



# Clases de recreación de invierno 2025

La ciudad de Menlo Park ofrece clases comunitarias excepcionales a precios razonables, que incluyen gimnasia, danza, deportes, gimnasia juvenil, música, teatro, arte, campamentos de verano para jóvenes, aprendizaje permanente y más.

Registrarse: [menlopark.gov/activityguide](https://menlopark.gov/activityguide)

¿Necesita ayuda para registrarse? ¡No hay problema! El personal de la ciudad está disponible en persona y por teléfono en las instalaciones recreativas para ayudar.

Teléfono: [650-330-2200](tel:650-330-2200)

Correo electrónico: [registration@menlopark.gov](mailto:registration@menlopark.gov)

Web: [menlopark.gov/feedback](https://menlopark.gov/feedback)



# Actividades y clases - Manualidades para jóvenes

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17885	Artes y manualidades para jóvenes	Textiles y artes de fibra: manualidades creativas	En esta clase extraescolar de textiles y artes de la fibra, los estudiantes explorarán los fundamentos del arte textil a través de proyectos prácticos que combinan la creatividad con el desarrollo de habilidades. Cada semana, los estudiantes aprenderán técnicas como costura, fieltro de lana, tejido, serigrafía, macramé, teñido y pintura sobre tela, ganando confianza a medida que transforman las ideas en creaciones tangibles. Los proyectos pueden incluir camisetas teñidas, tapices tejidos, almohadas decorativas, borlas, guirnaldas de pompones y bolsas de mano con estampado en bloque. Guiados por instructores experimentados, los niños desarrollarán la concentración, la coordinación y la autoexpresión mientras elaboran piezas únicas que estarán orgullosos de llevar a casa y mostrar.	08 de enero de 2025 - 19 de marzo de 2025	16:00 a 17:00 horas	Cada miércoles	Dragonfly Designs	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$790.00; Tarifa del programa para residentes: \$585.00	08 años	011 Y
17884	Artes y manualidades para jóvenes	Textiles y artes de fibra: proyectos creativos prácticos	En esta divertida y atractiva clase de textiles y artes de la fibra, los jóvenes artistas explorarán los conceptos básicos de las técnicas de textiles y artes de la fibra. Cada semana, los estudiantes se sumergirán en proyectos diseñados para presentar habilidades esenciales como cortar, enhebrar agujas, coser, teoría del color, teñir, estampar y pintar telas. Con actividades prácticas como teñir, tejer tapices, estampar en camisetas, decorar bolsas de mano e incluso hacer pufs, los estudiantes desarrollarán la concentración, la destreza manual y la coordinación mano-ojo. ¡Esta clase es perfecta para jóvenes creadores ansiosos por descubrir nuevas texturas, colores y técnicas mientras desarrollan la confianza y crean arte que pueden usar y vestir!	13 de enero de 2025 - 17 de marzo de 2025	16:00 a 17:00 horas	Cada lunes	Dragonfly Designs	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$628,00; Tarifa del programa para residentes: \$465,00	05 años	009 Y



# Actividades y clases - Manualidades para jóvenes

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17883	Artes y manualidades para jóvenes	Maker's Lab: Club de arte después de la escuela: ¡Creando amistades y creatividad!	¡Únase a nosotros después de la escuela en Maker's Lab, donde la creatividad y la amistad brillan! En esta clase divertida y práctica, los jóvenes artistas explorarán todo, desde dar forma a la arcilla y hacer joyas con cuentas hasta coser textiles y mezclar técnicas para proyectos únicos. Cada semana ofrece una nueva aventura artística, que despierta la imaginación y alienta a los niños a sumergirse en ideas nuevas y creaciones audaces. Con el apoyo de nuestros entusiastas instructores, los estudiantes desarrollarán nuevas habilidades, colaborarán con amigos y se expresarán en un espacio acogedor e inspirador.	08 de enero de 2025 - 19 de marzo de 2025	16:00 a 17:00 horas	Cada miércoles	Dragonfly Designs	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$790.00; Tarifa del programa para residentes: \$585.00	07 años	010 Y
17882	Artes y manualidades para jóvenes	¡Cariño, encógi mi arte! Clase de arcilla en miniatura y técnica mixta	Los jóvenes creadores diseñarán su propia casita diminuta, completa con muebles en miniatura, arte mural y un simpático gnomo guardián. Mientras dan vida a su pequeño mundo, los estudiantes usarán botones de colores, limpiapipas, lentejuelas, cuentas, gemas brillantes, semillas y otros objetos pequeños de la naturaleza para crear encantadores insectos, flores y animales que transformarán su jardín en miniatura en una escena encantadora. ¡Esta clase práctica es perfecta para niños con gran imaginación y amor por los pequeños tesoros!	9 de enero de 2025 - 20 de marzo de 2025	16:00 a 17:00 horas	Cada jueves	Dragonfly Designs	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$790.00; Tarifa del programa para residentes: \$585.00	07 años	010 Y



# Actividades y clases - Manualidades para jóvenes

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17881	Artes y manualidades para jóvenes	Estudio creativo de impresión y escultura	Esta clase sumerge a los jóvenes artistas en un mundo de textura, color y diseño 3D. Los estudiantes se sumergirán en proyectos prácticos como tallado de sellos, impresión en bloque y varias técnicas de escultura. Cada semana, explorarán la impresión en tela y papel, la escultura en arcilla y papel maché y la creación de collages con materiales reciclados. Con la orientación de nuestros instructores, los estudiantes desarrollarán habilidades de autoexpresión, experimentarán con texturas en capas y crearán piezas vibrantes para exhibir.	10 de enero de 2025 - 21 de marzo de 2025	16:00 a 17:00 horas	Cada viernes	Dragonfly Designs	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$709.00; Tarifa del programa para residentes: \$525.00	08 años	011 Y
17880	Artes y manualidades para jóvenes	Arte de exploradores creativos	En esta clase dinámica, los estudiantes se embarcarán en una exploración aventurera de varios medios artísticos, desarrollando la valiosa habilidad del pensamiento divergente: la capacidad de abordar los problemas desde múltiples perspectivas. Guiados por nuestros apasionados instructores, los jóvenes artistas experimentarán con materiales como metal, arcilla, cera, madera, papel y vidrio, y elaborarán proyectos innovadores como fabricación de velas, mosaicos, pintura, teñido anudado, diseño de joyas, grabado, papel maché y mucho más. ¡Es un viaje emocionante al mundo del arte, donde las posibilidades son infinitas y la creatividad no conoce límites!	07 de enero de 2025 - 18 de marzo de 2025	16:00 a 17:00 horas	Cada martes	Dragonfly Designs	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$790.00; Tarifa del programa para residentes: \$585.00	07 años	011 Y



# Actividades y clases - Manualidades para jóvenes

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17767	Artes y manualidades para jóvenes	Taller de calzado y ropa a medida	Este taller consistirá en que los estudiantes aprendan el proceso completo de cómo personalizar por completo un par de Nike Air Force 1 o Nike Jordan. Cubriremos el proceso completo desde el diseño hasta la fabricación. También cubriremos cómo hacer su propio swag (prenda) personalizado como camisetas, sudaderas con capucha, gorras, buzos y pantalones cortos. De principio a fin, los estudiantes aprenderán a hacer un atuendo completo cuando hayan completado este curso. Si te gusta la moda, este es el taller para ti. Se proporcionan todos los materiales y zapatos.	08 de enero de 2025 - 12 de marzo de 2025	17:30 a 19:00 horas	Cada miércoles	Jamie Fraser	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$1,010.00; Tarifa del programa para no residentes: \$1010.00; Tarifa del programa para residentes: \$748.00	10 años	
17582	Artes y manualidades para jóvenes	Cerámica: construcción manual para principiantes	Los estudiantes se divertirán aprendiendo diferentes técnicas de pintura con acuarelas. El instructor compartirá pautas y cada sesión se centrará en una técnica específica de pintura con acuarela que se desarrollará cada semana. Hiperlocal: 5 de diciembre Residentes: 7 de diciembre No residentes: 11 de diciembre Hiperlocal: \$33 Residentes: \$45 No residentes: \$71	22 de enero de 2025 - 26 de febrero de 2025	17:30 a 19:30 horas	Cada miércoles	Diamond Wheeler	Belle Haven Community Campus	Tarifa del programa hiperlocal: \$33,00; Tarifa del programa hiperlocal para estudiantes: \$33,00; Tarifa del programa para no residentes: \$71,00; Tarifa del programa para residentes: \$45,00	16 años	
17231	Artes y manualidades para jóvenes	Fabricación de pulseras de la amistad	Los participantes aprenderán a hacer pulseras de hilo y de cuentas. Cada semana, los participantes se llevarán a casa una pulsera. Las pulseras de hilo se harán durante la primera mitad de la sesión de invierno, durante ese tiempo aprenderán tres métodos diferentes. Las pulseras de cuentas se harán durante la segunda mitad de la sesión de invierno.	08 de enero de 2025 - 19 de marzo de 2025	16:00 a 16:45	Cada miércoles	City of Menlo Park Staff	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$135,00; Tarifa del programa para residentes: \$100,00	09 años	012 Y



# Actividades y clases - Manualidades para jóvenes

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17229	Artes y manualidades para jóvenes	Fabricación de pulseras de la amistad	Los participantes aprenderán a hacer pulseras de hilo y de cuentas. Cada semana, los participantes se llevarán a casa una pulsera. Las pulseras de hilo se harán durante la primera mitad de la sesión de invierno, durante ese tiempo aprenderán tres métodos diferentes. Las pulseras de cuentas se harán durante la segunda mitad de la sesión de invierno.	6 de enero de 2025 - 17 de marzo de 2025	16:45 a 17:15	Cada lunes	City of Menlo Park Staff	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$135,00; Tarifa del programa para residentes: \$100,00	09 años	012 Y
17228	Artes y manualidades para jóvenes	Fabricación de pulseras de la amistad	Los participantes confeccionarán pulseras de la amistad con cuentas. Cada semana, los participantes se llevarán a casa algunas pulseras.	08 de enero de 2025 - 19 de marzo de 2025	15:45 a 16:15	Cada miércoles	City of Menlo Park Staff	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$135,00; Tarifa del programa para residentes: \$100,00	06 Años	008 Y
17227	Artes y manualidades para jóvenes	Fabricación de pulseras de la amistad	Los participantes confeccionarán pulseras de la amistad con cuentas. Cada semana, los participantes se llevarán a casa algunas pulseras.	6 de enero de 2025 - 17 de marzo de 2025	15:45 a 16:15	Cada lunes	City of Menlo Park Staff	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$135,00; Tarifa del programa para residentes: \$100,00	06 Años	008 Y



# Actividades y clases - Manualidades para jóvenes

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17163	Artes y manualidades para jóvenes	Creación de cómics	Los cómics son una de las formas más populares y emocionantes de contar una historia. Los estudiantes aprenden a crear un género de tiras cómicas, a dibujar personajes desarrollados a través de su imaginación y a trazar una historia para su creación cómica. Ya sea que los estudiantes hayan probado suerte con los cómics antes o simplemente estén interesados en investigar cómo funcionan, este curso les brindará información para ayudar a los narradores a aprovechar al máximo cada página. Se adoptará un proceso paso a paso para guiar y entrenar a los estudiantes a través de este programa creativo y artístico.	27 de enero de 2025 - 10 de marzo de 2025	16:15 a 17:15	Cada lunes	EASE Education Staff	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$587.00; Tarifa del programa para residentes: \$435.00	07 años	012 Y
17135	Artes y manualidades para jóvenes	Creaciones de crochet: partiendo de lo básico	Esta clase está diseñada para jóvenes crocheteras que tienen un conocimiento básico de las técnicas de crochet y están listas para dar el siguiente paso. Los estudiantes ya deben saber cómo sostener un ganchillo y trabajar puntadas básicas como el punto bajo y el punto alto. En este curso divertido y práctico, desarrollaremos esas habilidades explorando nuevas puntadas, aprendiendo a leer patrones simples y creando proyectos geniales como pequeños accesorios, juguetes o decoración. Con orientación y apoyo, los estudiantes aumentarán su confianza mientras se divierten y expresan su creatividad. Todos los materiales están incluidos en la tarifa de inscripción.	13 de enero de 2025 - 17 de marzo de 2025	17:00 a 18:15 horas	Cada lunes	Lulu Maxcy	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$228.00; Tarifa del programa para residentes: \$169.00	08 años	013 Y



# Actividades y Clases - Danza juvenil

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17155	Danza juvenil	Expresiones de baile Cuties creativos	Esta clase anima a los niños a explorar el movimiento usando la música y la imaginación. Los estudiantes aprenderán patrones rítmicos, desarrollarán habilidades motoras gruesas, participarán en juegos imaginativos y desarrollarán sus habilidades sociales en una clase divertida y llena de energía. Se enseñarán los conceptos básicos del ballet mientras se expresa la creatividad. Todos los estudiantes de Dance Expressions tendrán la oportunidad de participar en nuestro espectáculo anual de danza de fin de año que se llevará a cabo en Canada College el 7 de junio y para obtener más información sobre nuestras clases, ubicación o información del espectáculo, visite <a href="http://www.danceexpressions5678.com">www.danceexpressions5678.com</a> o envíenos un correo electrónico a <a href="mailto:danceexpressionsmp@gmail.com">danceexpressionsmp@gmail.com</a> .	6 de enero de 2025 - 17 de marzo de 2025	15:45 a 16:25	Cada lunes	Maryanne Fernandez	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$436,00; Tarifa del programa para residentes: \$323,00	03 años	004 Y
17145	Danza juvenil	Compañía de interpretación Dance Expressions (a partir de 9 años)	¡Para estudiantes que desean más oportunidades de actuación! Los bailarines interesados deben tener fuertes habilidades de baile, presencia en el escenario, una fuerte ética de trabajo y dedicación. Todos los bailarines de Performing Company deben inscribirse y asistir a otra clase semanal de Dance Expressions, así como inscribirse y asistir a la clase de técnica de los sábados a la 1:30 p. m. Performing Company es un compromiso de un año que comienza en septiembre y finaliza en junio. Para obtener más información sobre nuestras clases, ubicación o información sobre espectáculos, visite <a href="http://www.danceexpressions5678.com">www.danceexpressions5678.com</a> o envíe un correo electrónico a <a href="mailto:danceexpressionsmp@gmail.com">danceexpressionsmp@gmail.com</a> .	6 de enero de 2025 - 17 de marzo de 2025	17:30 a 18:30 horas	Cada lunes	Danielle Fernandez	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$466,00; Tarifa del programa para residentes: \$345,00	09 años	018 Y



# Actividades y Clases - Danza juvenil

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17143	Danza juvenil	Mini Hip Hop de Dance Expressions (1.º y 2.º grado)	¡Haz amigos, explora el movimiento y desarrolla habilidades de baile en esta clase de baile animada y llena de energía! ¡Los bailarines aprenderán los conceptos básicos del hip hop presentados a través de actividades divertidas y combinaciones de baile con música apropiada para su edad! ¡Esta clase los hará aislarse, estirarse y moverse en la pista de baile mientras estimulan la autoestima, la autoexpresión y la creatividad! Todos los estudiantes de Dance Expressions tendrán la oportunidad de participar en nuestro espectáculo de baile anual de fin de año que se lleva a cabo en Canada College el 6 y 7 de junio y para obtener más información sobre nuestras clases, colocación o información del espectáculo, visite <a href="http://www.danceexpressions5678.com">www.danceexpressions5678.com</a> o envíenos un correo electrónico a <a href="mailto:danceexpressionsmp@gmail.com">danceexpressionsmp@gmail.com</a> . Se requiere vestimenta de baile ajustada (no se permiten prendas holgadas, faldas/vestidos largos o jeans) y todos los estudiantes deberán tener el cabello recogido y apartado de la cara en colas de caballo. ¡Tómese dos veces por semana y combine esta clase con Mini Jazz!	6 de enero de 2025 - 17 de marzo de 2025	16:30 a 17:15 horas	Cada lunes	Danielle Fernandez	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$466,00; Tarifa del programa para residentes: \$345,00	06 Años	008 Y



# Actividades y Clases - Danza juvenil

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17146	Danza juvenil	Compañía de interpretación de jazz avanzada Dance Expressions (mayores de 13 años)	Los miembros de Performing Company son personas trabajadoras, apasionadas por la danza y con ganas de actuar. Los bailarines interesados deben tener fuertes habilidades de baile y un conjunto avanzado de habilidades, presencia y una fuerte ética de trabajo, y ser dedicados y comprometidos. Todos los bailarines de Performing Company deben inscribirse y asistir a otra clase semanal de Dance Expressions, así como inscribirse y asistir a la clase de técnica de los sábados a las 11:30. Performing Company es un compromiso de un año que comienza en septiembre y finaliza en junio. Para obtener más información, visite <a href="http://www.danceexpressions5678.com">www.danceexpressions5678.com</a> o envíenos un correo electrónico a <a href="mailto:danceexpressionsmp@gmail.com">danceexpressionsmp@gmail.com</a> .	6 de enero de 2025 - 19 de marzo de 2025	18:30 a 20:00 horas	Todos los lunes y miércoles	Danielle Fernandez	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$466,00; Tarifa del programa para residentes: \$345,00	13 años	018 Y
17149	Danza juvenil	Expresiones de danza lírica avanzada (13 años en adelante)	La danza lírica utiliza el estado de ánimo de la música para hacer resaltar los movimientos de los bailarines, ya que cada clase constará de un calentamiento e incluirá progresiones en el piso y combinaciones centrales. La clase de Técnica del sábado es un complemento muy recomendado para esta clase y todas las clases de Dance Expressions. Todos los estudiantes de Dance Expressions tendrán la oportunidad de participar en nuestro espectáculo anual de danza de fin de año que se llevará a cabo en Canada College el 6 y 7 de junio y para obtener más información sobre nuestras clases, ubicación o información del espectáculo, visite <a href="http://www.danceexpressions5678.com">www.danceexpressions5678.com</a> o envíenos un correo electrónico a <a href="mailto:danceexpressionsmp@gmail.com">danceexpressionsmp@gmail.com</a> .	07 de enero de 2025 - 18 de marzo de 2025	19:15 a 20:30 horas	Cada martes	Danielle Fernandez	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$466,00; Tarifa del programa para residentes: \$345,00	13 años	018 Y



# Actividades y Clases - Danza juvenil

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17147	Danza juvenil	Expresiones de baile líricas para principiantes (a partir de 9 años)	La danza lírica utiliza el estado de ánimo de la música para hacer resaltar los movimientos de los bailarines, ya que cada clase constará de un calentamiento e incluirá progresiones en el piso y combinaciones centrales. La clase de Técnica del sábado es un complemento muy recomendado para esta clase y todas las clases de Dance Expressions. Todos los estudiantes de Dance Expressions tendrán la oportunidad de participar en nuestro espectáculo anual de danza de fin de año que se llevará a cabo en Canada College el 6 y 7 de junio y para obtener más información sobre nuestras clases, ubicación o información del espectáculo, visite <a href="http://www.danceexpressions5678.com">www.danceexpressions5678.com</a> o envíenos un correo electrónico a <a href="mailto:danceexpressionsmp@gmail.com">danceexpressionsmp@gmail.com</a> .	07 de enero de 2025 - 18 de marzo de 2025	16:00 a 17:00 horas	Cada martes	Danielle Fernandez	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$466,00; Tarifa del programa para residentes: \$345,00	09 años	018 Y



