PM

UBICACIÓN: Centro de Artes Culturales, 421 Heffernan Ave.

INSTRUCTORA: Laura A. Vargas

Nota: La clase será en español.

Los participantes aprenderán los pasos básicos como primera posición, segunda posición, relevé y ejercicios de barra.

Requerido para la clase: Malla, mallas, zapatillas de ballet, mat de yoga y cabello recogido en un moño.

No hay clases el: 19 de junio de 2025

NOCHE DE NIÑOS

EDADES: 5-12 años.

DÍAS: Sábados

HORA: 6:00 PM - 10:00 PM

FECHAS: 7 y 21 de junio; 5 y 19 de julio; (2 de agosto de 2025 @Senior Hall)

COSTO: \$10.00 por noche

UBICACIÓN: Centro Comunitario, 707 Dool Ave.

INSTRUCTORA: Jamie Ann Chew y Personal

¡Únase a nosotros para disfrutar de juegos de mesa, manualidades, actividades de interior, películas y mucho más!

CLASE DE BAILE DE RITMOS LATINOS

EDADES: 6 - 12 años.

DÍAS: Lunes y Miércoles

HORA: 4:00 PM - 4:50 PM

COSTO: \$40.00

UBICACIÓN: Sr. Hall, 707 Dool Ave.

INSTRUCTORA: Elizabeth Rubio

Diviértete mientras aprendes a bailar varios estilos de baile como Cumbia, Merengue, Bachata y otros.

DIBUJANDO CON CHEW

EDADES: 6-14 años.

DÍAS: Lunes y miércoles

HORA: 1:00 PM a 1:50 PM

COSTO: \$5.00

UBICACIÓN: Centro Comunitario, 707 Dool Ave.

Sigue a Jamie en este programa de dibujo paso a paso. Los participantes deberán traer su propio cuaderno de dibujo, crayones o lápices de colores y un sacapuntas.

La capacidad de la clase será limitada.





JÓVENES, ADOLESCENTES & ADULTOS

DANZA POLINESIA

EDADES: 6-17 años.

DÍAS: Lunes y Jueves

HORA: 5:00 PM - 5:50 PM

TARIFA: \$40.00

UBICACIÓN: Centro de Artes Culturales, 421 Heffernan Ave.

INSTRUCTORA: Laura A. Vargas

Nota: La clase será en español.

Los participantes aprenderán los pasos básicos del Hula Ori Tahiti. También aprenderán a bailar una Otea. Aprenderán sobre el instrumento hawaiano IPU y el instrumento tahitiano Toere.

Requerido para la clase: camiseta, pareo y cabello recogido en un moño.

No hay clases el: 19 de junio de 2025

ZUMBA PARA TODOS

EDADES: 7 años o más (los menores de 7 a 12 años deben estar acompañados por un adulto participante)

DÍAS: Lunes - Jueves

HORA: 6:00 PM - 6:50 PM

COSTO: \$50.00 (Adultos y personas mayores)
\$40.00 (Menores de 7 a 17 años)

UBICACIÓN: Centro Comunitario, 707 Dool Ave.

INSTRUCTORA: Erika Robledo

Ayúdanos a mantenerte en forma y activo mientras entrenas y bailas con Erika.

Nota: La clase será en español.

No hay clases el: 19 de junio de 2025.

PORRA

EDADES: 8-12 años.

DÍAS: Martes y Jueves

HORA: 10:10 AM - 11:00 AM

COSTO: \$40.00

UBICACIÓN: Centro Comunitario, 707 Dool Ave.

INSTRUCTORA: Nicole Curiel

Los niños aprenderán los movimientos básicos, saltos y cánticos para combinarlos en una rutina divertida.

Espacio limitado.

No hay clases el: 19 de junio de 2025

KARATE KOFUJA-DO

EDADES: 8-15 años.

DÍAS: Martes y Jueves

Avanzado: 5:00 PM - 5:50 PM

Principiantes: 18:00 - 18:50

COSTO: \$ 40.00

UBICACIÓN: Sr. Hall, 707 Dool Ave.

