



CAMINE CON GUSTO

un programa para familias saludables

Los padres activos tienen más probabilidades de tener hijos activos. Actividades físicas como caminar, bailar y jugar al aire libre enseñan a los niños a llevar una vida más sana y activa.

Beneficios

Camine con gusto lo ayudará a:

- Motivarse para aumentar su capacidad física.
- Caminar con comodidad y seguridad.
- Aumentar su flexibilidad, fortaleza y resistencia.
- Reducir el estrés

Cuándo: cada lunes y miércoles por 9 semanas empezando el 22 de abril

Hora: 5:30 pm - 7:00 pm

Lugar: En la pista de Linus Pauling Middle School
Corvallis, OR

Costo: GRATIS

¡Los niños son bienvenidos!

**Para más información y para registrarse
llame a Diana Camacho al 541-257-7609.**

El Distrito Escolar de Corvallis no necesariamente patrocina a esta organización o sus actividades. El Distrito no asume responsabilidad alguna por sus contenidos o eventos que resulten de esta distribución