# Actividades y Clases - Danza juvenil

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17144	Danza juvenil	Expresiones de danza, nivel intermedio de jazz (8.º grado a bachillerato)	Esta clase es para bailarines de nivel intermedio. Se agregará complejidad a las habilidades/pasos anteriores, así como también se introducirán nuevas habilidades. Los estudiantes deben sentirse cómodos con las piruetas dobles y trabajar para lograr triples, varios saltos, patadas y más. La clase de Técnica del sábado es un complemento muy recomendado para esta clase y todas las clases de Dance Expressions. Todos los estudiantes de Dance Expressions tendrán la oportunidad de participar en nuestro espectáculo anual de baile de fin de año que se llevará a cabo en Canada College el 6 y 7 de junio. Para obtener más información sobre nuestras clases, ubicación o información del espectáculo, visite <a href="http://www.danceexpressions5678.com">www.danceexpressions5678.com</a> o envíenos un correo electrónico a <a href="mailto:danceexpressionsmp@gmail.com">danceexpressionsmp@gmail.com</a> .	07 de enero de 2025 - 18 de marzo de 2025	17:00 a 18:00 horas	Cada martes	Danielle Fernandez	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$466,00; Tarifa del programa para residentes: \$345,00	12 años	018 Y
17768	Danza juvenil	Clases de Hip Hop y Breaking	Empire of Dance no es solo un estudio de baile, sino una escuela de vida que difunde influencias positivas a través del hip hop. Enseñamos a los estudiantes a descubrir su pasión y cómo convertirla en su profesión. Nos centramos en aprender los fundamentos y la técnica de todos los estilos de baile del hip hop. Aprendemos la historia, la cultura y los atributos positivos como la comunidad, el compromiso, la creatividad, la confianza y la cultura.	08 de enero de 2025 - 19 de marzo de 2025	16:00 a 17:00 horas	Cada miércoles	Jamie Fraser	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$609,00; Tarifa del programa para residentes: \$451,00	10 años	013 Y



# Actividades y Clases - Danza juvenil

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17160	Danza juvenil	Expresiones de baile: Jazz para principiantes (de 9 a 12 años)	Esta clase es para bailarines con al menos 1 año de experiencia en danza. Los estudiantes aprenderán habilidades como saltos y giros mientras trabajan en la técnica y aumentan la fuerza y la flexibilidad. La clase de Técnica del sábado es un complemento muy recomendado para esta clase y todas las clases de Dance Expressions. Todos los estudiantes de Dance Expressions tendrán la oportunidad de participar en nuestro espectáculo anual de danza de fin de año que se lleva a cabo en Canada College el 6 y 7 de junio. Para obtener más información sobre nuestras clases, ubicación o información del espectáculo, visite <a href="http://www.danceexpressions5678.com">www.danceexpressions5678.com</a> o envíenos un correo electrónico a <a href="mailto:danceexpressionsmp@gmail.com">danceexpressionsmp@gmail.com</a> .	08 de enero de 2025 - 19 de marzo de 2025	17:00 a 18:00 horas	Cada miércoles	Maryanne Fernandez	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$466,00; Tarifa del programa para residentes: \$345,00	09 años	012 Y
17158	Danza juvenil	Expresiones de danza: introducción al jazz (3.º a 5.º grado)	¡Esta clase es una introducción fabulosa a la danza jazz para estudiantes de 3.º a 5.º grado! ¡Únase a nosotros para esta clase divertida y animada que incluye calentamientos, estiramientos y combinaciones enérgicas de algunas de las canciones más populares de la actualidad! Todos los estudiantes de Dance Expressions tendrán la oportunidad de participar en nuestro espectáculo de danza anual de fin de año que se llevará a cabo en Canada College el 6 y 7 de junio y para obtener más información sobre nuestras clases, ubicación o información del espectáculo, visite <a href="http://www.danceexpressions5678.com">www.danceexpressions5678.com</a> o envíenos un correo electrónico a <a href="mailto:danceexpressionsmp@gmail.com">danceexpressionsmp@gmail.com</a> .	08 de enero de 2025 - 19 de marzo de 2025	16:00 a 17:00 horas	Cada miércoles	Maryanne Fernandez	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$466,00; Tarifa del programa para residentes: \$345,00	08 años	011 Y



# Actividades y Clases - Danza juvenil

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17170	Danza juvenil	Clases de Hip Hop y Breaking	Difundiendo influencias positivas a través del Hip Hop, Empire of Dance no es solo un estudio de baile, somos una Escuela de Vida. Enseñamos a los estudiantes a descubrir su pasión y les enseñamos cómo convertirla en su profesión. Nos centramos en aprender los fundamentos y la técnica de todos los estilos de baile del Hip Hop. Aprendiendo la historia y la cultura y los atributos positivos como la comunidad, el compromiso, la creatividad, la confianza y la cultura.	9 de enero de 2025 - 20 de marzo de 2025	17:00 a 18:00 horas	Cada jueves	Jamie Fraser	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$609,00; Tarifa del programa para residentes: \$451,00	13 años	018 Y
17159	Danza juvenil	Expresiones de baile: nivel principiante, intermedio y jazz (5.º a 8.º grado)	Esta clase se centra en la flexibilidad, la fuerza, los giros, los saltos y la coreografía de jazz. Los bailarines deben tener al menos 2 o 3 años de experiencia en danza. La clase de Técnica del sábado es un complemento muy recomendable para esta clase y todas las clases de Dance Expressions. Todos los estudiantes de Dance Expressions tendrán la oportunidad de participar en nuestro espectáculo anual de danza de fin de año que se lleva a cabo en Canada College el 6 y 7 de junio. Para obtener más información sobre nuestras clases, ubicación o información del espectáculo, visite <a href="http://www.danceexpressions5678.com">www.danceexpressions5678.com</a> o envíenos un correo electrónico a <a href="mailto:danceexpressionsmp@gmail.com">danceexpressionsmp@gmail.com</a> .	9 de enero de 2025 - 20 de marzo de 2025	16:45 a 17:45	Cada jueves	Maryanne Fernandez	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$466,00; Tarifa del programa para residentes: \$345,00	10 años	013 Y



# Actividades y Clases - Danza juvenil

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17157	Danza juvenil	Mini Jazz de Dance Expressions (1.º y 2.º grado)	¡Haz amigos, explora el movimiento y desarrolla habilidades de baile en esta clase de baile animada y llena de energía! Los bailarines aprenderán los conceptos básicos de la danza jazz a través de actividades divertidas y combinaciones de baile con música apropiada para su edad. ¡Esta clase los hará aislarse, estirarse y moverse en la pista de baile mientras estimulan la autoestima, la autoexpresión y la creatividad! Todos los estudiantes de Dance Expressions tendrán la oportunidad de participar en nuestro espectáculo de baile anual de fin de año que se llevará a cabo en Canada College el 6 y 7 de junio y para obtener más información sobre nuestras clases, ubicación o información del espectáculo, visite <a href="http://www.danceexpressions5678.com">www.danceexpressions5678.com</a> o envíenos un correo electrónico a <a href="mailto:danceexpressionsmp@gmail.com">danceexpressionsmp@gmail.com</a> . ¡Tome dos veces por semana y combine esta clase con Mini Hip Hop!	9 de enero de 2025 - 20 de marzo de 2025	16:00 a 16:45	Cada jueves	Maryanne Fernandez	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$466,00; Tarifa del programa para residentes: \$345,00	06 Años	008 Y
17151	Danza juvenil	Expresiones de baile Jazz Hip Hop avanzado	¡Todos los niveles son bienvenidos a esta divertida y enérgica clase de baile de viernes por la noche! ¡Llévate a un amigo y sal a bailar! Todos los estudiantes de Dance Expressions tendrán la oportunidad de participar en nuestro espectáculo anual de baile de fin de año que se llevará a cabo en Canada College el 6 y 7 de junio. Para obtener más información sobre nuestras clases, ubicación o información del espectáculo, visita <a href="http://www.danceexpressions5678.com">www.danceexpressions5678.com</a> o envíanos un correo electrónico a <a href="mailto:danceexpressionsmp@gmail.com">danceexpressionsmp@gmail.com</a> .	9 de enero de 2025 - 20 de marzo de 2025	19:00 a 20:00 horas	Cada jueves	Danielle Fernandez	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$466,00; Tarifa del programa para residentes: \$345,00	13 años	018 Y



# Actividades y Clases - Danza juvenil

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17162	Danza juvenil	Expresiones de baile: introducción al hip hop (3.º a 4.º grado)	¡Esta clase es una introducción fabulosa al baile hip hop para estudiantes de 3.º y 4.º grado! ¡Únase a nosotros para esta clase divertida y animada que incluye calentamientos, baile en el piso y combinaciones enérgicas de algunas de las canciones más populares de la actualidad! Todos los estudiantes de Dance Expressions tendrán la oportunidad de participar en nuestro espectáculo de baile anual de fin de año que se llevará a cabo en Canada College el 6 y 7 de junio y para obtener más información sobre nuestras clases, ubicación o información del espectáculo, visite <a href="http://www.danceexpressions5678.com">www.danceexpressions5678.com</a> o envíenos un correo electrónico a <a href="mailto:danceexpressionsmp@gmail.com">danceexpressionsmp@gmail.com</a> .	10 de enero de 2025 - 21 de marzo de 2025	17:00 a 18:00 horas	Cada viernes	Maryanne Fernandez	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$466,00; Tarifa del programa para residentes: \$345,00	08 años	010 Y
17156	Danza juvenil	Expresiones de baile Expresiones para niños (jardín de infantes)	los niños les encanta bailar, así que haga que su hijo de jardín de infantes se mueva, baile y aprenda con Kinder Expressions. Se fomenta la creatividad y la autoexpresión mientras los bailarines se deslizan, saltan, dan saltos y brincan por la pista de baile. No solo se les presentan a los estudiantes las técnicas fundamentales de la danza, sino que también se desarrollan las habilidades de escucha, ritmo y memorización. Todos los estudiantes de Dance Expressions tendrán la oportunidad de participar en nuestro espectáculo anual de danza de fin de año que se llevará a cabo en Canada College el 6 y 7 de junio y para obtener más información sobre nuestras clases, ubicación o información del espectáculo, visite <a href="http://www.danceexpressions5678.com">www.danceexpressions5678.com</a> o envíenos un correo electrónico a <a href="mailto:danceexpressionsmp@gmail.com">danceexpressionsmp@gmail.com</a> .	10 de enero de 2025 - 21 de marzo de 2025	16:00 a 16:45	Cada viernes	Maryanne Fernandez	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$466,00; Tarifa del programa para residentes: \$345,00	05 años	006 Y



# Actividades y Clases - Danza juvenil

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17150	Danza juvenil	Expresiones de baile Hip Hop	¡Todos los niveles son bienvenidos a esta divertida y enérgica clase de baile de viernes por la noche! ¡Llévate a un amigo y sal a bailar! Todos los estudiantes de Dance Expressions tendrán la oportunidad de participar en nuestro espectáculo anual de baile de fin de año que se llevará a cabo en Canada College el 6 y 7 de junio. Para obtener más información sobre nuestras clases, ubicación o información del espectáculo, visita <a href="http://www.danceexpressions5678.com">www.danceexpressions5678.com</a> o envíanos un correo electrónico a <a href="mailto:danceexpressionsmp@gmail.com">danceexpressionsmp@gmail.com</a> .	10 de enero de 2025 - 21 de marzo de 2025	17:00 a 18:00 horas	Cada viernes	Danielle Fernandez	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$466,00; Tarifa del programa para residentes: \$345,00	10 años	018 Y
17148	Danza juvenil	Expresiones de danza lírica intermedia (12 años en adelante)	La danza lírica utiliza el estado de ánimo de la música para hacer resaltar los movimientos de los bailarines, ya que cada clase constará de un calentamiento e incluirá progresiones en el piso y combinaciones centrales. La clase de Técnica del sábado es un complemento muy recomendado para esta clase y todas las clases de Dance Expressions. Todos los estudiantes de Dance Expressions tendrán la oportunidad de participar en nuestro espectáculo anual de danza de fin de año que se llevará a cabo en Canada College el 6 y 7 de junio y para obtener más información sobre nuestras clases, ubicación o información del espectáculo, visite <a href="http://www.danceexpressions5678.com">www.danceexpressions5678.com</a> o envíenos un correo electrónico a <a href="mailto:danceexpressionsmp@gmail.com">danceexpressionsmp@gmail.com</a> .	10 de enero de 2025 - 21 de marzo de 2025	18:00 a 19:00 horas	Cada viernes	Danielle Fernandez	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$466,00; Tarifa del programa para residentes: \$345,00	12 años	018 Y



# Actividades y Clases - Danza juvenil

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17153	Danza juvenil	Técnica avanzada de expresión de baile del sábado	Esta clase es para el bailarín que se toma en serio la importancia de prestar especial atención a la mejora de su técnica, ya que aumentará su flexibilidad, fuerza y resistencia, y se centrará en la ejecución adecuada de saltos y giros, así como en combinaciones y secuencias. Los conceptos básicos aprendidos en esta clase se pueden aplicar y serán beneficiosos para todas las demás áreas de la danza, por lo que se recomienda encarecidamente que esta clase se tome junto con otra clase de Dance Expressions para ver mejoras. Para obtener más información sobre nuestras clases, ubicación o información sobre espectáculos, visite <a href="http://www.danceexpressions5678.com">www.danceexpressions5678.com</a> o envíenos un correo electrónico a <a href="mailto:danceexpressionsmp@gmail.com">danceexpressionsmp@gmail.com</a> .	11 de enero de 2025 - 22 de marzo de 2025	11:30 a. m. a 1:30 p. m.	Cada sábado	Danielle Fernandez	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$466,00; Tarifa del programa para residentes: \$345,00	08 años	018 Y
17152	Danza juvenil	Técnica de los sábados para principiantes e intermedios de Dance Expressions	Esta clase es para el bailarín que se toma en serio la importancia de prestar especial atención a la mejora de su técnica, ya que aumentará su flexibilidad, fuerza y resistencia, y se centrará en la ejecución adecuada de saltos y giros, así como en combinaciones y secuencias. Los conceptos básicos aprendidos en esta clase se pueden aplicar y serán beneficiosos para todas las demás áreas de la danza, por lo que se recomienda encarecidamente que esta clase se tome junto con otra clase de Dance Expressions para ver mejoras. Para obtener más información sobre nuestras clases, ubicación o información sobre espectáculos, visite <a href="http://www.danceexpressions5678.com">www.danceexpressions5678.com</a> o envíenos un correo electrónico a <a href="mailto:danceexpressionsmp@gmail.com">danceexpressionsmp@gmail.com</a> .	11 de enero de 2025 - 22 de marzo de 2025	13:30 a 14:45	Cada sábado	Danielle Fernandez	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$466,00; Tarifa del programa para residentes: \$345,00	08 años	018 Y



# Actividades y Clases - Danza juvenil

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17142	Danza juvenil	Expresiones de baile Cuties creativos	Esta clase anima a los niños a explorar el movimiento usando la música y la imaginación. Los estudiantes aprenderán patrones rítmicos, desarrollarán habilidades motoras gruesas, participarán en juegos imaginativos y desarrollarán sus habilidades sociales en una clase divertida y llena de energía. Se enseñarán los conceptos básicos del ballet mientras se expresa la creatividad. Todos los estudiantes de Dance Expressions tendrán la oportunidad de participar en nuestro espectáculo anual de danza de fin de año que se llevará a cabo en Canada College el 7 de junio y para obtener más información sobre nuestras clases, ubicación o información del espectáculo, visite <a href="http://www.danceexpressions5678.com">www.danceexpressions5678.com</a> o envíenos un correo electrónico a <a href="mailto:danceexpressionsmp@gmail.com">danceexpressionsmp@gmail.com</a> .	11 de enero de 2025 - 22 de marzo de 2025	10:15 a. m. a 10:45 a. m.	Cada sábado	Danielle Fernandez	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$436,00; Tarifa del programa para residentes: \$323,00	03 años	004 Y
17565	Danza juvenil	Bailes de Tik Tok	¡Aprende bailes divertidos, de moda y populares con tus amigos! Combinaremos diferentes estilos de baile con varios tipos de música para crear rutinas únicas que estén listas para compartir en las redes sociales. ¡Los estudiantes trabajarán en movimientos de baile básicos y también en improvisación! Hiperlocal: 5 de diciembre Residentes: 7 de diciembre No residentes: 11 de diciembre Hiperlocal: \$33 Residentes: \$45 No residentes: \$71	08 de enero de 2025 - 19 de marzo de 2025	17:30 a 18:30 horas	Cada miércoles	Sandra & Ms. KiKi Step it Up Dance Staff	Belle Haven Community Campus	Tarifa del programa	06 Años	010 Y



# Actividades y Clases - Enriquecimiento Juvenil

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17564	Idiomas de la juventud	Español avanzado	Gramática, países y capitales, verbos, oraciones, lectura, escritura, etc. Hiperlocal: 5 de diciembre Residentes: 7 de diciembre No residentes: 11 de diciembre Hiperlocal: \$33 Residentes: \$45 No residentes: \$71	08 de enero de 2025 - 19 de marzo de 2025	16:30 a 17:30 horas	Cada miércoles	Dennis Reyes	Belle Haven Community Campus	Tarifa del programa hiperlocal: \$33,00; Tarifa del programa hiperlocal para estudiantes: \$33,00; Tarifa del programa para no residentes: \$71,00; Tarifa del programa	06 Años	014 Y
17563	Idiomas de la juventud	Español para principiantes	ABC, vocales, números, pronombres, etc. Hiperlocal: 5 de diciembre Residentes: 7 de diciembre No residentes: 11 de diciembre Hiperlocal: \$33 Residentes: \$45 No residentes: \$71	6 de enero de 2025 - 17 de marzo de 2025	16:30 a 17:30 horas	Cada lunes	Dennis Reyes	Belle Haven Community Campus	Tarifa del programa hiperlocal: \$30,00; Tarifa del programa hiperlocal para estudiantes: \$30,00; Tarifa del programa para no residentes: \$64,55; Tarifa del programa para residentes: \$40,91	06 Años	014 Y