INSTRUCTOR: Carlos Valencia

El karate proporciona un entrenamiento de cuerpo completo al tiempo que mejora la fuerza y la condición.

No hay clases el: 19 de junio de 2025

COSTURA JUVENIL

EDADES: 8-15 años.

DÍAS: Lunes

HORA: 6:00 PM - 7:50 PM

COSTO: \$25.00 por sesión

UBICACIÓN: Centro Comunitario, 707 Dool Ave.

INSTRUCTORA: Maria Curiel

FECHAS:

Sesión I: 9 de junio - 30 de junio de 2025

Sesión II: 7 de julio - 28 de julio de 2025

Los estudiantes aprenderán a enhebrar una máquina de coser, enrollar una bobina, coser una puntada recta y mucho más.

Se necesita máquina de coser. Se proporcionará una lista de materiales.

Nota: La clase será en español.

CLASE DE PINTURA ACRÍLICA

EDADES: 8-16 años.

DÍAS: Lunes y Jueves

HORA: 11:00 AM - 12:50 PM

COSTO: \$35.00 (Materiales incluidos)

UBICACIÓN: Centro de Artes Culturales, 421 Heffernan Ave.

INSTRUCTORA: Liliana Cueto

Los participantes aprenderán la técnica de la pintura acrílica a través de ejercicios sencillos para desarrollar la creatividad.

No hay clases el: 19 de junio de 2025



JÓVENES, ADOLESCENTES & ADULTOS

GUIARRA ELÉCTRICA PARA PRINCIPIANTES

EDADES: 8-17 años.

DÍAS: Lunes y Miércoles

HORA: 5:00 PM - 5:50 PM

COSTO: \$40.00

UBICACIÓN: Sr. Hall, 707 Dool Ave.

INSTRUCTOR: Martín Ortiz

En este curso, los participantes aprenderán sobre la guitarra eléctrica, sus partes, afinación, rasgueo y estrategias básicas de guitarra.

Hay instrumentos limitados disponibles para pedir prestados por orden de llegada, con un depósito, SOLO EN EFECTIVO.

DEPÓSITO DE INSTRUMENTO: \$55

VIOLÍN PARA PRINCIPIANTES

EDADES: 10+ años.

DÍAS: Lunes y Miércoles

HORA: 10:10 AM - 11:00 AM

COSTO: \$40.00

UBICACIÓN: Centro Comunitario, 707 Dool Ave.

INSTRUCTORA: Rosalynn Mananghac

Clase de violín para principiantes donde los estudiantes aprenderán técnicas fundamentales de violín, teoría musical básica y divertidas canciones para principiantes.

Hay instrumentos limitados disponibles para pedir prestados por orden de llegada, con un depósito, SOLO EN EFECTIVO.

DEPÓSITO DE INSTRUMENTOS: \$60

CHEWS DEL CORAZÓN

Grado: 6° - 12° grados

DÍAS: Jueves

HORA: 6:00 PM - 7:30 PM

FECHAS: 7 de agosto de 2025 - 4 de septiembre de 2025

COSTO: Gratis

UBICACIÓN: Sr. Craft Room, 707 Dool Ave.

INSTRUCTORA: Jamie Ann Chew

¡Llamamos a todos los jóvenes artistas! Únanse a Jamie Chew y a los Color Crusaders para diseñar y pintar zapatos personalizados por una buena causa. Se seleccionarán participantes.

Cada artista creará diseños únicos y personalizados según las preferencias del destinatario. Se proporcionarán zapatos y todos los materiales de pintura.

TECLADO

EDADES: 12+ años.

DÍAS: Jueves

HORA: 6:00 PM - 6:50 PM o 7:00 PM - 7:50 PM

COSTO: \$25.00 Adultos mayores de 18 años

\$5.00 Personas mayores de 55 años

UBICACIÓN: Centro de Artes Culturales, 421 Heffernan Ave.

INSTRUCTOR: Jesús Hernández

Requerido para la clase: Teclado con pilas.

Se utilizará un método práctico y sencillo en el que el alumno aprenderá los conceptos básicos.