# Actividades y Clases - Enriquecimiento Juvenil

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17262	Enriquecimiento de la juventud	Hablar en público: oradores y escritores seguros	Esta clase está llena de actividades divertidas que enseñan a los niños pequeños habilidades para toda la vida. Aprenden a pararse erguidos y a hablar con confianza frente a un grupo. Comienzan a comprender los conceptos y la importancia de mantener el contacto visual, una buena postura, el volumen y las expresiones. Esta clase los ayuda a dar estructura a sus pensamientos y mejora sus habilidades de escritura. Tanto los tímidos como los habladores se benefician de esta clase, ya que hacemos actividades divertidas que incluyen desafíos de trabalenguas, narración de cuentos, recitales de poemas y presentaciones.	30 de enero de 2025 - 20 de marzo de 2025	17:10 a 18:10	Cada jueves	Gurus Education Staff	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$432,00; Tarifa del programa para residentes: \$320,00	07 años	011 Y
12392	Enriquecimiento de la juventud	Tienda de bicicletas - Vive en paz	La tienda de bicicletas Live In Peace es un programa nuevo y emocionante para nuestros jóvenes y nuestra comunidad. A medida que la conciencia sobre la salud y el tráfico siguen creciendo, las personas buscan formas alternativas de ejercicio y transporte. La tienda de bicicletas es un lugar de servicio y educación. Es un espacio que asesora y enseña a los jóvenes cómo mantener y reparar sus bicicletas, y una oportunidad para que Live In Peace retribuya a la comunidad. La tienda de bicicletas organiza eventos regulares, como días de reparación comunitarios, paseos en bicicleta colectivos, sesiones de entrenamiento y celebraciones. La tienda de bicicletas cuenta con el apoyo de la comunidad y donaciones corporativas.	11 de septiembre de 2024 - 11 de diciembre de 2024	16:00 a 17:00 horas	Cada miércoles	Live in Peace Staff	Belle Haven Community Campus	Tarifa del programa hiperlocal: \$33,00; Tarifa del programa para no residentes: \$71,00; Tarifa del programa para residentes: \$45,00	10 años	



# Actividades y Clases - Música y teatro juvenil

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17258	Música juvenil	Música y Magia Pretotand	Experimente la alegría y la magia de la música en vivo en un entorno acogedor y apacible. Cantaremos las canciones favoritas de los niños, como Zoom Zoom y Wheels On The Bus, acompañados por mi guitarra. Se proporcionarán instrumentos de percusión durante la clase, ¡además de un CD gratuito! ¡Ven y únete a la diversión!	6 de enero de 2025 - 17 de marzo de 2025	11:00 a. m. a 11:40 a. m.	Cada lunes	Rhea Sampson	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$360,00; Tarifa del programa para residentes: \$0,00	18 meses	003 Y
17257	Música juvenil	Música para bebés y niños pequeños	Experimente la alegría y la magia de la música en vivo en un entorno acogedor y apacible. Cantamos las canciones favoritas de los niños, como Twinkle, Twinkle Little Star y Baby Beluga, acompañadas por mi guitarra. Se proporcionarán instrumentos de percusión durante la clase y un CD gratuito. ¡Ven y únete a la diversión!	08 de enero de 2025 - 19 de marzo de 2025	11:00 a. m. a 11:40 a. m.	Cada miércoles	Rhea Sampson	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$360,00; Tarifa del programa para residentes: \$0,00	04 meses	18 meses



# Actividades y Clases - Música y teatro juvenil

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17247	Música juvenil	Clases de piano en minigrupos para niños Piano 8	¡Aprender a tocar el piano es divertido! Al dividir a los estudiantes en grupos pequeños (3 o 4 estudiantes), les damos la oportunidad de compartir la experiencia de aprendizaje con otros. Las actividades incluyen juegos orientados a la música, teoría musical fácil y entrenamiento auditivo. Las clases son secuenciales: a Piano 1 (nivel principiante) le sigue Piano 2, el siguiente nivel y así sucesivamente. Realizamos un recital en la última clase de la sesión. Cada estudiante tiene acceso a un piano o teclado en clase; sin embargo, se necesita un piano o teclado para practicar en casa. La tarifa del material está incluida. Si tienes alguna pregunta sobre las clases, no dudes en enviar un correo electrónico a la profesora Svetlana a <a href="mailto:stuchinsky@hotmail.com">stuchinsky@hotmail.com</a>	22 de enero de 2025 - 19 de marzo de 2025	17:20 a 17:55	Cada miércoles	Svetlana Tuchinsky	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$641,00; Tarifa del programa para residentes: \$475,00	06 Años	012 Y
17245	Música juvenil	Clases de piano en minigrupos para niños Piano 5	¡Aprender a tocar el piano es divertido! Al dividir a los estudiantes en grupos pequeños (3 o 4 estudiantes), les damos la oportunidad de compartir la experiencia de aprendizaje con otros. Las actividades incluyen juegos orientados a la música, teoría musical fácil y entrenamiento auditivo. Las clases son secuenciales: a Piano 1 (nivel principiante) le sigue Piano 2, el siguiente nivel y así sucesivamente. Realizamos un recital en la última clase de la sesión. Cada estudiante tiene acceso a un piano o teclado en clase; sin embargo, se necesita un piano o teclado para practicar en casa. La tarifa del material está incluida. Si tienes alguna pregunta sobre las clases, no dudes en enviar un correo electrónico a la profesora Svetlana a <a href="mailto:stuchinsky@hotmail.com">stuchinsky@hotmail.com</a>	22 de enero de 2025 - 19 de marzo de 2025	16:40 a 17:15 horas	Cada miércoles	Svetlana Tuchinsky	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$641,00; Tarifa del programa para residentes: \$475,00	06 Años	012 Y



# Actividades y Clases - Música y teatro juvenil

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17236	Música juvenil	Clases de piano en minigrupos para niños Piano 1	¡Aprender a tocar el piano es divertido! Al dividir a los estudiantes en grupos pequeños (3 o 4 estudiantes), les damos la oportunidad de compartir la experiencia de aprendizaje con otros. Las actividades incluyen juegos orientados a la música, teoría musical fácil y entrenamiento auditivo. Las clases son secuenciales: a Piano 1 (nivel principiante) le sigue Piano 2, el siguiente nivel y así sucesivamente. Realizamos un recital en la última clase de la sesión. Cada estudiante tiene acceso a un piano o teclado en clase; sin embargo, se necesita un piano o teclado para practicar en casa. La tarifa del material está incluida. Si tienes alguna pregunta sobre las clases, no dudes en enviar un correo electrónico a la profesora Svetlana a <a href="mailto:stuchinsky@hotmail.com">stuchinsky@hotmail.com</a>	22 de enero de 2025 - 19 de marzo de 2025	16:00 a 16:35 horas	Cada miércoles	Svetlana Tuchinsky	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$641,00; Tarifa del programa para residentes: \$475,00	06 Años	012 Y
17165	Música juvenil	Guitarra y canto colectivo	"Para mí, la vida sin tocar música es inconcebible", declaró Einstein. "Vivo mis sueños en la música. Veo mi vida en términos de música... La música es mi mayor alegría. Aquí en EASE, enseñamos a los niños los conceptos básicos de los acordes de guitarra, las escalas y los ejercicios de dedos, y entrenamos a los estudiantes para que canten con su instrumento. Ofrecemos una nueva forma de aprender a tocar la guitarra, cantar y practicar la voz y, lo más importante, desarrollar la confianza para cantar frente a un público en vivo.	29 de enero de 2025 - 5 de marzo de 2025	16:30 a 17:30 horas	Cada miércoles	EASE Education Staff	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$654,00; Tarifa del programa para residentes: \$485,00	07 años	012 Y



# Actividades y Clases - Música y teatro juvenil

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17260	Teatro juvenil	Teatro de cuentos de hadas	En un ambiente de apoyo y creatividad, cada semana representaremos distintos cuentos de hadas de distintos países. He incluido historias que reflejan roles más empoderados para las niñas. Esta es una clase excelente para mejorar la autoestima y las habilidades lingüísticas de tu hija. ¡Ven y únete a la diversión en este mundo mágico de fantasía!	6 de enero de 2025 - 17 de marzo de 2025	16:00 a 16:50 horas	Cada lunes	Rhea Sampson	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$479,00; Tarifa del programa para residentes: \$355,00	04 años	006 Y
17261	Teatro juvenil	Representación	En un entorno creativo y de apoyo, su hijo aprenderá presencia escénica, desarrollo de personajes y técnicas vocales. Los estudiantes interpretarán una obra original de un acto escrita por el instructor específicamente para esta clase. ¡Experimente la alegría y la diversión de estar en el escenario!	08 de enero de 2025 - 19 de marzo de 2025	16:00 a 17:15 horas	Cada miércoles	Rhea Sampson	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa	07 años	011 Y



# Actividades y Clases - Artes marciales para jóvenes

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17568	Artes marciales para jóvenes	Artes marciales (Sesión 2)	Nuestro programa de artes marciales combina fitness, disciplina y diversión. Diseñado para niños de 6 a 11 años, las clases se centran en la fuerza, la agilidad, la autodefensa y la confianza. Los niños desarrollarán la coordinación y el respeto a través de técnicas y ejercicios atractivos, todo ello enseñado en un entorno seguro y alentador. Hiperlocal: 5 de diciembre Residentes: 7 de diciembre No residentes: 11 de diciembre Hiperlocal: \$33 Residentes: \$45 No residentes: \$71	21 de febrero de 2025 - 21 de marzo de 2025	16:00 a 17:00 horas	Todos los lunes y viernes	Abdul Ansari	Belle Haven Community Campus	Tarifa del programa hiperlocal: \$33,00; Tarifa del programa hiperlocal para estudiantes: \$33,00; Tarifa del programa para no residentes: \$71,00; Tarifa del programa para residentes: \$45,00	06 Años	012 Y
17567	Artes marciales para jóvenes	Artes marciales (sesión 1)	Nuestro programa de artes marciales combina fitness, disciplina y diversión. Diseñado para niños de 6 a 11 años, las clases se centran en la fuerza, la agilidad, la autodefensa y la confianza. Los niños desarrollarán la coordinación y el respeto a través de técnicas y ejercicios atractivos, todo ello enseñado en un entorno seguro y alentador. Hiperlocal: 5 de diciembre Residentes: 7 de diciembre No residentes: 11 de diciembre Hiperlocal: \$33 Residentes: \$45 No residentes: \$71	6 de enero de 2025 - 7 de febrero de 2025	16:00 a 17:00 horas	Todos los lunes y viernes	Abdul Ansari	Belle Haven Community Campus	Tarifa del programa hiperlocal: \$33,00; Tarifa del programa hiperlocal para estudiantes: \$33,00; Tarifa del programa para no residentes: \$71,00; Tarifa del programa para residentes: \$45,00	06 Años	012 Y



# Actividades y Clases - Artes marciales para jóvenes

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17213	Artes marciales para jóvenes	Karate tradicional para principiantes	El karate para principiantes se centra en los modales adecuados, las habilidades básicas (bloqueos, patadas y golpes) y kata (formas) introductorias y kumite (combate). La clase también incluye defensa personal, concentración y mecánica corporal para preparar a los participantes para el entrenamiento avanzado siguiendo los estándares de la Federación Japonesa de Karate (MEXT: Ministerio de Educación de Japón). Los estudiantes pueden participar en competencias regionales e internacionales con oportunidades de entrenar en Japón. La inscripción cuesta \$25 por sesión. Se sugiere uniforme de karate blanco (obligatorio para la prueba).	08 de enero de 2025 - 19 de marzo de 2025	17:45 a 19:00 horas	Cada miércoles	Johnpaul Williams	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa de inscripción para el curso: \$25.00; Tarifa del programa para no residentes: \$302.00; Tarifa del programa para residentes: \$224.00	08 años	
17212	Artes marciales para jóvenes	Karate tradicional para principiantes	El karate para principiantes se centra en los modales adecuados, las habilidades básicas (bloqueos, patadas y golpes) y kata (formas) introductorias y kumite (combate). La clase también incluye defensa personal, concentración y mecánica corporal para preparar a los participantes para el entrenamiento avanzado siguiendo los estándares de la Federación Japonesa de Karate (MEXT: Ministerio de Educación de Japón). Los estudiantes pueden participar en competencias regionales e internacionales con oportunidades de entrenar en Japón. La inscripción cuesta \$25 por sesión. Se sugiere uniforme de karate blanco (obligatorio para la prueba).	6 de enero de 2025 - 17 de marzo de 2025	17:45 a 19:00 horas	Cada lunes	Johnpaul Williams	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa de inscripción para el curso: \$25.00; Tarifa del programa para no residentes: \$302.00; Tarifa del programa para residentes: \$224.00	08 años	



# Actividades y Clases - Artes marciales para jóvenes

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17169	Artes marciales para jóvenes	Boxeo para niños	El boxeo para niños incluirá los fundamentos del boxeo, con un enfoque específico en el juego de pies y la técnica adecuada de golpeo. Los estudiantes en esta clase aprenderán combinaciones básicas, ataque y defensa mientras realizan un entrenamiento cardiovascular de cuerpo completo. Los estudiantes aprenderán a lanzar golpes fuertes y contragolpes.	6 de enero de 2025 - 17 de marzo de 2025	16:00 a 17:00 horas	Cada lunes	Gladiator's Boxing Gym	Arrillaga Family Recreation Center	Césped natural (tarifa anterior): \$215,00; Tarifa del programa para residentes: \$159,00	08 años	017 Y



# Actividades y Clases - Deportes juveniles: baloncesto

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17291	Deportes juveniles: Baloncesto	Hi-Five, pequeños jugadores de baloncesto	Hi-Five Little Ballers es un programa semanal de desarrollo de baloncesto para niños de 3 a 5,7 años. Creemos que el juego de baloncesto, cuando se introduce correctamente, ayuda a los niños a desarrollar la autoestima, las habilidades motoras gruesas, la coordinación, el atletismo y mucho más. Ayudaremos a cada niño a familiarizarse con el balón y a desarrollar su capacidad para driblar, pasar, tirar, tomar rebotes y jugar a la defensiva.	9 de febrero de 2025 - 2 de marzo de 2025	10:30 a. m. a 11:20 a. m.	Cada sol	Joe Ram	Arrillaga Family Gymnasium	Tarifa del programa para no residentes: \$284.00; Tarifa del programa para residentes: \$210.00	03 años	005 Y 09 Meses
17288	Deportes juveniles: Baloncesto	Hi-Five, pequeños jugadores de baloncesto	Hi-Five Little Ballers es un programa semanal de desarrollo de baloncesto para niños de 3 a 5,7 años. Creemos que el juego de baloncesto, cuando se introduce de forma adecuada, ayuda a los niños a desarrollar la autoestima, las habilidades motoras gruesas, la coordinación, el atletismo y mucho más. Ayudaremos a cada niño a familiarizarse con el balón y a desarrollar su capacidad para driblar, pasar, tirar, tomar rebotes y jugar a la defensiva. La misión de Hi-Five es ayudar a la próxima generación a desarrollar una pasión por los deportes: un programa, un entrenador y un niño a la vez. Los jugadores aprenderán nuevas habilidades cada semana, ¡pero eso no significa que se olvidarán de las habilidades que han aprendido anteriormente!	9 de febrero de 2025 - 2 de marzo de 2025	09:30 a. m. a 10:20 a. m.	Cada sol	Joe Ram	Arrillaga Family Gymnasium	Tarifa del programa para no residentes: \$284.00; Tarifa del programa para residentes: \$210.00	03 años	005 Y 09 Meses



# Actividades y Clases - Deportes juveniles: baloncesto

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17277	Deportes juveniles: Baloncesto	Hi-Five, pequeños jugadores de baloncesto	Hi-Five Little Ballers es un programa semanal de desarrollo de baloncesto para niños de 3 a 5,7 años. Creemos que el juego de baloncesto, cuando se introduce correctamente, ayuda a los niños a desarrollar la autoestima, las habilidades motoras gruesas, la coordinación, el atletismo y mucho más. Ayudaremos a cada niño a familiarizarse con el balón y a desarrollar su capacidad para driblar, pasar, tirar, tomar rebotes y jugar a la defensiva.	9 de febrero de 2025 - 2 de marzo de 2025	08:30 a. m. - 09:20 a. m.	Cada sol	Joe Ram	Arrillaga Family Gymnasium	Tarifa del programa para no residentes: \$284.00; Tarifa del programa para residentes: \$210.00	03 años	005 Y 09 Meses
17290	Deportes juveniles: Baloncesto	Hi-Five, pequeños jugadores de baloncesto	Hi-Five Little Ballers es un programa semanal de desarrollo de baloncesto para niños de 3 a 5,7 años. Creemos que el juego de baloncesto, cuando se introduce de forma adecuada, ayuda a los niños a desarrollar la autoestima, las habilidades motoras gruesas, la coordinación, el atletismo y mucho más. Ayudaremos a cada niño a familiarizarse con el balón y a desarrollar su capacidad para driblar, pasar, tirar, tomar rebotes y jugar a la defensiva. La misión de Hi-Five es ayudar a la próxima generación a desarrollar una pasión por los deportes: un programa, un entrenador y un niño a la vez. Los jugadores aprenderán nuevas habilidades cada semana, ¡pero eso no significa que se olvidarán de las habilidades que han aprendido anteriormente!	12 de enero de 2025 - 2 de febrero de 2025	10:30 a. m. a 11:20 a. m.	Cada sol	Joe Ram	Arrillaga Family Gymnasium	Tarifa del programa para no residentes: \$284.00; Tarifa del programa para residentes: \$210.00	03 años	005 Y 09 Meses



# Actividades y Clases - Deportes juveniles: baloncesto

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17287	Deportes juveniles: Baloncesto	Hi-Five, pequeños jugadores de baloncesto	Hi-Five Little Ballers es un programa semanal de desarrollo de baloncesto para niños de 3 a 5,7 años. Creemos que el juego de baloncesto, cuando se introduce correctamente, ayuda a los niños a desarrollar la autoestima, las habilidades motoras gruesas, la coordinación, el atletismo y mucho más. Ayudaremos a cada niño a familiarizarse con el balón y a desarrollar su capacidad para driblar, pasar, tirar, tomar rebotes y jugar a la defensiva.	12 de enero de 2025 - 2 de febrero de 2025	09:30 a. m. a 10:20 a. m.	Cada sol	Joe Ram	Arrillaga Family Gymnasium	Tarifa del programa para no residentes: \$284.00; Tarifa del programa para residentes: \$210.00	03 años	005 Y 09 Meses
17278	Deportes juveniles: Baloncesto	Hi-Five, pequeños jugadores de baloncesto	Hi-Five Little Ballers es un programa semanal de desarrollo de baloncesto para niños de 3 a 5,7 años. Creemos que el juego de baloncesto, cuando se introduce correctamente, ayuda a los niños a desarrollar la autoestima, las habilidades motoras gruesas, la coordinación, el atletismo y mucho más. Ayudaremos a cada niño a familiarizarse con el balón y a desarrollar su capacidad para driblar, pasar, tirar, tomar rebotes y jugar a la defensiva. y dónde usar estas habilidades en la cancha.	12 de enero de 2025 - 2 de febrero de 2025	08:30 a. m. - 09:20 a. m.	Cada sol	Joe Ram	Arrillaga Family Gymnasium	Tarifa del programa para no residentes: \$284.00; Tarifa del programa para residentes: \$210.00	03 años	005 Y 09 Meses



# Actividades y Clases - Deportes juveniles: baloncesto

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17293	Deportes juveniles: Baloncesto	Liga de baloncesto Hi Five (desde jardín de infantes hasta segundo grado)	Hi-Five Basketball League es un programa semanal de desarrollo de baloncesto para niños desde jardín de infantes hasta segundo grado. Creemos que el juego de baloncesto, cuando se introduce de manera adecuada, ayuda a los niños a desarrollar la autoestima, las habilidades motoras gruesas, la coordinación, el atletismo y mucho más. Ayudaremos a cada niño a familiarizarse con el balón y a desarrollar su capacidad para driblar, pasar, tirar, tomar rebotes y jugar a la defensiva. La misión de Hi-Five es ayudar a la próxima generación a desarrollar una pasión por los deportes: un programa, un entrenador y un niño a la vez. Los jugadores aprenderán nuevas habilidades cada semana, ¡pero eso no significa que se olvidarán de las habilidades que han aprendido anteriormente!	12 de enero de 2025 - 16 de marzo de 2025	11:30 a. m. a 12:30 p. m.	Cada sol	Joe Ram	Arrillaga Family Gymnasium	Tarifa del programa para no residentes: \$670,00; Tarifa del programa para residentes: \$505,00	05 y 07 mes	008 Y
17292	Deportes juveniles: Baloncesto	Hi-Five, pequeños jugadores de baloncesto	Hi-Five Little Ballers es un programa semanal de desarrollo de baloncesto para niños de 3 a 5,7 años. Creemos que el juego de baloncesto, cuando se introduce correctamente, ayuda a los niños a desarrollar la autoestima, las habilidades motoras gruesas, la coordinación, el atletismo y mucho más. Ayudaremos a cada niño a familiarizarse con el balón y a desarrollar su capacidad para driblar, pasar, tirar, tomar rebotes y jugar a la defensiva.	09 de marzo de 2025 - 23 de marzo de 2025	10:30 a. m. a 11:20 a. m.	Cada sol	Joe Ram	Arrillaga Family Gymnasium	Tarifa del programa para no residentes: \$213,00; Tarifa del programa para residentes: \$157,50	03 años	005 Y 09 Meses



# Actividades y Clases - Deportes juveniles: baloncesto

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17289	Deportes juveniles: Baloncesto	Hi-Five, pequeños jugadores de baloncesto	Hi-Five Little Ballers es un programa semanal de desarrollo de baloncesto para niños de 3 a 5,7 años. Creemos que el juego de baloncesto, cuando se introduce correctamente, ayuda a los niños a desarrollar la autoestima, las habilidades motoras gruesas, la coordinación, el atletismo y mucho más. Ayudaremos a cada niño a familiarizarse con el balón y a desarrollar su capacidad para driblar, pasar, tirar, tomar rebotes y jugar a la defensiva.	09 de marzo de 2025 - 23 de marzo de 2025	09:30 a. m. a 10:20 a. m.	Cada sol	Joe Ram	Arrillaga Family Gymnasium	Tarifa del programa para no residentes: \$213,00; Tarifa del programa para residentes: \$158,00	03 años	005 Y 09 Meses
17282	Deportes juveniles: Baloncesto	Hi-Five, pequeños jugadores de baloncesto	Hi-Five Little Ballers es un programa semanal de desarrollo de baloncesto para niños de 3 a 5,7 años. Creemos que el juego de baloncesto, cuando se introduce correctamente, ayuda a los niños a desarrollar la autoestima, las habilidades motoras gruesas, la coordinación, el atletismo y mucho más. Ayudaremos a cada niño a familiarizarse con el balón y a desarrollar su capacidad para driblar, pasar, tirar, tomar rebotes y jugar a la defensiva.	09 de marzo de 2025 - 23 de marzo de 2025	08:30 a. m. - 09:20 a. m.	Cada sol	Joe Ram	Arrillaga Family Gymnasium	Tarifa del programa para no residentes: \$213,00; Tarifa del programa para residentes: \$158,00	03 años	005 Y 09 Meses



# Actividades y Clases - Deportes juveniles: baloncesto

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17404	Deportes juveniles: Baloncesto	Baloncesto Tim Bowler Hoopsters	Únase a Tim Bowler (baloncesto y béisbol), miembro del Salón de la Fama de la Universidad de Canadá de la Generación 2018, en esta divertida clase de baloncesto. Una emocionante introducción no competitiva al baloncesto para niños y niñas. Los jóvenes basquetbolistas aprenderán las habilidades fundamentales de driblar, atrapar y lanzar, así como las reglas básicas, mientras se divierten. Se utilizarán aros bajos y balones de baloncesto pequeños. Los participantes deben usar zapatillas de deporte. El entrenador Tim Bowler es un profesor de educación física certificado por la Junta Nacional en la escuela secundaria Menlo Atherton y ha sido entrenador durante muchos años. Esta clase se llevará a cabo en las canchas de baloncesto al aire libre de Burgess Park.	08 de enero de 2025 - 26 de febrero de 2025	17:00 a 18:00 horas	Cada miércoles	Tim Bowler	Burgess Community Park	Tarifa del programa para no residentes: \$520.00; Tarifa del programa para residentes: \$385.00	05 años	015 Y



# Actividades y clases - Deportes juveniles: pickleball y tenis

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
18426	Deportes juveniles: tenis	Tenis para niños Heebner 2	Heebner Kids Tennis 2 está destinado a jugadores que ya practican este deporte y saben llevar la cuenta. Los jugadores tienen buenos fundamentos, golpes de fondo bastante consistentes y pueden sacar en la cancha naranja. Si tiene preguntas sobre su nivel de habilidad, llame a Jim al 650-814-6734	17 de enero de 2025 - 7 de marzo de 2025	15:45 a 17:00 horas	Cada viernes	Jim Heebner	Nealon Park	Tarifa del programa para no residentes: \$477,00; Tarifa del programa para residentes: \$354,00	08 años	010 Y
17405	Deportes juveniles: Pickleball	Pickleball juvenil		de enero de 2025 - 25 de febrero de 2025	16:30 a 17:30 horas	Cada martes	Tim Bowler	La Entrada Middle School	Tarifa del programa para no residentes: \$520.00; Tarifa del programa para residentes: \$385.00	05 años	015 Y
17359	Deportes juveniles: tenis	Tenis Pee Wee	Diviértete y aprende los conceptos básicos del tenis al mismo tiempo con nuestras sesiones de Pee Wee Tennis. Nuestro programa ofrece a tu pequeña estrella del tenis una divertida introducción al juego en un entorno perfecto para sus habilidades de aprendizaje. Usamos pelotas rojas de baja compresión para ayudar a tu hijo a aprender los conceptos básicos. Desde los golpes y movimientos hasta las habilidades motoras que necesitará para avanzar a medida que crezca, nos aseguramos de que aprenda en un entorno que funcione para él. Usa zapatillas de tenis y trae una raqueta de tenis de tamaño 19 o 21.	5 de enero de 2025 - 23 de marzo de 2025	10:15 a. m. a 11:00 a. m.	Cada sol	Shipra Uttam	Willow Oaks Park	Tarifa del programa para no residentes: \$672,00; Tarifa del programa para residentes: \$499,00	04 años	005 Y



# Actividades y clases - Deportes juveniles: pickleball y tenis

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17357	Deportes juveniles: tenis	Mini ases de tenis	Si tiene un deportista en ciernes, está buscando una excelente manera de mantener a su hijo activo o está interesado en que aprenda los fundamentos del tenis, ¡nuestro programa Mini Aces es la solución perfecta! Cada sesión de Mini Aces es perfecta para aquellos que no tienen experiencia en tenis o que solo tienen una exposición leve al juego. Trabajamos la coordinación mano-ojo, ejercicios de movimiento y varios golpes. Use zapatillas de tenis y traiga una raqueta de tenis de tamaño 21 o 23.	5 de enero de 2025 - 23 de marzo de 2025	11:00 a. m. a 12:00 p. m.	Cada sol	Shipra Uttam	Willow Oaks Park	Tarifa del programa para no residentes: \$747.00; Tarifa del programa para residentes: \$554.00	06 Años	008 Y
17273	Deportes juveniles: tenis	Mamá, papá y yo jugando al tenis	¿Está buscando la manera perfecta de introducir a su hijo al tenis? Esta clase ofrece una forma divertida de interactuar con su hijo, mientras le enseña los conceptos básicos del juego. Los niños aprenden de distintas maneras y, cuando tienen menos de cuatro años, aprenden principalmente a través del juego. Trabajar con ellos en un entorno activo es una parte importante de su desarrollo físico y mental. Durante la clase, los padres y los niños participan juntos en actividades divertidas y apropiadas para su edad que ayudarán a su pequeño a desarrollar las habilidades motoras y de socialización necesarias para continuar jugando al tenis a medida que crece. Use zapatillas de tenis y traiga una raqueta de tamaño 19.	5 de enero de 2025 - 23 de marzo de 2025	09:45 a. m. - 10:15 a. m.	Cada sol	Shipra Uttam	Willow Oaks Park	Tarifa del programa para no residentes: \$616,00; Tarifa del programa para residentes: \$457,00	02 y 06 mes	004 Y



# Actividades y clases - Deportes juveniles: pickleball y tenis

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17272	Deportes juveniles: tenis	Estrellas del tenis adolescente novato	¿Está listo para ayudar a sus hijos a desarrollar una pasión por el deporte del tenis? Nuestro programa Teen Tennis Stars es la manera perfecta de lograrlo. Diseñado para niños de 9 a 14 años con poca o ninguna experiencia en tenis, nos enfocamos en divertirse con el juego mientras aprenden los fundamentos. Al final de la sesión, serán hábiles para golpear la pelota con consistencia, lo que les permitirá disfrutar de un juego rápido con usted o con cualquier jugador. Use zapatillas de tenis y traiga una raqueta de tenis de tamaño 25 o 27.	5 de enero de 2025 - 23 de marzo de 2025	12:00 p. m. a 1:00 p. m.	Cada sol	Shipra Uttam	Willow Oaks Park	Tarifa del programa para no residentes: \$685.00; Tarifa del programa para residentes: \$508.00	09 años	014 Y
17246	Deportes juveniles: tenis	Tenis para niños Heebner 1	Jim ha estado enseñando tenis en el centro comunitario de Menlo Park durante 30 años y está certificado por la USPTA. Fue clasificado en el puesto n.º 16 del torneo masculino abierto del norte de California. Heebner Kids Tennis 1 será una combinación de fundamentos básicos, ejercicios y juegos divertidos. Además, aprenderá las reglas, intentará realizar un peloteo y un servicio en la cancha naranja (el área entre la línea de servicio y la línea de base). Objetivo: la capacidad de realizar un peloteo desde la línea de base. Además, aprenderá las reglas y la etiqueta del tenis.	15 de enero de 2025 - 5 de marzo de 2025	16:45 a 17:45	Cada miércoles	Jim Heebner	Nealon Park	Tarifa del programa para no residentes: \$429,00; Tarifa del programa para residentes: \$319,00	08 años	010 Y



# Actividades y clases - Deportes juveniles: pickleball y tenis

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17244	Deportes juveniles: tenis	Tenis para niños Heebner 1	Jim ha estado enseñando tenis en el centro comunitario de Menlo Park durante 30 años y está certificado por la USPTA. Fue clasificado en el puesto n.º 16 del torneo masculino abierto del norte de California. Heebner Kids Tennis 1 será una combinación de fundamentos básicos, ejercicios y juegos divertidos. Además, aprenderá las reglas, intentará realizar un peloteo y un servicio en la cancha naranja (el área entre la línea de servicio y la línea de base). Objetivo: la capacidad de realizar un peloteo desde la línea de base. Además, aprenderá las reglas y la etiqueta del tenis.	14 de enero de 2025 - 4 de marzo de 2025	16:45 a 17:45	Cada martes	Jim Heebner	Nealon Park	Tarifa del programa para no residentes: \$429,00; Tarifa del programa para residentes: \$319,00	08 años	010 Y
17239	Deportes juveniles: tenis	Tenis Heebner 2	Jim ha enseñado tenis en el Centro Comunitario de Menlo Park durante 30 años y está certificado por la USPTA. Ocupó el puesto n.º 16 en el torneo masculino abierto del norte de California. Heebner Tennis 1 será una combinación de fundamentos, ejercicios y juego. Objetivo: la capacidad de sacar y pelotear desde la línea de base. Además, aprenderá las reglas y la etiqueta del tenis.	17 de enero de 2025 - 7 de marzo de 2025	17:15 a 18:30 horas	Cada viernes	Jim Heebner	Nealon Park	Tarifa del programa para no residentes: \$477,00; Tarifa del programa para residentes: \$354,00	10 años	013 Y



# Actividades y clases - Deportes juveniles: pickleball y tenis

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17237	Deportes juveniles: tenis	Tenis Heebner Hot Shot	Jim ha enseñado tenis en el Centro Comunitario de Menlo Park durante 30 años y está certificado por la USPTA. Fue clasificado en el puesto n.º 16 del torneo masculino abierto del norte de California. Heebner Hot Shot Tennis es una divertida introducción al gran juego del tenis. Esta clase se juega en una cancha más pequeña y usamos pelotas blandas para que sea más fácil. ¡Únase a una clase popular y comience a jugar al tenis! La mayoría de los estudiantes se inscriben en esta clase más de una vez.	15 de enero de 2025 - 5 de marzo de 2025	15:45 a 16:45	Cada miércoles	Jim Heebner	Nealon Park	Tarifa del programa para no residentes: \$429,00; Tarifa del programa para residentes: \$319,00	06 Años	007 Y
17235	Deportes juveniles: tenis	Tenis Heebner Hot Shot	Jim ha enseñado tenis en el Centro Comunitario de Menlo Park durante 30 años y está certificado por la USPTA. Fue clasificado en el puesto n.º 16 del torneo masculino abierto del norte de California. Heebner Hot Shot Tennis es una divertida introducción al gran juego del tenis. Esta clase se juega en una cancha más pequeña y usamos pelotas blandas para que sea más fácil. ¡Únase a una clase popular y comience a jugar al tenis! La mayoría de los estudiantes se inscriben en esta clase más de una vez.	14 de enero de 2025 - 4 de marzo de 2025	15:45 a 16:45	Cada martes	Jim Heebner	Nealon Park	Tarifa del programa para no residentes: \$429,00; Tarifa del programa para residentes: \$319,00	06 Años	007 Y



# Actividades y clases - Deportes juveniles: pickleball y tenis

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17233	Deportes juveniles: tenis	Tenis Heebner 1	Jim ha enseñado tenis en el Centro Comunitario de Menlo Park durante 30 años y está certificado por la USPTA. Ocupó el puesto n.º 16 en el torneo masculino abierto del norte de California. Heebner Tennis 1 será una combinación de fundamentos, ejercicios y juego. Objetivo: la capacidad de sacar y pelotear desde la línea de base. Además, aprenderá las reglas y la etiqueta del tenis.	16 de enero de 2025 - 6 de marzo de 2025	15:45 a 17:00 horas	Cada jueves	Jim Heebner	Nealon Park	Tarifa del programa para no residentes: \$477,00; Tarifa del programa para residentes: \$354,00	10 años	013 Y



# Actividades y Clases - Deportes juveniles: fútbol

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17353	Deportes juveniles - Fútbol	Clínica de habilidades de fútbol para la Copa del Mundo	Las clínicas de habilidades de fútbol de la Copa del Mundo están personalizadas para crear muchos toques en la pelota, mejorar el regate, los pases, la recepción y los tiros. Formamos grupos pequeños para garantizar una práctica enfocada y personal. La hacemos instructiva, desafiante y divertida. Cada práctica incluye un partido de práctica.	21 de enero de 2025 - 18 de marzo de 2025	16:00 a 17:00 horas	Cada martes	World Cup Soccer	Jack W. Lyle Park	Tarifa del programa para no residentes: \$350,00; Tarifa del programa para residentes: \$269,00	06 Años	008 Y
17276	Deportes juveniles - Fútbol	Clínica de habilidades de fútbol para la Copa del Mundo	Las clínicas de habilidades de fútbol de la Copa del Mundo están personalizadas para crear muchos toques en la pelota, mejorar el regate, los pases, la recepción y los tiros. Formamos grupos pequeños para garantizar una práctica enfocada y personal. La hacemos instructiva, desafiante y divertida. Cada práctica incluye un partido de práctica.	25 de enero de 2025 - 22 de marzo de 2025	10:00 a. m. a 11:00 a. m.	Cada sábado	World Cup Soccer	Jack W. Lyle Park	Tarifa del programa para no residentes: \$350,00; Tarifa del programa para residentes: \$269,00	04 años	005 Y
17275	Deportes juveniles - Fútbol	Clínica de habilidades de fútbol para la Copa del Mundo	Las clínicas de habilidades de fútbol de la Copa del Mundo están personalizadas para crear muchos toques en la pelota, mejorar el regate, los pases, la recepción y los tiros. Formamos grupos pequeños para garantizar una práctica enfocada y personal. La hacemos instructiva, desafiante y divertida. Cada práctica incluye un partido de práctica.	25 de enero de 2025 - 22 de marzo de 2025	11:00 a. m. a 12:00 p. m.	Cada sábado	World Cup Soccer	Jack W. Lyle Park	Tarifa del programa para no residentes: \$175,00; Tarifa del programa para residentes: \$134,50	06 Años	008 Y



# Actividades y Clases - Deportes juveniles: fútbol

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17274	Deportes juveniles - Fútbol	Clínica de habilidades de fútbol para la Copa del Mundo	Las clínicas de habilidades de fútbol de la Copa del Mundo están personalizadas para crear muchos toques en la pelota, mejorar el regate, los pases, la recepción y los tiros. Formamos grupos pequeños para garantizar una práctica enfocada y personal. La hacemos instructiva, desafiante y divertida. Cada práctica incluye un partido de práctica.	21 de enero de 2025 - 18 de marzo de 2025	16:00 a 17:00 horas	Cada martes	World Cup Soccer	Jack W. Lyle Park	Tarifa del programa para no residentes: \$350,00; Tarifa del programa para residentes: \$269,00	04 años	005 Y