No hay clases el: 19 de junio de 2025

GUIARRA PARA PRINCIPIANTES

EDADES: 12 + años.

DÍAS: Lunes y Miércoles

HORA: 7:00 PM - 7:50 PM

COSTO: \$5.00

UBICACIÓN: Centro de Artes Culturales, 421 Heffernan Ave.

INSTRUCTOR: Jose Eduardo Payan

Con esta clase práctica y divertida, aprenderás los conceptos y técnicas básicas de la guitarra, para que puedas aprender a tocar tu canción favorita.

FOTOGRAFÍA CON TELÉFONO INTELIGENTE

EDADES: 12+ años.

DÍAS: Miércoles

HORA: 5:00 PM - 5:50 PM

TARIFA: \$ 5.00

UBICACIÓN: Centro de Artes Culturales, 421 Heffernan Ave.

INSTRUCTOR: Jose Eduardo Payan

Aprende a tomar fotografías como un profesional con tu celular, descubre técnicas de fotografía y edición.



PADOLESCENTES & ADULTOS

CLASE DE CROCHET

EDADES: 12+ años.

DÍAS: Jueves

HORA: 1:00 PM - 1:50 PM Principiantes
2:00 PM - 2:50 PM Avanzado

TARIFA: \$5.00

UBICACIÓN: Sr. Craft Room, 707 Dool Ave.

INSTRUCTOR: Maria Luisa Delgado

Únase a nosotros para clases de crochet paso a paso que le ayudarán a aprender todo, desde los conceptos básicos para principiantes hasta las técnicas avanzadas.

Materiales Necesarios: Aguja de crochet, hilo y tijeras.
No hay clases el: 19 de junio de 2025

ACTUACIÓN E IMPROVISACIÓN

EDADES: 12+ años.

DÍAS: Lunes

HORARIO: 6:00 PM - 6:50 PM

COSTO: \$5.00

UBICACIÓN: Centro de Artes Culturales, 421 Heffernan Ave.

INSTRUCTOR: Bill Hodge

Excelente oportunidad para adquirir la capacidad y confianza para expresarse.

DIBUJO BASICO

EDADES: 16+ años.

DÍAS: Martes

HORA: 11:00 AM - 12:30 PM

COSTO: \$30.00 (Materiales incluidos)

UBICACIÓN: Centro de Artes Culturales, 421 Heffernan Ave.

INSTRUCTORA: Liliana Cueto

Los estudiantes aprenderán las técnicas básicas de dibujo con lápiz de grafito.

CLASE DE BAILE DE RITMOS LATINOS

EDADES: 16+ años.

DÍAS: Lunes y Miércoles

HORA: 6:00 PM - 6:50 PM

COSTO: \$40.00

UBICACIÓN: Sr. Hall, 707 Dool Ave.

INSTRUCTORA: Elizabeth Rubio

Diviértete mientras aprendes a bailar varios estilos de baile como Cumbia, Merengue, Bachata y otros.

MOTIVACIÓN PERSONAL

EDADES: Adultos y Tercera Edad

DÍAS: Martes

HORA: 6:00 PM - 7:30 PM

COSTO: \$5.00

UBICACIÓN: Sr. Craft Room, 707 Dool Ave.

INSTRUCTOR: Luis Flores

El inspirador terapeuta voluntario, Luis Flores, dirige este grupo motivacional.

YOGA

EDADES: Adultos y Tercera Edad

DÍAS: Lunes y miércoles

HORARIO: Opción 1: 5:00 PM - 5:00 PM

Opción 2: 7:00 PM - 7:50 PM (elige solo una opción)

FECHAS: 9 de junio - 9 de julio de 2025

COSTO: \$25.00 - Adultos mayores de 18 años

\$5.00 - Personas mayores de 55 años

UBICACIÓN: Centro Comunitario, 707 Dool Ave.

INSTRUCTORA: Gabriela Ramírez

Reduce la ansiedad y el estrés con yoga. Todos los niveles son bienvenidos. Trae tu propia tapete de yoga.
Nota: los participantes sólo pueden registrarse para una (1) opción.