# Actividades y Clases - Tecnología juvenil

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
18181	Tecnología para jóvenes	Introducción a la programación Scratch	Sumérgete en el mundo de Scratch, una herramienta de programación divertida y apta para principiantes. Los estudiantes crearán sus propias historias, juegos y animaciones interactivas mientras aprenden habilidades de resolución de problemas y pensamiento de diseño. ¡No se necesita experiencia previa!	07 de enero de 2025 - 18 de marzo de 2025	17:00 a 18:00 horas	Cada martes	Build Play Learn Staff	Belle Haven Community Campus	Tarifa del programa hiperlocal: \$33,00; Tarifa del programa hiperlocal para estudiantes: \$33,00; Tarifa del programa para no residentes: \$71,00; Tarifa del programa para residentes: \$45,00	08 años	014 Y
18180	Tecnología para jóvenes	La hora de la impresión 3D	Explora los conceptos básicos de la robótica mediante el diseño, la construcción y la programación de robots con kits LEGO y VEX. Los estudiantes se enfrentarán a desafíos divertidos mientras aprenden habilidades de ingeniería y resolución de problemas en un entorno colaborativo.	de enero de 2025 - 25 de febrero de 2025	18:00 a 19:00 horas	Cada martes	Build Play Learn Staff	Belle Haven Community Campus	Tarifa del programa hiperlocal: \$33,00; Tarifa del programa hiperlocal para estudiantes: \$33,00; Tarifa del programa para no	09 años	014 Y



# Actividades y Clases - Tecnología juvenil

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
18179	Tecnología para jóvenes	Introducción a la robótica	Explora los conceptos básicos de la robótica mediante el diseño, la construcción y la programación de robots con kits LEGO y VEX. Los estudiantes se enfrentarán a desafíos divertidos mientras aprenden habilidades de ingeniería y resolución de problemas en un entorno colaborativo.	6 de enero de 2025 - 17 de marzo de 2025	17:00 a 18:00 horas	Cada lunes	Build Play Learn Staff	Belle Haven Community Campus	Tarifa del programa hiperlocal: \$33,00; Tarifa del programa hiperlocal para estudiantes: \$33,00; Tarifa del programa para no residentes: \$71,00; Tarifa del programa para residentes: \$45,00	09 años	014 Y
17339	Tecnología para jóvenes	Taller de creación de un paraíso invernal con materiales LEGO	En este taller aplicaremos ingeniería, arquitectura, creatividad y diversión para crear un mágico paraíso invernal. Construye artefactos motorizados como motos de nieve, telecabinas o un pueblo en la cima de una colina, pistas para esquiadores y trineos LEGO.	6 de enero de 2025 - 6 de enero de 2025	09:00 a. m. a 12:00 p. m.	Una vez	Play-Well TEKnologies Staff	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$70,00; Tarifa del programa para residentes: \$52,00	05 años	010 Y



# Actividades y Clases - Tecnología juvenil

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17164	Tecnología para jóvenes	Robótica e ingeniería	EASE Education ofrece un programa de robótica estimulante para jóvenes ingenieros. Los estudiantes trabajan en equipos para planificar, construir, probar y modificar sus propias creaciones robóticas. Usamos VEX GO y enseñamos los conceptos básicos de STEM de una manera divertida y positiva. Ayudamos a las mentes creativas a poner a prueba los conceptos matemáticos mientras desarrollan un mejor conocimiento de la robótica, la programación informática y el trabajo en equipo.	27 de enero de 2025 - 10 de marzo de 2025	16:15 a 17:15	Cada lunes	EASE Education Staff	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$655,00; Tarifa del programa para residentes: \$485,00	07 años	012 Y



# Actividades y clases - Arte, ocio y música para adultos

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
17579	Artes y manualidades para adultos	Explorando la acuarela	Los estudiantes se divertirán aprendiendo diferentes técnicas de pintura con acuarelas. El instructor compartirá pautas y cada sesión se centrará en una técnica específica de pintura con acuarela que se desarrollará cada semana. Hiperlocal: 5 de diciembre Residentes: 7 de diciembre No residentes: 11 de diciembre Hiperlocal: \$33 Residentes: \$45 No residentes: \$71	9 de enero de 2025 - 20 de marzo de 2025	10:00 a. m. a 12:00 p. m.	Cada jueves	Carmen Lax	Belle Haven Community Campus	Tarifa del programa hiperlocal: \$33,00; Tarifa del programa para no residentes: \$71,00; Tarifa del programa para residentes: \$45,00	18 años
17580	Artes y manualidades para adultos	Cerámica: construcción manual para principiantes	Esta clase de 6 semanas es para alfareros principiantes (con poca o ninguna experiencia) para aprender los conceptos básicos de la construcción a mano. Repasaremos las técnicas de pellizco, espiral y losa para hacer vajillas funcionales y divertidas piezas escultóricas. También cubriremos varias técnicas para decorar nuestras piezas con esmaltes de colores. Hiperlocal: 5 de diciembre Residentes: 7 de diciembre No residentes: 11 de diciembre Hiperlocal: \$33 Residentes: \$45 No residentes: \$71	22 de enero de 2025 - 26 de febrero de 2025	17:30 a 19:30 horas	Cada miércoles	Diamond Wheeler	Belle Haven Community Campus	Tarifa del programa hiperlocal: \$33,00; Tarifa del programa para no residentes: \$71,00; Tarifa del programa para residentes: \$45,00	18 años
17727	Ocio para adultos	Cultivando la atención plena	Únete a nuestro taller Cultivando Mindfulness, donde: " Explorarás la historia y los beneficios del mindfulness para tu bienestar mental, físico y emocional " Aprenderás prácticas de mindfulness simples y divertidas que se pueden integrar fácilmente en la vida diaria " Descubrirás cómo cultivar la presencia y la conciencia sin juzgar " Te irás sintiéndote inspirado para traer más positividad, cuidado y mindfulness a tu rutina diaria Este taller ofrece herramientas prácticas para nutrir una vida consciente y equilibrada. Abierto a todos, no es necesaria experiencia previa.	01 de febrero de 2025 - 01 de febrero de 2025	10:00 a. m. a 11:30 a. m.	Una vez	Banyan Wellness Team	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$0,00; Tarifa del programa para residentes: \$0,00	16 años



# Actividades y clases - Arte, ocio y música para adultos

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
17226	Ocio para adultos	Diseña tu 2025: un viaje de visualización consciente	Ven a relajarte, deja atrás el 2024 y enciende tu imaginación para ver qué te depara el 2025. Te guiaré a través de algunos ejercicios de relajación, visualizaciones profundas y un diario. Ponte ropa cómoda, trae tu mat de yoga y una botella de agua.	15 de enero de 2025 - 15 de enero de 2025	19:00 a 20:30 horas	Una vez	Mathilde Pribula	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$47,00; Tarifa del programa para residentes: \$35,00	16 años
17224	Ocio para adultos	Meditación visual - Paquete de 3 clases	Esta serie de meditación visual encenderá tu imaginación y reprogramará tu cerebro. Te guiaré a través de algunas visualizaciones profundas sobre ti mismo y el mundo que te rodea. Este estilo de meditación, que es divertido y fácil de entender, funciona especialmente bien para personas con neurodiversidad y para quienes tienen dificultades con las prácticas de meditación más tradicionales. Cada serie tendrá un tema. Ponte ropa cómoda, trae una esterilla de yoga y una botella de agua.	22 de enero de 2025 - 5 de febrero de 2025	19:30 a 20:30 horas	Cada miércoles	Mathilde Pribula	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$81.00; Tarifa del programa para residentes: \$60.00	16 años
17734	Ocio para adultos	Flippin' Fantastic: la magia de hacer panqueques para el Día Nacional del Panqueque	¡Hagamos dos tipos de panqueques para el Día Nacional del Panqueque! ¡Aprenda a preparar una opción salada con alto contenido de proteínas y una opción dulce sin gluten! Demostraré cómo hacer los panqueques y algunos aderezos para acompañar cada uno. Todos podrán probar ambos y se incluirán las recetas.	01 de marzo de 2025 - 01 de marzo de 2025	11:00 a. m. a 12:30 p. m.	Cada día	Banyan Wellness Team	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$0,00; Tarifa del programa para residentes: \$0,00	18 años



# Actividades y clases - Arte, ocio y música para adultos

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
17225	Ocio para adultos	Meditación visual - Paquete de 3 clases	Esta serie de meditación visual encenderá tu imaginación y reprogramará tu cerebro. Te guiaré a través de algunas visualizaciones profundas sobre ti mismo y el mundo que te rodea. Este estilo de meditación, que es divertido y fácil de entender, funciona especialmente bien para personas con neurodiversidad y para quienes tienen dificultades con las prácticas de meditación más tradicionales. Cada serie tendrá un tema. Ponte ropa cómoda, trae una esterilla de yoga y una botella de agua.	5 de marzo de 2025 - 19 de marzo de 2025	19:30 a 20:30 horas	Cada miércoles	Mathilde Pribula	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$81.00; Tarifa del programa para residentes: \$60.00	16 años
18004	Ocio para adultos	Técnicas de corte para cocinar para adultos	Únase al Chef Tony en una interesante clase de cocina en la que aprenderá habilidades esenciales de cocina y creará comidas deliciosas y económicas. En esta sesión, aprenderá a cortar en cubitos y picar, a mantener y afilar cuchillos, a diferentes cortes y calidades de carne y a cocinar creativamente en la despensa.	27 de febrero de 2025 - 27 de febrero de 2025	18:00 a 19:30 horas	Una vez		Belle Haven Community Campus	Tarifa del programa hiperlocal: \$25,00; Tarifa del programa para no residentes: \$46,00; Tarifa del programa para residentes: \$34,00	18 años



# Actividades y clases - Arte, ocio y música para adultos

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
18002	Ocio para adultos	Técnicas de salteado para cocinar para adultos	Únase al Chef Tony en una interesante clase de cocina en la que aprenderá habilidades esenciales de cocina y creará comidas deliciosas y económicas. En esta sesión, aprenderá cómo mejorar el tiempo y la eficiencia, reducir el estrés con la preparación de comidas, consejos para saltear y condimentar, y formas creativas de usar los alimentos de la despensa.	23 de enero de 2025 - 23 de enero de 2025	18:00 a 19:30 horas	Una vez	Chef Tony	Belle Haven Community Campus	Tarifa del programa hiperlocal: \$25,00; Tarifa del programa para no residentes: \$46,00; Tarifa del programa para residentes: \$34,00	18 años
18005	Ocio para adultos	Clase de cocina para adultos: sushi y rollitos de primavera	Únase al Chef Tony para una interesante clase de cocina en la que aprenderá habilidades esenciales de cocina y creará comidas deliciosas y económicas. En esta sesión, aprenderá a preparar y hacer rollos de sushi y rollitos de primavera con los artículos que tiene en su despensa o a hacer el sushi como en los restaurantes.	20 de marzo de 2025 - 20 de marzo de 2025	18:00 a 19:30 horas	Una vez		Belle Haven Community Campus	Tarifa del programa hiperlocal: \$25,00; Tarifa del programa para no residentes: \$46,00; Tarifa del programa para residentes: \$34,00	18 años



# Actividades y clases - Arte, ocio y música para adultos

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
18276	Ocio para adultos	Sanación con sonido y respiración para la relajación y el alivio del estrés	La sanación con sonido y el trabajo con la respiración no son solo prácticas de bienestar espiritual, sino que se ha demostrado que son herramientas terapéuticas respaldadas por la ciencia para mejorar muchas áreas del bienestar de una persona. Son eficaces para reducir el estrés y benefician la salud mental y la salud inmunológica. Se ha demostrado que los beneficios cognitivos mejoran la memoria. Ven a clase con el estómago vacío o con la digestión hecha. Crea un espacio en tu casa que sea tranquilo y oscuro donde puedas recostarte.	29 de enero de 2025 - 18 de marzo de 2025	18:30 a 19:30 horas	Todos los martes y miércoles	Banyan Wellness Team	Virtual Programs	Tarifa del programa para no residentes: \$0,00; Tarifa del programa para residentes: \$0,00	16 años
17818	Música para adultos	Coro de Menlo Park	¡Únase a sus amigos y vecinos y diviértase cantando en el Coro de Menlo Park! El coro ensaya e interpreta una amplia variedad de música. A medida que nuestras habilidades y nuestro repertorio se expanden, nos enfocamos en el mero placer de cantar. No se requiere la capacidad de leer música ni experiencia previa en canto. El Coro de Menlo Park prepara música para al menos dos conciertos por año.	7 de enero de 2025 - 22 de abril de 2025	19:00 a 21:00 horas	Cada martes	April McNeely	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$162,00; Tarifa del programa para residentes: \$120,00	18 años



# Actividades y Clases - Artes marciales para adultos

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
17264	Artes marciales para adultos	Aikiju-jitsu de Menlo	El Bushin Ryu Aikijujitsu es un sistema de artes marciales basado en las técnicas del Jujitsu tradicional japonés, el Aikido y la Escrima filipina. Los elementos clásicos de estos sistemas de artes marciales se han modificado y adaptado para satisfacer las necesidades de la sociedad actual y muchas de estas técnicas se utilizan en la aplicación de la ley en todo el mundo. Los estudiantes aprenden técnicas de golpeo/bloqueo, puntos de presión, bloqueos de articulaciones y sumisiones, así como los valores de disciplina, autocontrol y respeto. Este no es un sistema de MMA. Para obtener más información, visite <a href="http://www.bushinryutaojitsu.com">www.bushinryutaojitsu.com</a>	9 de enero de 2025 - 20 de marzo de 2025	18:30 a 20:30 horas	Cada jueves	Tom Chow	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$134,00; Tarifa del programa para residentes: \$99,00	18 años
17219	Artes marciales para adultos	Karate tradicional con experiencia	Los participantes experimentados perfeccionan el kata (formas) y el kumite (combate) como preparación para la clasificación o la competición, y aplican las aplicaciones necesarias para desarrollar el espíritu deportivo y de élite. El entrenamiento adopta la ciencia del Comité Olímpico de los EE. UU. y los estándares de la Federación Japonesa de Karate (MEXT: Ministerio de Educación de Japón). Los estudiantes pueden participar en competiciones regionales e internacionales con oportunidades de entrenar en Japón. La tarifa de inscripción es de \$20 por sesión. Tarifa adicional por membresía y prueba nacional e internacional (no obligatoria).	08 de enero de 2025 - 19 de marzo de 2025	19:00 a 20:30 horas	Cada miércoles	Johnpaul Williams	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$302,00; Tarifa del programa para residentes: \$224,00	08 años



# Actividades y Clases - Artes marciales para adultos

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
17218	Artes marciales para adultos	Karate tradicional con experiencia	Los participantes experimentados perfeccionan el kata (formas) y el kumite (combate) como preparación para la clasificación o la competición, y aplican las aplicaciones necesarias para desarrollar el espíritu deportivo y de élite. El entrenamiento adopta la ciencia del Comité Olímpico de los EE. UU. y los estándares de la Federación Japonesa de Karate (MEXT: Ministerio de Educación de Japón). Los estudiantes pueden participar en competiciones regionales e internacionales con oportunidades de entrenar en Japón. La tarifa de inscripción es de \$20 por sesión. Tarifa adicional por membresía y prueba nacional e internacional (no obligatoria).	6 de enero de 2025 - 17 de marzo de 2025	19:00 a 20:30 horas	Cada lunes	Johnpaul Williams	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa de inscripción para el curso: \$20.00; Tarifa del programa para no residentes: \$302.00; Tarifa del programa para residentes: \$224.00	08 años



# Actividades y clases - Fitness para adultos

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
17168	Clases de fitness para adultos	Boxeo para adultos	El boxeo para adultos incluirá los fundamentos del boxeo, con un enfoque específico en el juego de pies y la técnica adecuada de golpeo. Los estudiantes en esta clase aprenderán combinaciones básicas, ataque y defensa mientras realizan un entrenamiento cardiovascular de cuerpo completo. Los estudiantes aprenderán a lanzar golpes fuertes y contragolpes.	6 de enero de 2025 - 17 de marzo de 2025	10:00 a. m. a 11:00 a. m.	Cada lunes	Gladiator's Boxing Gym	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$215,00; Tarifa del programa para residentes: \$159,00	18 años
18242	Clases de fitness para adultos	Desafiando la gravedad: prevención y preparación ante caídas	Reduzca su riesgo de caídas con habilidades prácticas que incluyen ejercicios específicos de movilidad y fuerza, actividades de coordinación, ejercicios de reacción rápida, equilibrio con integración visual, superar el miedo a caer, mejor marcha y movimiento alrededor de objetos, técnicas para levantarse del suelo después de una caída y siempre: divertirse con nuevas habilidades.	07 de enero de 2025 - 11 de marzo de 2025	10:45 a. m. a 11:45 a. m.	Cada martes	Eva Scott	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa de inscripción para el curso: \$30.00; Tarifa del programa para no residentes: \$304.00; Tarifa del programa para residentes: \$225.00	40 años



# Actividades y clases - Fitness para adultos

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
17994	Clases de fitness para adultos	Entrenamiento de fuerza en grupo (clase del martes temprano)	¡Músculos fuertes, huesos fuertes, centro del cuerpo fuerte y horario matutino más temprano! Esta clase está diseñada cuidadosamente para fortalecer todo el cuerpo utilizando principalmente pesas libres como resistencia, con variaciones que se muestran para garantizar que todos se enfrenten a desafíos adecuados a sus capacidades. Todos los niveles son bienvenidos y se proporciona todo el equipo. Ya sea que asistas una o dos veces por semana, ¡experimenta este entrenamiento de cuerpo completo y obtén un yo más fuerte y en forma! Tarifa de inscripción de \$25. Comunícate con Lisa Vande Voorde, fitstart@gmail.com si tienes alguna pregunta.	07 de enero de 2025 - 18 de marzo de 2025	09:00 a. m. a 10:00 a. m.	Cada martes	Lisa Vande Voorde	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa de inscripción para el curso: \$25.00; Tarifa del programa para no residentes: \$258.00; Tarifa del programa para residentes: \$191.00	18 años
17222	Clases de fitness para adultos	Entrenamiento de fuerza en grupo	¡Músculos fuertes, huesos fuertes, centro del cuerpo fuerte! Esta clase está diseñada cuidadosamente para fortalecer todo el cuerpo utilizando principalmente pesas libres como resistencia, con variaciones que se muestran para garantizar que todos se enfrenten a desafíos adecuados a sus capacidades. Todos los niveles son bienvenidos y se proporciona todo el equipo. Ya sea que asistas una o dos veces por semana, ¡experimenta este entrenamiento de cuerpo completo y obtén un cuerpo más fuerte y en forma! Tarifa de inscripción de \$25. Comunícate con Lisa Vande Voorde, fitstart@gmail.com si tienes alguna pregunta.	07 de enero de 2025 - 18 de marzo de 2025	10:30 a. m. a 11:30 a. m.	Cada martes	Lisa Vande Voorde	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa de inscripción para el curso: \$25.00; Tarifa del programa para no residentes: \$258.00; Tarifa del programa para residentes: \$191.00	18 años



# Actividades y clases - Fitness para adultos

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
17221	Clases de fitness para adultos	Entrenamiento en suspensión TRX	¿Quieres ser más fuerte? ¿Quieres lograr ese cuerpo tonificado? ¡TRX puede ayudarte a lograr ese aspecto! TRX es un entrenamiento revolucionario para todo el cuerpo que utiliza la gravedad y tu propio peso corporal para desarrollar simultáneamente fuerza, equilibrio, flexibilidad y estabilidad del core. Te daré un entrenamiento que te desafiará semana tras semana, lanzándote hacia tu definición de éxito. ¿Te preocupa que tu cuerpo no esté al 100%? Se utilizarán modificaciones y progresiones para adaptarnos a cualquier problema. ¿Eres nuevo en TRX? Ven a una sesión gratuita y pruébalo antes de decidirte. Tarifa de \$25/\$30 por sesión (según disponibilidad).	07 de enero de 2025 - 18 de marzo de 2025	18:15 a 19:10	Cada martes	Ken Baker	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa de inscripción para el curso: \$25.00; Tarifa del programa para no residentes: \$297.00; Tarifa del programa para residentes: \$220.00	18 años
17138	Clases de fitness para adultos	Entrenamiento de cuerpo completo más abdominales: Clase de entrenamiento de fuerza	Esta es una clase de entrenamiento de fuerza que incluirá de manera intercambiable un formato HIIT, Tabata. ¡Todos los niveles de condición física son bienvenidos! En esta clase trabajaremos todos los grupos musculares principales. Traiga su mat, toalla y agua. Vístase con ropa deportiva y use zapatos deportivos cómodos. Por si acaso, traiga una variedad de pesas (livianas de 1 a 2.5 libras, medianas de 5 a 6 libras y pesadas de 7.5 a 10 libras). ¡Hagámonos más fuertes juntos!	07 de enero de 2025 - 18 de marzo de 2025	18:00 a 19:00 horas	Cada martes	Asya Namsaraeva	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa de inscripción para el curso: \$20.00; Tarifa del programa para no residentes: \$311.00; Tarifa del programa para residentes: \$230.00	18 años



# Actividades y clases - Fitness para adultos

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
17223	Clases de fitness para adultos	Entrenamiento de fuerza en grupo	¡Músculos fuertes, huesos fuertes, centro del cuerpo fuerte! Esta clase está diseñada cuidadosamente para fortalecer todo el cuerpo utilizando principalmente pesas libres como resistencia, con variaciones que se muestran para garantizar que todos se enfrenten a desafíos adecuados a sus capacidades. Todos los niveles son bienvenidos y se proporciona todo el equipo. Ya sea que asistas una o dos veces por semana, ¡experimenta este entrenamiento de cuerpo completo y obtén un cuerpo más fuerte y en forma! Tarifa de inscripción de \$25. Comunícate con Lisa Vande Voorde, fitstart@gmail.com si tienes alguna pregunta.	9 de enero de 2025 - 20 de marzo de 2025	10:30 a. m. a 11:30 a. m.	Cada jueves	Lisa Vande Voorde	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa de inscripción para el curso: \$25.00; Tarifa del programa para no residentes: \$258.00; Tarifa del programa para residentes: \$191.00	18 años
17139	Clases de fitness para adultos	Baile Zumba Fitness	¡Únete a mi clase de Zumba, el entrenamiento cardiovascular más divertido! NO se requiere experiencia en baile. Bailaremos al ritmo de los ritmos mundiales del merengue, la salsa, el reggaetón, la cumbia, la bachata, la danza del vientre, el funk brasileño, por nombrar solo algunos. Usa ropa deportiva cómoda y buenos zapatos de baile, trae una toalla y una botella de agua. ¡Divirtámonos!	11 de enero de 2025 - 22 de marzo de 2025	09:00 a. m. a 10:00 a. m.	Cada sábado	Asya Namsaraeva	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa de inscripción para el curso: \$20.00; Tarifa del programa para no residentes: \$311.00; Tarifa del programa para residentes: \$230.00	18 años



# Actividades y clases - Fitness para adultos

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
17575	Clases de fitness para adultos	Entrenamiento de fuerza corporal total x HIIT	Entrenamiento grupal para mejorar la salud cardiovascular, fortalecer, promover nuevas habilidades y establecer patrones de movimiento saludables para la longevidad. Hiperlocal: 5 de diciembre Residentes: 7 de diciembre No residentes: 11 de diciembre Hiperlocal: \$33 Residentes: \$45 No residentes: \$71	6 de enero de 2025 - 17 de marzo de 2025	17:00 a 18:00 horas	Cada lunes	Diamond Hawkins	Belle Haven Community Campus	Tarifa del programa hiperlocal: \$33,00; Tarifa del programa para no residentes: \$71,00; Tarifa del programa para residentes: \$45,00	18 años
17562	Clases de fitness para adultos	Zumba	Zumba es una divertida rutina de ejercicios de baile incluso para principiantes. Una manera increíble de quemar calorías y mantenerse activo mientras se baila. Hiperlocal: 5 de diciembre Residentes: 7 de diciembre No residentes: 11 de diciembre Hiperlocal: \$33 Residentes: \$45 No residentes: \$71	07 de enero de 2025 - 18 de marzo de 2025	18:00 a 19:00 horas	Cada martes	Kristine Ubungen	Belle Haven Community Campus	Tarifa del programa hiperlocal: \$36,30; Tarifa del programa para no residentes: \$78,10; Tarifa del programa para residentes: \$49,50	18 años



# Actividades y clases - Fitness para adultos

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
17576	Clases de fitness para adultos	Entrenamiento de fuerza corporal total x HIIT	Entrenamiento grupal para mejorar la salud cardiovascular, fortalecer, promover nuevas habilidades y establecer patrones de movimiento saludables para la longevidad. Hiperlocal: 5 de diciembre Residentes: 7 de diciembre No residentes: 11 de diciembre Hiperlocal: \$33 Residentes: \$45 No residentes: \$71	08 de enero de 2025 - 19 de marzo de 2025	18:45 a 19:45	Cada miércoles	Diamond Hawkins	Belle Haven Community Campus	Tarifa del programa hiperlocal: \$33,00; Tarifa del programa para no residentes: \$71,00; Tarifa del programa para residentes: \$45,00	18 años
17570	Clases de fitness para adultos	Campamento de entrenamiento para mayores de 40 años en forma y fabulosa	Este entrenamiento de 30 minutos, apto para principiantes mayores de 40 años, estilo campo de entrenamiento, se ha creado específicamente teniendo en cuenta a los miembros de nuestra comunidad de 40 años en forma y fabulosos. Qué esperar: 1. Orientación experta de un entrenador personal certificado. 2. Entrenamientos personalizados para todos los niveles de condición física. 3. Comunidad divertida y solidaria de personas con ideas afines. 4. Entrenamiento realizado en 30 minutos. Hiperlocal: 5 de diciembre Residentes: 7 de diciembre No residentes: 11 de diciembre Hiperlocal: \$33 Residentes: \$45 No residentes: \$71	08 de enero de 2025 - 21 de marzo de 2025	08:00 a. m. a 08:30 a. m.	Todos los miércoles	Tracie VanHook	Belle Haven Community Campus	Tarifa del programa hiperlocal: \$33,00; Tarifa del programa para no residentes: \$71,00; Tarifa del programa para residentes: \$45,00	40 años



# Actividades y clases - Fitness para adultos

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
17577	Clases de fitness para adultos	Entrenamiento de fuerza corporal total x HIIT	Entrenamiento grupal para mejorar la salud cardiovascular, fortalecer, promover nuevas habilidades y establecer patrones de movimiento saludables para la longevidad. Hiperlocal: 5 de diciembre Residentes: 7 de diciembre No residentes: 11 de diciembre Hiperlocal: \$33 Residentes: \$45 No residentes: \$71	16 de enero de 2025 - 20 de marzo de 2025	18:45 a 19:45	Cada jueves	Diamond Hawkins	Belle Haven Community Campus	Tarifa del programa hiperlocal: \$33,00; Tarifa del programa para no residentes: \$71,00; Tarifa del programa para residentes: \$45,00	18 años



# Actividades y Clases - Baile para adultos

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
17730	Baile para adultos	Baile de salón Fitness	Esta serie de 6 semanas de acondicionamiento físico para bailes de salón, dirigida por la competidora de bailes de salón con formación clásica Belecia Tang, se inspira en los bailes que conoces y amas de Dancing with the Stars: cha-cha, samba, rumba, jive, vals, tango, salsa y más. Diseñada para que no se necesite pareja, esta clase combina elementos de acondicionamiento físico con figuras de baile de salón, con una mezcla animada de éxitos del pop moderno y clásicos atemporales. Abierta a todos los cuerpos y habilidades, este es un espacio acogedor para moverse, bailar y experimentar la alegría de la danza.	08 de febrero de 2025 - 15 de marzo de 2025	10:15 a. m. a 11:15 a. m.	Cada sábado	Banyan Wellness Team	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$0,00; Tarifa del programa para residentes: \$0,00	16 años
18140	Baile para adultos	Danzas folklóricas de Hungría y Transilvania	En esta clase se enseñan auténticos bailes húngaros, rumanos y gitanos. Estos bailes son populares en los locales de baile de toda Hungría y los practican personas de todas las edades. En su mayoría, hacemos bailes en pareja, pero también incluimos algunos bailes de hombres y mujeres. No es necesario que haya parejas, ya que las rotamos durante la clase.	6 de enero de 2025 - 17 de marzo de 2025	18:30 a 21:00 horas	Cada lunes	Todd Wagner	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$78,00; Tarifa del programa para residentes: \$56,00	18 años



# Actividades y Clases - Baile para adultos

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
17234	Baile para adultos	Danza persa	Explora la música y la danza persas con un enfoque en el estilo clásico y lírico. Aprende los patrones básicos de los pies, los movimientos de los brazos y las posiciones de las manos que se encuentran en la danza persa. Este estilo enfatiza los movimientos delicados y elegantes de los brazos y la expresividad a través de posiciones corporales elevadas. Bailarines principiantes e intermedios bienvenidos. Para obtener más información, visita <a href="http://persiandancing.com">persiandancing.com</a>	07 de enero de 2025 - 18 de marzo de 2025	19:30 a 20:30 horas	Cada martes	Shadan Mirabedi	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$270,00; Tarifa del programa para residentes: \$200,00	16 años
17140	Baile para adultos	Danza folklórica de los palomanianos	Aprenda bailes de todo el mundo: Europa, Asia y las Américas. La complejidad de los bailes aumenta a lo largo de la noche, con un nivel de enseñanza adecuado según los asistentes. Se presentarán bailes con y sin pareja; no es necesario tener pareja para asistir. La tarifa de inscripción es de \$8.00. ¿Tiene preguntas? Llame al (408) 537-3352 o al (408) 249-6104.	07 de enero de 2025 - 18 de marzo de 2025	18:30 a 21:00 horas	Cada martes	Clem Dickey	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa de inscripción para el curso: \$8.00; Tarifa del programa para no residentes: \$84.00; Tarifa del programa para residentes: \$62.00	18 años



# Actividades y Clases - Baile para adultos

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
17263	Baile para adultos	Principalmente danzas folclóricas de los Balcanes	En Mostly Balkan Folk Dancing disfrutarás de un repertorio de danzas animadas de los Balcanes y otros lugares, como Macedonia, Bulgaria, Rumania, Serbia, Croacia, Albania, Grecia, Hungría, Turquía, Bretaña, Polonia, Israel, Escandinavia y las Islas Británicas. Las danzas varían desde el nivel principiante hasta el avanzado.	9 de enero de 2025 - 20 de marzo de 2025	18:45 a 20:55	Cada jueves	Todd Wagner	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$86,00; Tarifa del programa para residentes: \$64,00	18 años
17154	Baile para adultos	Expresiones de baile Hip Hop para adultos	Esta clase divertida y llena de energía está abierta a todos los niveles. ¡Ven a moverte con nosotros! Todos los estudiantes de Dance Expressions tendrán la oportunidad de participar en nuestro espectáculo anual de baile de fin de año que se llevará a cabo en Canada College el 6 y 7 de junio. Para obtener más información sobre nuestras clases, ubicación o información del espectáculo, visita <a href="http://www.danceexpressions5678.com">www.danceexpressions5678.com</a> o envíanos un correo electrónico a <a href="mailto:danceexpressionsmp@gmail.com">danceexpressionsmp@gmail.com</a> .	9 de enero de 2025 - 20 de marzo de 2025	17:45 a 18:45	Cada jueves	Danielle Fernandez	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$466,00; Tarifa del programa para residentes: \$345,00	18 años



# Actividades y Clases - Baile para adultos

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
17513	Baile para adultos	SalSamba	Esta clase está diseñada para que los bailarines exploren y combinen algunos de los géneros de baile favoritos de Carmen: salsa, samba, baile funk y funk. En cada clase, haremos un calentamiento, practicaremos algunas combinaciones, bailaremos por la pista y crearemos nuestra propia mini rutina fácil de seguir. Hacia el final de la clase, ¡te desafiaremos a realizar la rutina a ritmos lentos, medios y rápidos! ¡Exploraremos diferentes coreografías todos los viernes! ¿Estás listo para un desafío divertido? ¡VAMOS!	17 de enero de 2025 - 21 de marzo de 2025	08:30 a. m. - 09:25 a. m.	Cada viernes	Banyan Wellness Team	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$0,00; Tarifa del programa para residentes: \$0,00	16 años
17574	Baile para adultos	Danza tradicional azteca	Aprenda a bailar la danza tradicional azteca que se ha enseñado durante siglos en México y otros países de América Latina. Hiperlocal: 5 de diciembre Residentes: 7 de diciembre No residentes: 11 de diciembre Hiperlocal: \$33 Residentes: \$45 No residentes: \$71	6 de enero de 2025 - 17 de marzo de 2025	18:30 a 19:30 horas	Cada lunes	Gerardo Salinas	Belle Haven Community Campus	Tarifa del programa hiperlocal: \$33,00; Tarifa del programa para no residentes: \$71,00; Tarifa del programa para residentes: \$45,00	18 años



# Actividades y Clases - Deportes para adultos

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
18428	Deportes para adultos: voleibol	Clase de voleibol, parte 1: Habilidades y ejercicios para principiantes e intermedios	Esta clase ofrece instrucción a jugadores nuevos e intermedios. Los estudiantes aprenderán y/o perfeccionarán: pases, colocación, golpeo, servicio y bloqueo. Se enseñarán o perfeccionarán habilidades de equipo según el nivel de experiencia de los estudiantes. La clase constará principalmente de ejercicios similares a los de un juego para proporcionar muchas repeticiones. Cuando sea apropiado, las canchas se dividirán por nivel de habilidad y se proporcionarán modificaciones de los ejercicios para los distintos niveles. Tarifa de inscripción de \$25.00 si hay espacio disponible en la sesión.	14 de enero de 2025 - 18 de marzo de 2025	18:30 a 20:45 horas	Cada martes	Derek Tran	Arrillaga Family Gymnasium	Tarifa del programa para no residentes: \$177,00; Tarifa del programa para residentes: \$133,00	18 años
17270	Deportes para adultos: tenis	Principiante de tenis adulto (mayores de 15 años)	Una pregunta habitual para muchos jugadores nuevos es dónde empezar con las lecciones y las clases, y la Asociación de Tenis de los Estados Unidos (USTA) ofrece clasificaciones de cursos para ayudarte a decidir cuál podría ser el adecuado para ti. Este curso tiene una calificación de 2,5 a 3,0, lo que significa que después del curso podrás juzgar hacia dónde va la pelota y podrás hacer un peloteo corto con jugadores que tengan la misma habilidad básica.	5 de enero de 2025 - 23 de marzo de 2025	08:45 a. m. - 09:45 a. m.	Cada sol	Shipra Uttam	Willow Oaks Park	Tarifa del programa para no residentes: \$685.00; Tarifa del programa para residentes: \$508.00	15 años



# Actividades y Clases - Deportes para adultos

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
17253	Deportes para adultos: tenis	Tenis para adultos Heebner 2: nivel intermedio	Jim ha enseñado tenis en el Centro Comunitario de Menlo Park durante 30 años y está certificado por la USPTA. Fue clasificado en el puesto n.º 16 del Abierto Masculino del Norte de California. Heebner Adult Tennis 2 es para estudiantes que pueden mantener un peloteo, ser bastante consistentes, pueden sacar el 50 % y jugar un partido. Esta clase es una combinación de trabajo sobre fundamentos sólidos, ejercicios excelentes, juegos divertidos y jugar el juego con estrategia. Nota: Si no está seguro de su nivel de habilidad, llame a Jim al 650-814-6734.	15 de enero de 2025 - 5 de marzo de 2025	10:00 a. m. a 11:00 a. m.	Cada miércoles	Jim Heebner	Nealon Park	Tarifa del programa para no residentes: \$429,00; Tarifa del programa para residentes: \$319,00	18 años
17251	Deportes para adultos: tenis	Tenis para adultos Heebner 1: principiantes y principiantes avanzados	Jim ha enseñado tenis en el Centro Comunitario de Menlo Park durante 30 años y cuenta con la certificación de la USPTA. Ocupó el puesto n.º 16 en el torneo abierto masculino del norte de California. Heebner Adult Tennis 1 es para estudiantes que recién comienzan a jugar o que tienen una experiencia de juego irregular. Se invita a los principiantes a unirse. Esta clase enfatiza los fundamentos básicos y el trabajo para jugar el juego.	14 de enero de 2025 - 4 de marzo de 2025	10:00 a. m. a 11:00 a. m.	Cada martes	Jim Heebner	Nealon Park	Tarifa del programa para no residentes: \$429,00; Tarifa del programa para residentes: \$319,00	18 años



# Actividades y Clases - Deportes para adultos

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
12496	Deportes para adultos: tenis	Tenis para adultos Heebner 1: Principiante - Principiante avanzado	Heebner Adult Tennis 1 es para estudiantes que recién comienzan a jugar o que tienen poca experiencia. Los principiantes son bienvenidos y se los alienta a unirse. Esta clase enfatiza los fundamentos básicos y el trabajo para jugar un partido. Los estudiantes pueden practicar después de la clase cuando las canchas estén disponibles.	22 de octubre de 2024 - 3 de diciembre de 2024	10:00 a. m. a 11:00 a. m.	Cada martes	Jim Heebner	Nealon Park	Tarifa del programa para no residentes: \$369,00; Tarifa del programa para residentes: \$275,00	18 años
12449	Deportes para adultos: voleibol	Clase de voleibol femenino	Posiblemente la única clase de voleibol femenino que encontrará en el Área de la Bahía. Esta clase enseña los aspectos únicos del juego femenino en redes de altura reglamentaria para mujeres. Aquí no se diluye nada; las atletas tendrán el desafío de aprender y realizar saltos completos, clavados, doble bloqueo y otras cosas que son la excepción en el juego mixto. El trabajo en equipo, la comunicación efectiva y aprender lo que significa estar en un equipo son tan importantes como los movimientos de voleibol en este entorno. La clase constará principalmente de lecciones y ejercicios para proporcionar muchas repeticiones. Cuando sea apropiado, las canchas se dividirán por nivel de habilidad y se proporcionarán modificaciones de ejercicios para los distintos niveles. Se reservará una hora al final de la clase para repeticiones o juegos adicionales según la preferencia de las clases en el día determinado. Tarifa de entrada sin cita previa de \$ 32.00 si hay espacio disponible en la sesión.	14 de septiembre de 2024 - 7 de diciembre de 2024	15:00 a 19:00 horas	Cada sábado	Derek Tran	Arrillaga Family Gymnasium	Tarifa del programa para no residentes: \$403,00; Tarifa del programa para residentes: \$299,00	18 años