ADULTOS Y PERSONAS MAYORES

COSTURA PARA PRINCIPIANTES

EDADES: Adultos y Tercera Edad

DÍAS: Miércoles

HORA: 6:00 PM - 8:00 PM

SESIÓN I: 11 de junio - 2 de julio de 2025

SESIÓN II: 9 de julio - 30 de julio de 2025

TARIFA: Adultos de 18 a 54 años: \$25.00 por sesión
Personas mayores de 55 años: \$5.00 por sesión

UBICACIÓN: Salón de Manualidades, 707 Dool Ave.

INSTRUCTORA: Maria Curiel

Esta es una serie de costura divertida destinada a familiarizar a los estudiantes con sus máquinas de coser, comenzando con los conceptos básicos y desarrollando habilidades. En esta primera clase de costura para principiantes, los estudiantes aprenderán a enhebrar una máquina de coser, enrollar una bobina, coser una puntada recta y mucho más.

Se necesita máquina de coser para la clase. Se proporcionará una lista de materiales. Elija solo una sesión.

Nota: Esta clase es para principiantes y será instructiva. No se permitirá que los participantes trabajen en sus propios proyectos paralelos. No se permiten visitas externas en el salón.

Nota: La clase será en español.

PINTURA ACRÍLICA

EDADES: Adultos y Tercera Edad

DÍAS: Miércoles

Principiantes: 10:00 AM - 11:50 AM

Intermedio: 12:00 PM - 1:50 PM

COSTO: \$5.00

UBICACIÓN: Centro de Artes Culturales, 421 Heffernan, Ave.

INSTRUCTORA: Angélica Angulo

Un curso donde los estudiantes aprenderán la técnica de pintura acrílica: colores, texturas, difuminado de gamas cromáticas, manejo de luces y sombras, ¡y mucho más! ¡Será un espacio creativo y divertido para que te desarrolles!

Materiales necesarios: El instructor proporcionará una lista de los materiales necesarios para la clase.

Nota: La clase se impartirá en español.

No habrá clases el: 19 de junio de 2025.

TAI CHI

EDADES: Adultos y Tercera Edad

DÍAS: Lunes - Jueves

HORA: 7:00 AM - 7:50 AM

COSTO: Adultos \$50.00

Personas mayores de 55 años \$10.00

UBICACIÓN: Centro Comunitario, 707 Dool Ave.

INSTRUCTOR: Marco Calderon

El Tai Chi es el arte de integrar mente, cuerpo y espíritu. Empieza tu camino hacia una mejor salud. Cupo limitado.

No habrá clases el: 19 de junio de 2025.

BAILE HULA

EDADES: Adultos y Tercera Edad

DÍAS: Lunes y Jueves

HORARIO: 1:00 PM - 1:50 PM

COSTO: Adultos: \$40.00

Personas mayores de 55 años: \$10.00

UBICACIÓN: Centro de Artes Culturales, 421 Heffernan Ave.

INSTRUCTORA: Laura A. Vargas

Los participantes aprenderán a coordinar sus cuerpos para bailar el hula. Esta clase mejora la coordinación de movimientos corporales y ofrece una excelente oportunidad para mantenerse saludable.

Nota: La clase se impartirá en español.

No hay clases el: 19 de junio de 2025

AERÓBICS ORO

EDADES: Personas Mayores de 55 años

DÍAS: Lunes - Jueves

HORA: 9:10 AM - 10:00 AM

COSTO: \$10.00

UBICACIÓN: Centro Comunitario, 707 Dool Ave.

INSTRUCTORA: Leticia Lira

Los ejercicios aeróbicos fortalecen el corazón y mejoran el estado físico general.

No hay clases el: 19 de junio de 2025.





PERSONAS DE LA TERCERA EDAD

BINGO

EDADES: Personas Mayores de 55 años

DÍAS: Martes y jueves

HORA: 9:00 AM a 10:50 AM

COSTO: \$5.00

UBICACIÓN: Senior Craft Room, 707 Dool Ave.

INSTRUCTOR: Personal de Recreación y Voluntarios

Disfruta de una mañana de diversión con el bingo, un juego de azar.