# Actividades y Clases - Deportes para adultos

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
12448	Deportes para adultos: voleibol	Clase de voleibol, parte 2: Habilidades aplicadas con introducción a la competencia	Prerrequisito importante: Los estudiantes deben haber tomado al menos una temporada de la clase de Voleibol: Habilidades y ejercicios para principiantes e intermedios para participar como requisito previo. Esto garantiza que todos los estudiantes tengan una comprensión básica de cuáles son sus responsabilidades en la cancha y utilicen los mismos sistemas de equipo que se enseñan específicamente en la clase de requisito previo. Como extensión de la clase de "Voleibol: Habilidades y ejercicios para principiantes e intermedios", se les presentará a los estudiantes un entorno de aprendizaje competitivo con un juego en equipo más consistente. Los estudiantes se dividirán en grupos pequeños con los que permanecerán durante toda la temporada. Se les brindará a los estudiantes la oportunidad de implementar las habilidades de la clase de ejercicios de ese día en un entorno competitivo.	10 de septiembre de 2024 - 14 de diciembre de 2024	20:45 - 22:45	Todos los ma	Derek Tran	Arrillaga Family Gymnasium	Tarifa del programa para no residentes: \$170,00; Tarifa del programa para residentes: \$126,00;	18 años



# Actividades y Clases - Deportes para adultos

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
12447	Deportes para adultos: voleibol	Clase de voleibol, parte 1: Habilidades y ejercicios para principiantes e intermedios	Esta clase ofrece instrucción a jugadores nuevos e intermedios. Los estudiantes aprenderán y/o perfeccionarán: pases, colocación, golpeo, servicio y bloqueo. Se enseñarán o perfeccionarán habilidades de equipo según el nivel de experiencia de los estudiantes. La clase constará principalmente de ejercicios similares a los de un juego para proporcionar muchas repeticiones. Cuando sea apropiado, las canchas se dividirán por nivel de habilidad y se proporcionarán modificaciones de los ejercicios para los distintos niveles. Tarifa de inscripción de \$25.00 si hay espacio disponible en la sesión.	10 de septiembre de 2024 - 10 de diciembre de 2024	18:30 a 20:45 horas	Cada martes	Derek Tran	Arrillaga Family Gymnasium	Tarifa del programa para no residentes: \$310,00; Tarifa del programa para residentes: \$230,00	18 años



## Actividades para adultos mayores en Belle Haven Community Campus

IDENTIFICACIÓN	IDENTIFICACIÓN	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
18701	Programas para adultos mayores en el campus comunitario de Belle Haven	Danza Soul Line para personas mayores (sábado)		11 de enero de 2025 - 22 de marzo de 2025	11:00 a. m. a 12:30 p. m.	Cada sábado	Juanita Croft	Belle Haven Community Campus	General: \$0.00	60 años
18655	Programas para adultos mayores en el campus comunitario de Belle Haven	Danza en línea del alma para personas mayores		16 de enero de 2025 - 20 de marzo de 2025	09:30 a. m. a 10:30 a. m.	Cada jueves	Juanita Croft	Belle Haven Community Campus	General: \$0.00	60 años
18207	Programas para adultos mayores en el campus comunitario de Belle Haven	Fuerte de por vida	A través de una asociación de colaboración con Stanford Hospital, ¡lo invitamos a una clase de ejercicios que lo ayudará con su equilibrio, sus actividades diarias y más! Es necesario registrarse. La inscripción se completará en persona. Llame al 650-330-2280 para obtener más información.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	09:00 a. m. a 10:00 a. m.	Cada viernes	Lida Tesarkova	Belle Haven Community Campus	General: \$0.00	60 años



## Actividades para adultos mayores en Belle Haven Community Campus

IDENTIFICACIÓN	IDENTIFICACIÓN	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
18206	Programas para adultos mayores en el campus comunitario de Belle Haven	Círculo de compañerismo	Un lugar seguro para obtener respuestas a sus preguntas y sentirse empoderado con el conocimiento que obtiene a través de las discusiones. Únase a este grupo amigable y siéntase conectado. Solo en español. Se requiere registro. El registro se completará en persona. Llame al 650-330-2287 para obtener más información.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	10:30 a. m. a 11:30 a. m.	Cada viernes	Alex De La Quintana	Belle Haven Community Campus	General: \$0.00	60 años
18205	Programas para adultos mayores en el campus comunitario de Belle Haven	Costura y manualidades	Esta clase está diseñada para adultos que quieran aprender técnicas básicas de costura y crear proyectos de manualidades sencillos y fáciles. Haz algo para llevar a casa cada semana. Es necesario registrarse. La inscripción se realizará en persona. Llama al 650-330-2287 para obtener más información.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	10:00 a. m. a 12:00 p. m.	Cada viernes	Jorel Thomson	Belle Haven Community Campus	General: \$0.00	60 años
18190	Programas para adultos mayores en el campus comunitario de Belle Haven	Dibujo y pintura	Te proporcionamos los materiales para que practiques tus habilidades de dibujo y pintura mientras aprendes otras nuevas. Todos los niveles de experiencia son bienvenidos en esta clase segura y sin prejuicios. Los medios que utilizamos son lápiz, carboncillo, acuarela, pasteles y acrílicos. Se requiere inscripción. La inscripción se completará en persona. Llama al 650-330-2280 para obtener más información.	6 de enero de 2025 - 24 de marzo de 2025	10:00 a. m. a 12:00 p. m.	Cada lunes	Jorel Thomson	Belle Haven Community Campus	General: \$0.00	60 años



## Actividades para adultos mayores en Belle Haven Community Campus

IDENTIFICACIÓN	IDENTIFICACIÓN	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
18189	Programas para adultos mayores en el campus comunitario de Belle Haven	Español conversacional avanzado	¡Aprenda español para comunicarse con sus vecinos en nuestra diversa comunidad y también para hacer nuevos amigos! Esta divertida clase, impartida en un entorno acogedor por un instructor muy paciente y experimentado, le enseña frases sencillas que lo ayudarán a hablar en español mientras aprende gramática y escritura. Se requiere inscripción. La inscripción se completará en persona. Llame al 650-330-2287 para obtener más información.	6 de enero de 2025 - 24 de marzo de 2025	10:00 a. m. a 11:00 a. m.	Cada lunes	Alex De La Quintana	Belle Haven Community Campus	General: \$0.00	60 años
18188	Programas para adultos mayores en el campus comunitario de Belle Haven	Español conversacional para principiantes	); ¡Aprenda español para comunicarse con sus vecinos en nuestra diversa comunidad y también para hacer nuevos amigos! Esta divertida clase, impartida en un entorno enriquecedor por un instructor muy paciente y experimentado, le enseña frases simples para ayudarlo a hablar en español mientras aprende gramática y escritura. Se requiere inscripción. La inscripción se completará en persona. Llame al 650-330-2287 para obtener más información.	6 de enero de 2025 - 24 de marzo de 2025	09:00 a. m. a 10:00 a. m.	Cada lunes	Alex De La Quintana	Belle Haven Community Campus	General: \$0.00	60 años



## Actividades para adultos mayores en Belle Haven Community Campus

IDENTIFICACIÓN	IDENTIFICACIÓN	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
18174	Programas para adultos mayores en el campus comunitario de Belle Haven	Manejo del estrés	Mientras está sentado, el instructor guiará a los estudiantes en el uso de puntos de acupresión, meditación, respiración y yoga suave para la relajación y la salud. Aprenderá lo fácil que es traer paz a su mente y cuerpo usando sus manos para presionar algunos de los puntos de acupresión más terapéuticos en su cabeza, brazos y piernas, aliviando el dolor, las alergias y el insomnio y fortaleciendo su sistema inmunológico. Se requiere inscripción. La inscripción se completará en persona. Por favor llame al 650-330-2287 para obtener más información.	08 de enero de 2025 - 26 de marzo de 2025	10:00 a. m. a 12:00 p. m.	Cada miércoles	Patricia Mayall	Belle Haven Community Campus	General: \$0.00	60 años
18173	Programas para adultos mayores en el campus comunitario de Belle Haven	Mesa redonda sobre tecnología	Traiga su teléfono inteligente, tableta o computadora portátil y aprenda a trabajar con ellos. Este maestro bilingüe y paciente lo guiará en cada paso del proceso para que se sienta cómodo al usar su tecnología. Se requiere inscripción. La inscripción se completará en persona. Llame al 650-330-2280 para obtener más información.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	09:30 a. m. a 10:30 a. m.	Cada viernes	Alex De La Quintana	Belle Haven Community Campus	General: \$0.00	60 años



## Actividades para adultos mayores en Belle Haven Community Campus

IDENTIFICACIÓN	IDENTIFICACIÓN	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
18172	Programas para adultos mayores en el campus comunitario de Belle Haven	Folklorico para mayores	Una forma divertida de aprender todo sobre las danzas culturales de México. Mejora tu técnica, aplomo, confianza en ti mismo y capacidad creativa, además de profundizar tu comprensión y apreciación del rico y colorido patrimonio que representa cada danza. Oportunidades de presentaciones cada trimestre frente a un público en vivo. Se requiere inscripción. La inscripción se completará en persona. Llama al 650-330-2280 para obtener más información.	7 de enero de 2025 - 25 de marzo de 2025	10:00 a. m. a 11:00 a. m.	Cada martes	Patty Barrera	Belle Haven Community Campus	General: \$0.00	
18171	Programas para adultos mayores en el campus comunitario de Belle Haven	Clase de inglés como segundo idioma con Alex	Aprenda palabras útiles y mejore sus habilidades de conversación en inglés. Todos los niveles son bienvenidos. Es necesario registrarse. La inscripción se realizará en persona. Llame al 650-330-2287 para obtener más información.	6 de enero de 2025 - 24 de marzo de 2025	11:00 a. m. a 12:00 p. m.	Cada lunes	Alex De La Quintana	Belle Haven Community Campus	General: \$0.00	60 años
18170	Programas para adultos mayores en el campus comunitario de Belle Haven	Ejercicio en silla con Patty Barrera	Esta es una clase de ejercicio en silla enérgica y alegre que seguramente pondrá su cuerpo en movimiento; un excelente entrenamiento para todos los niveles de entusiastas del fitness. Es necesario registrarse. La inscripción se completará en persona. Llame al 650-330-2287 para obtener más información.	6 de enero de 2025 - 24 de marzo de 2025	09:30 a. m. a 10:30 a. m.	Cada lunes	Patty Barrera	Belle Haven Community Campus	General: \$0.00	



## Actividades para adultos mayores en Belle Haven Community Campus

IDENTIFICACIÓN	IDENTIFICACIÓN	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
18146	Programas para adultos mayores en el campus comunitario de Belle Haven	Viajar alrededor del mundo	¡No es necesario obtener una visa o pasaporte! Permanezca en su asiento mientras viajamos por el mundo. Cada viernes, visitaremos un nuevo país y escucharemos sobre el país que estamos visitando a través de nuestra guía de viajes. En español e inglés. Se requiere registro. El registro se completará en persona. Llame al 650-330-2287 para obtener más información.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	10:00 a. m. a 12:00 p. m.	Cada viernes		Belle Haven Community Campus	General: \$0.00	60 años
Almuerzo	Programas para adultos mayores en el campus comunitario de Belle Haven	Almuerzo	Se ofrecen comidas nutricionalmente equilibradas durante los días de semana en los que el programa del centro para personas mayores está abierto. Todas las comidas se sirven por orden de llegada. No se sirve almuerzo el segundo y cuarto jueves del mes. Llame al 650-330-2280 para obtener más información.		12:00 PM (mediodía)	De lunes a viernes <i>No se sirve almuerzo el segundo y cuarto jueves del mes.</i>		Belle Haven Community Campus	General: \$2,50	60 años



## Actividades para adultos mayores en el Arrillaga Family Recreation Center

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
18437	Programas para adultos mayores en el Centro de recreación familiar Arrillaga	Español conversacional para principiantes		08 de enero de 2025 - 26 de marzo de 2025	09:00 a. m. a 10:00 a. m.	Cada miércoles	Alex De La Quintana	Arrillaga Family Recreation Center	General: \$0.00	18 años
18436	Programas para adultos mayores en el Centro de recreación familiar Arrillaga	Español conversacional avanzado		08 de enero de 2025 - 26 de marzo de 2025	10:00 a. m. a 11:00 a. m.	Cada miércoles	Alex De La Quintana	Arrillaga Family Recreation Center	General: \$0.00	18 años
18275	Programas para adultos mayores en el Centro de recreación familiar Arrillaga	Cuadrados de abuelita tejidos a crochet para adultos	Descubra el arte del crochet en nuestra clase semanal de crochet de cuadrados de la abuela. Perfecta para todos los niveles de habilidad, esta clase se centra en dominar los diversos patrones atemporales de cuadrados de la abuela. Aprenda a crear cuadrados coloridos y a transformarlos en mantas acogedoras, bufandas elegantes, bolsos impresionantes y más. Con una guía paso a paso y mucha inspiración creativa, terminará cada sesión con nuevas habilidades y emocionantes ideas para proyectos. ¡Tejamos algunas piezas increíbles juntas! Los materiales están incluidos.	08 de enero de 2025 - 26 de febrero de 2025	13:00 a 14:15	Cada miércoles	Ozge Goker	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$317,00; Tarifa del programa para residentes: \$235,00	18 años



## Actividades para adultos mayores en el Arrillaga Family Recreation Center

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
18141	Programas para adultos mayores en el Centro de recreación familiar Arrillaga	La alimentación como medicina: nutrición profunda con la nutrición ayurvédica	Mejora tu salud general con principios universales de nutrición ayurvédica que puedes aplicar fácilmente en tu vida diaria. En este taller aprenderás: * Técnicas para mejorar el fuego digestivo y aumentar el metabolismo * Trabajo de respiración y aliados herbales para ayudar a desintoxicar tu cuerpo * Alimentos y recetas beneficiosos de temporada para la temporada de invierno (Kapha) ¡Prepara tu propia mezcla de especias personalizada con aliados herbales que puedes usar en la cocina diaria!	18 de enero de 2025 - 18 de enero de 2025	14:00 a 16:00 horas	Cada día	Banyan Wellness Team	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$0,00; Tarifa del programa para residentes: \$0,00	16 años
17520	Programas para adultos mayores en el Centro de recreación familiar Arrillaga	Ikebana	Los estudiantes aprenderán o continuarán aprendiendo los principios y estilos de la escuela Sogetsu de Ikebana, creando arreglos florales frescos cada semana para llevar a casa y disfrutar de sus creaciones. El costo del material está incluido en el costo de inscripción.	07 de enero de 2025 - 18 de marzo de 2025	13:00 a 14:30 horas	Cada martes	Emma Soloveychik	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$446,00; Tarifa del programa para residentes: \$330,00	18 años
17514	Programas para adultos mayores en el Centro de recreación familiar Arrillaga	Bandas y ritmos	Entrenamiento funcional y de resistencia utilizando bandas, pesas, deslizadores y el propio peso corporal para mejorar la masa muscular, el equilibrio y la salud cardiovascular.	17 de enero de 2025 - 21 de marzo de 2025	09:30 a. m. a 10:35 a. m.	Cada viernes	Banyan Wellness Team	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$0,00; Tarifa del programa para residentes: \$0,00	16 años



## Actividades para adultos mayores en el Arrillaga Family Recreation Center

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
17220	Programas para adultos mayores en el Centro de recreación familiar Arrillaga	Conciencia Feldenkrais a través del movimiento	El método Feldenkrais Awareness Through Movement utiliza movimientos lentos y conscientes para mejorar poderosamente la fuerza y la flexibilidad, y para integrar el cuerpo y la mente. Lo exclusivo del método Feldenkrais es que estas lecciones se relacionan directamente con los movimientos funcionales de la vida diaria, como caminar de manera eficiente y mejorar la postura al sentarse o estar de pie. Judy lo guiará a través de una secuencia de movimientos, alentándolo a moverse con atención suave dentro de un rango cómodo. A medida que presta atención a la mejora de la calidad del movimiento, las tensiones musculares innecesarias en todo su cuerpo pueden reorganizarse y liberarse. ¡Los estudiantes a menudo se sorprenden de los cambios rápidos y claros que ocurren en una lección de Awareness Through Movement!	08 de enero de 2025 - 19 de marzo de 2025	12:00 p. m. a 1:00 p. m.	Cada miércoles	Judy Windt	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$16,00; Tarifa del programa para residentes: \$12,00	18 años



## Actividades para adultos mayores en el Arrillaga Family Recreation Center

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
17167	Programas para adultos mayores en el Centro de recreación familiar Arrillaga	Sanación sonora con canción de pino y piedra	Una sesión de sanación sonora grupal dura aproximadamente entre 45 y 90 minutos e incluye el uso de cuencos de cristal, cuencos tibetanos, diapasones y otros instrumentos de sanación sonora. Los asistentes traerán sus propias colchonetas de yoga, mantas, almohadas, antifaces y todo lo que necesiten para estar cómodos durante la sesión. Comenzaremos con una meditación grupal, luego se tocarán instrumentos para crear un baño de sonido y se animará a los asistentes a relajarse y disfrutar de los sonidos suaves y relajantes. Cuando finalice la sesión, se les pedirá a los asistentes que se rehidraten y hablaremos sobre cómo se sintió cada uno durante la sesión.	10 de enero de 2025 - 21 de marzo de 2025	11:00 a. m. a 12:00 p. m.	Cada viernes	Gabriela Castro	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa del programa para no residentes: \$61,00; Tarifa del programa para residentes: \$45,00	18 años
17166	Programas para adultos mayores en el Centro de recreación familiar Arrillaga	Baile en línea, principiante	El baile en línea se practica con todos los géneros musicales: country, pop, rock & roll, big band e incluso algo de rap. Es un ejercicio divertido que se realiza mientras conoces a nuevas personas y bailas con amigos que ya has conocido. Se enseña un baile nuevo cada semana con revisiones de los bailes de las semanas anteriores para que puedas practicar lo que has aprendido. Tanto los principiantes primerizos como los principiantes que regresan son bienvenidos. No necesitas una pareja.	07 de enero de 2025 - 18 de marzo de 2025	12:30 p. m. a 1:30 p. m.	Cada martes	Evelyn Khinoo	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa de inscripción para el curso: \$20.00; Tarifa del programa para no residentes: \$149.00; Tarifa del programa para residentes: \$110.00	18 años