No habrá clases el: 19 de junio de 2025.

ZUMBA ORO

EDADES: Personas Mayores de 55 años

DÍAS: Lunes - Jueves **HORA:** 8:10 AM - 9:00 AM

COSTO: \$10.00

UBICACIÓN: Centro Comunitario, 707 Dool Ave.

INSTRUCTORA: Jaqueline Macias

Baila durante tu entrenamiento con Jacky. Esta clase es una forma divertida de empezar la mañana mientras te mantienes activo y saludable.

No hay clases el: 19 de junio de 2025.

CLUB DE GANCHILLO

EDADES: Personas Mayores de 55 años

DÍAS: Jueves

HORA: 4:00 PM - 5:50 PM

TARIFA: Gratis

UBICACIÓN: Senior Craft Room, 707 Dool Ave.

Nota: Este es un club, no una clase de aprendizaje. Si te gusta tejer a crochet, este es tu club.

Comparte con otros tus patrones y obtén ideas para nuevos proyectos.

No habrá clases el: 19 de junio de 2025.

MANUALIDADES

EDADES: Personas Mayores de 55 años

DÍAS: Lunes y Miércoles

HORA: 9:00 AM a 11:50 AM

COSTO: \$10.00

UBICACIÓN: Senior Craft Room, 707 Dool Ave.

INSTRUCTORA: Rosa Romero

Únete a nosotros y aprende a crear fantásticas manualidades para tu hogar o para regalar. No se necesita experiencia.



EVENTOS ESPECIALES

NOCHE BOHEMIA DEL DÍA DEL PADRE

6 de junio de 2025

Centro Comunitario

NOCHE DE PINTURA

17 de junio de 2025

**Centro de Artes
Culturales**



INSTALACIONES DISPONIBLES PARA RENTAR

CENTRO COMUNITARIO **CAPACIDAD: 320 PERSONAS** **\$600.00**

¿Estas planeando un evento o una fiesta de celebración?

Los salones se reservan por orden de llegada, con un depósito de reservación no reembolsable de \$100.

No se aceptarán reservaciones por teléfono.

Por favor llame a la oficina al (760) 768-2176 para más información.



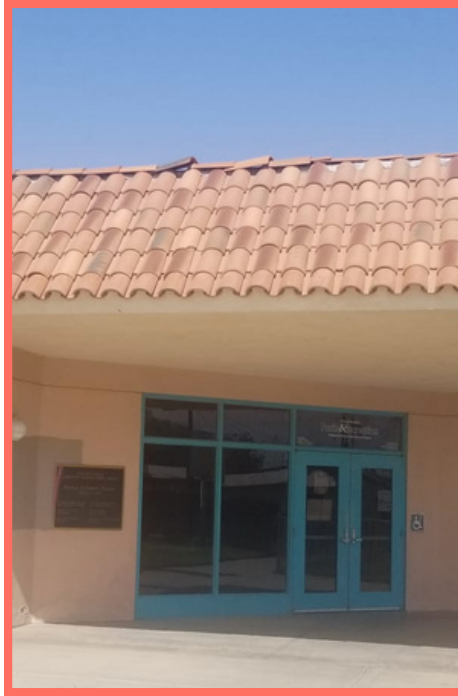
SENIOR HALL **CAPACIDAD: 160 PERSONAS** **\$450.00**

¿Estas planeando un evento o una fiesta de celebración?

Los salones se reservan por orden de llegada, con un depósito de reservación no reembolsable de \$100.

No se aceptarán reservaciones por teléfono.

Por favor llame a la oficina al (760) 768-2176 para más información.



Los parques y campos de la ciudad están disponibles para reservaciones , a menos que se reserve de otra manera.

Las reservaciones de parques deben realizarse con al menos siete días de anticipación.

No se permite el consumo de alcohol.

Costos:

\$50.00 por hasta 4 horas de uso.

El uso de electricidad, si está disponible, tiene un costo adicional de \$50.00 por hasta 4 horas.

Depósito de llave: \$75.00 si el parque requiere una llave.

Depósito de limpieza: \$25.00