## Actividades para adultos mayores en el Arrillaga Family Recreation Center

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
17141	Programas para adultos mayores en el Centro de recreación familiar Arrillaga	Punto de unión	Esta clase se ha denominado clase de postura, clase de estiramiento y "Mariantics", derivado del nombre de la creadora, Marianne Crowder. Lamentablemente, Marianne ya no está con nosotros, pero su sucesora designada sigue ofreciendo "clases" a cualquier persona interesada en mantener su cuerpo hasta una edad avanzada. La flexibilidad es definitivamente una ventaja, ya que esta clase se origina en la danza moderna. Clases individuales disponibles: \$5 por clase.	7 de enero de 2025 - 20 de marzo de 2025	09:30 a. m. a 10:30 a. m.	Todos los martes, miércoles y jueves.	Cyndi Jung	Arrillaga Family Recreation Center	Tarifa de inscripción para el curso: \$5.00; Tarifa del programa para no residentes: \$135.00; Tarifa del programa para residentes: \$100.00	18 años



# Gimnasia - Kindergym

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17651	Gimnasio infantil	Kindergym (temporada de invierno)	Una clase para la participación de los cuidadores y los niños, desde que empiezan a caminar hasta los 3 años de edad. Kindergym es una clase de estructura flexible diseñada para que los niños socialicen con sus compañeros, experimenten con el movimiento en diferentes superficies y exploren diferentes formas de moverse por el entorno. Esta es una excelente clase para enseñarle a su hijo cómo trepar y caminar de manera segura en superficies irregulares (movimiento bilateral y mapeo motor). Solo pueden asistir los niños inscritos en la clase, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	12:00 p. m. a 12:50 p. m.	Cada viernes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$220,00; Tarifa del programa para residentes: \$176,00	12 meses	003 Y
17610	Gimnasio infantil	Kindergym (temporada de invierno)	Una clase para la participación de los cuidadores y los niños, desde que empiezan a caminar hasta los 3 años de edad. Kindergym es una clase de estructura flexible diseñada para que los niños socialicen con sus compañeros, experimenten con el movimiento en diferentes superficies y exploren diferentes formas de moverse por el entorno. Esta es una excelente clase para enseñarle a su hijo cómo trepar y caminar de manera segura en superficies irregulares (movimiento bilateral y mapeo motor). Solo pueden asistir los niños inscritos en la clase, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	11 de enero de 2025 - 29 de marzo de 2025	10:00 a. m. a 10:50 a. m.	Cada sábado	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	12 meses	003 Y



# Gimnasia - Kindergym

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17609	Gimnasio infantil	Kindergym (temporada de invierno)	Una clase para la participación de los cuidadores y los niños, desde que empiezan a caminar hasta los 3 años de edad. Kindergym es una clase de estructura flexible diseñada para que los niños socialicen con sus compañeros, experimenten con el movimiento en diferentes superficies y exploren diferentes formas de moverse por el entorno. Esta es una excelente clase para enseñarle a su hijo cómo trepar y caminar de manera segura en superficies irregulares (movimiento bilateral y mapeo motor). Solo pueden asistir los niños inscritos en la clase, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	11 de enero de 2025 - 29 de marzo de 2025	09:00 a. m. a 09:50 a. m.	Cada sábado	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	12 meses	003 Y
17608	Gimnasio infantil	Kindergym (temporada de invierno)	Una clase para la participación de los cuidadores y los niños, desde que empiezan a caminar hasta los 3 años de edad. Kindergym es una clase de estructura flexible diseñada para que los niños socialicen con sus compañeros, experimenten con el movimiento en diferentes superficies y exploren diferentes formas de moverse por el entorno. Esta es una excelente clase para enseñarle a su hijo cómo trepar y caminar de manera segura en superficies irregulares (movimiento bilateral y mapeo motor). Solo pueden asistir los niños inscritos en la clase, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	10:00 a. m. a 10:50 a. m.	Cada viernes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$220,00; Tarifa del programa para residentes: \$176,00	12 meses	003 Y



# Gimnasia - Kindergym

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17606	Gimnasio infantil	Kindergym (temporada de invierno)	Una clase para la participación de los cuidadores y los niños, desde que empiezan a caminar hasta los 3 años de edad. Kindergym es una clase de estructura flexible diseñada para que los niños socialicen con sus compañeros, experimenten con el movimiento en diferentes superficies y exploren diferentes formas de moverse por el entorno. Esta es una excelente clase para enseñarle a su hijo cómo trepar y caminar de manera segura en superficies irregulares (movimiento bilateral y mapeo motor). Solo pueden asistir los niños inscritos en la clase, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	09:00 a. m. a 09:50 a. m.	Cada viernes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$220,00; Tarifa del programa para residentes: \$176,00	12 meses	003 Y
17604	Gimnasio infantil	Kindergym (temporada de invierno)	Una clase para la participación de los cuidadores y los niños, desde que empiezan a caminar hasta los 3 años de edad. Kindergym es una clase de estructura flexible diseñada para que los niños socialicen con sus compañeros, experimenten con el movimiento en diferentes superficies y exploren diferentes formas de moverse por el entorno. Esta es una excelente clase para enseñarle a su hijo cómo trepar y caminar de manera segura en superficies irregulares (movimiento bilateral y mapeo motor). Solo pueden asistir los niños inscritos en la clase, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	9 de enero de 2025 - 27 de marzo de 2025	12:00 p. m. a 12:50 p. m.	Cada jueves	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	12 meses	003 Y



# Gimnasia - Kindergym

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17603	Gimnasio infantil	Kindergym (temporada de invierno)	Una clase para la participación de los cuidadores y los niños, desde que empiezan a caminar hasta los 3 años de edad. Kindergym es una clase de estructura flexible diseñada para que los niños socialicen con sus compañeros, experimenten con el movimiento en diferentes superficies y exploren diferentes formas de moverse por el entorno. Esta es una excelente clase para enseñarle a su hijo cómo trepar y caminar de manera segura en superficies irregulares (movimiento bilateral y mapeo motor). Solo pueden asistir los niños inscritos en la clase, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	9 de enero de 2025 - 27 de marzo de 2025	11:00 a. m. a 11:50 a. m.	Cada jueves	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	12 meses	003 Y



# Gimnasia - Kindergym

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17601	Gimnasio infantil	Kindergym (temporada de invierno)	Una clase para la participación de los cuidadores y los niños, desde que empiezan a caminar hasta los 3 años de edad. Kindergym es una clase de estructura flexible diseñada para que los niños socialicen con sus compañeros, experimenten con el movimiento en diferentes superficies y exploren diferentes formas de moverse por el entorno. Esta es una excelente clase para enseñarle a su hijo cómo trepar y caminar de manera segura en superficies irregulares (movimiento bilateral y mapeo motor). Solo pueden asistir los niños inscritos en la clase, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	08 de enero de 2025 - 26 de marzo de 2025	11:00 a. m. a 11:50 a. m.	Cada miércoles	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	12 meses	003 Y



# Gimnasia - Kindergym

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17600	Gimnasio infantil	Kindergym (temporada de invierno)	Una clase para la participación de los cuidadores y los niños, desde que empiezan a caminar hasta los 3 años de edad. Kindergym es una clase de estructura flexible diseñada para que los niños socialicen con sus compañeros, experimenten con el movimiento en diferentes superficies y exploren diferentes formas de moverse por el entorno. Esta es una excelente clase para enseñarle a su hijo cómo trepar y caminar de manera segura en superficies irregulares (movimiento bilateral y mapeo motor). Solo pueden asistir los niños inscritos en la clase, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	08 de enero de 2025 - 26 de marzo de 2025	10:00 a. m. a 10:50 a. m.	Cada miércoles	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	12 meses	003 Y



# Gimnasia - Kindergym

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17599	Gimnasio infantil	Kindergym (temporada de invierno)	Una clase para la participación de los cuidadores y los niños, desde que empiezan a caminar hasta los 3 años de edad. Kindergym es una clase de estructura flexible diseñada para que los niños socialicen con sus compañeros, experimenten con el movimiento en diferentes superficies y exploren diferentes formas de moverse por el entorno. Esta es una excelente clase para enseñarle a su hijo cómo trepar y caminar de manera segura en superficies irregulares (movimiento bilateral y mapeo motor). Solo pueden asistir los niños inscritos en la clase, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	08 de enero de 2025 - 26 de marzo de 2025	09:00 a. m. a 09:50 a. m.	Cada miércoles	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	12 meses	003 Y



# Gimnasia - Kindergym

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17598	Gimnasio infantil	Kindergym (temporada de invierno)	Una clase para la participación de los cuidadores y los niños, desde que empiezan a caminar hasta los 3 años de edad. Kindergym es una clase de estructura flexible diseñada para que los niños socialicen con sus compañeros, experimenten con el movimiento en diferentes superficies y exploren diferentes formas de moverse por el entorno. Esta es una excelente clase para enseñarle a su hijo cómo trepar y caminar de manera segura en superficies irregulares (movimiento bilateral y mapeo motor). Solo pueden asistir los niños inscritos en la clase, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	7 de enero de 2025 - 25 de marzo de 2025	14:00 a 14:50	Cada martes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$200,00; Tarifa del programa para residentes: \$160,00	12 meses	003 Y



# Gimnasia - Kindergym

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17596	Gimnasio infantil	Kindergym (temporada de invierno)	Una clase para la participación de los cuidadores y los niños, desde que empiezan a caminar hasta los 3 años de edad. Kindergym es una clase de estructura flexible diseñada para que los niños socialicen con sus compañeros, experimenten con el movimiento en diferentes superficies y exploren diferentes formas de moverse por el entorno. Esta es una excelente clase para enseñarle a su hijo cómo trepar y caminar de manera segura en superficies irregulares (movimiento bilateral y mapeo motor). Solo pueden asistir los niños inscritos en la clase, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	7 de enero de 2025 - 25 de marzo de 2025	11:00 a. m. a 11:50 a. m.	Cada martes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$200,00; Tarifa del programa para residentes: \$160,00	12 meses	003 Y



# Gimnasia - KinderStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17676	Estrellas de la infancia	Kinderstars (temporada de invierno)	Clase de participación para niños y cuidadores, de 2,5 a 4 años de edad. Kinderstars presenta el primer nivel de instrucción. Los estudiantes aprenderán a hacer fila, recibirán un breve conjunto de instrucciones y se turnarán para usar el equipo. Los niños también aprenderán a trabajar en grupos con su cuidador durante las actividades de paracaídas. Trabajaremos en habilidades para escuchar, rodar, colgarse, caminar sobre superficies irregulares y saltar. Los niños que no estén inscritos en la clase no pueden asistir, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	11 de enero de 2025 - 29 de marzo de 2025	11:00 a. m. a 11:50 a. m.	Cada sábado	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	02 y 06 meses	004 Y
17674	Estrellas de la infancia	Kinderstars (temporada de invierno)	Clase de participación para niños y cuidadores, de 2,5 a 4 años de edad. Kinderstars presenta el primer nivel de instrucción. Los estudiantes aprenderán a hacer fila, recibirán un breve conjunto de instrucciones y se turnarán para usar el equipo. Los niños también aprenderán a trabajar en grupos con su cuidador durante las actividades de paracaídas. Trabajaremos en habilidades para escuchar, rodar, colgarse, caminar sobre superficies irregulares y saltar. Los niños que no estén inscritos en la clase no pueden asistir, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	14:00 a 14:50	Cada viernes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$220,00; Tarifa del programa para residentes: \$176,00	02 y 06 meses	004 Y



# Gimnasia - KinderStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17671	Estrellas de la infancia	Kinderstars (temporada de invierno)	Clase de participación para niños y cuidadores, de 2,5 a 4 años de edad. Kinderstars presenta el primer nivel de instrucción. Los estudiantes aprenderán a hacer fila, recibirán un breve conjunto de instrucciones y se turnarán para usar el equipo. Los niños también aprenderán a trabajar en grupos con su cuidador durante las actividades de paracaídas. Trabajaremos en habilidades para escuchar, rodar, colgarse, caminar sobre superficies irregulares y saltar. Los niños que no estén inscritos en la clase no pueden asistir, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	13:00 a 13:50	Cada viernes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$220,00; Tarifa del programa para residentes: \$176,00	02 y 06 meses	004 Y
17670	Estrellas de la infancia	Kinderstars (temporada de invierno)	Clase de participación para niños y cuidadores, de 2,5 a 4 años de edad. Kinderstars presenta el primer nivel de instrucción. Los estudiantes aprenderán a hacer fila, recibirán un breve conjunto de instrucciones y se turnarán para usar el equipo. Los niños también aprenderán a trabajar en grupos con su cuidador durante las actividades de paracaídas. Trabajaremos en habilidades para escuchar, rodar, colgarse, caminar sobre superficies irregulares y saltar. Los niños que no estén inscritos en la clase no pueden asistir, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	11:00 a. m. a 11:50 a. m.	Cada viernes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$220,00; Tarifa del programa para residentes: \$176,00	02 y 06 meses	004 Y



# Gimnasia - KinderStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17669	Estrellas de la infancia	Kinderstars (temporada de invierno)	Clase de participación para niños y cuidadores, de 2,5 a 4 años de edad. Kinderstars presenta el primer nivel de instrucción. Los estudiantes aprenderán a hacer fila, recibirán un breve conjunto de instrucciones y se turnarán para usar el equipo. Los niños también aprenderán a trabajar en grupos con su cuidador durante las actividades de paracaídas. Trabajaremos en habilidades para escuchar, rodar, colgarse, caminar sobre superficies irregulares y saltar. Los niños que no estén inscritos en la clase no pueden asistir, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	10:00 a. m. a 10:50 a. m.	Cada viernes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$220,00; Tarifa del programa para residentes: \$176,00	02 y 06 meses	004 Y
17667	Estrellas de la infancia	Kinderstars (temporada de invierno)	Clase de participación para niños y cuidadores, de 2,5 a 4 años de edad. Kinderstars presenta el primer nivel de instrucción. Los estudiantes aprenderán a hacer fila, recibirán un breve conjunto de instrucciones y se turnarán para usar el equipo. Los niños también aprenderán a trabajar en grupos con su cuidador durante las actividades de paracaídas. Trabajaremos en habilidades para escuchar, rodar, colgarse, caminar sobre superficies irregulares y saltar. Los niños que no estén inscritos en la clase no pueden asistir, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	09:00 a. m. a 09:50 a. m.	Cada viernes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$220,00; Tarifa del programa para residentes: \$176,00	02 y 06 meses	004 Y



# Gimnasia - KinderStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17666	Estrellas de la infancia	Kinderstars (temporada de invierno)	Clase de participación para niños y cuidadores, de 2,5 a 4 años de edad. Kinderstars presenta el primer nivel de instrucción. Los estudiantes aprenderán a hacer fila, recibirán un breve conjunto de instrucciones y se turnarán para usar el equipo. Los niños también aprenderán a trabajar en grupos con su cuidador durante las actividades de paracaídas. Trabajaremos en habilidades para escuchar, rodar, colgarse, caminar sobre superficies irregulares y saltar. Los niños que no estén inscritos en la clase no pueden asistir, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	9 de enero de 2025 - 27 de marzo de 2025	13:00 a 13:50	Cada jueves	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	02 y 06 meses	004 Y
17665	Estrellas de la infancia	Kinderstars (temporada de invierno)	Clase de participación para niños y cuidadores, de 2,5 a 4 años de edad. Kinderstars presenta el primer nivel de instrucción. Los estudiantes aprenderán a hacer fila, recibirán un breve conjunto de instrucciones y se turnarán para usar el equipo. Los niños también aprenderán a trabajar en grupos con su cuidador durante las actividades de paracaídas. Trabajaremos en habilidades para escuchar, rodar, colgarse, caminar sobre superficies irregulares y saltar. Los niños que no estén inscritos en la clase no pueden asistir, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	9 de enero de 2025 - 27 de marzo de 2025	11:00 a. m. a 11:50 a. m.	Cada jueves	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	02 y 06 meses	004 Y



# Gimnasia - KinderStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17664	Estrellas de la infancia	Kinderstars (temporada de invierno)	Clase de participación para niños y cuidadores, de 2,5 a 4 años de edad. Kinderstars presenta el primer nivel de instrucción. Los estudiantes aprenderán a hacer fila, recibirán un breve conjunto de instrucciones y se turnarán para usar el equipo. Los niños también aprenderán a trabajar en grupos con su cuidador durante las actividades de paracaídas. Trabajaremos en habilidades para escuchar, rodar, colgarse, caminar sobre superficies irregulares y saltar. Los niños que no estén inscritos en la clase no pueden asistir, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	08 de enero de 2025 - 26 de marzo de 2025	13:00 a 13:50	Cada miércoles	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	02 y 06 meses	004 Y
17663	Estrellas de la infancia	Kinderstars (temporada de invierno)	Clase de participación para niños y cuidadores, de 2,5 a 4 años de edad. Kinderstars presenta el primer nivel de instrucción. Los estudiantes aprenderán a hacer fila, recibirán un breve conjunto de instrucciones y se turnarán para usar el equipo. Los niños también aprenderán a trabajar en grupos con su cuidador durante las actividades de paracaídas. Trabajaremos en habilidades para escuchar, rodar, colgarse, caminar sobre superficies irregulares y saltar. Los niños que no estén inscritos en la clase no pueden asistir, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	08 de enero de 2025 - 26 de marzo de 2025	10:00 a. m. a 10:50 a. m.	Cada miércoles	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	02 y 06 meses	004 Y



# Gimnasia - KinderStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17662	Estrellas de la infancia	Kinderstars (temporada de invierno)	Clase de participación para niños y cuidadores, de 2,5 a 4 años de edad. Kinderstars presenta el primer nivel de instrucción. Los estudiantes aprenderán a hacer fila, recibirán un breve conjunto de instrucciones y se turnarán para usar el equipo. Los niños también aprenderán a trabajar en grupos con su cuidador durante las actividades de paracaídas. Trabajaremos en habilidades para escuchar, rodar, colgarse, caminar sobre superficies irregulares y saltar. Los niños que no estén inscritos en la clase no pueden asistir, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	7 de enero de 2025 - 25 de marzo de 2025	12:00 p. m. a 12:50 p. m.	Cada martes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$200,00; Tarifa del programa para residentes: \$160,00	02 y 06 meses	004 Y
17661	Estrellas de la infancia	Kinderstars (temporada de invierno)	Clase de participación para niños y cuidadores, de 2,5 a 4 años de edad. Kinderstars presenta el primer nivel de instrucción. Los estudiantes aprenderán a hacer fila, recibirán un breve conjunto de instrucciones y se turnarán para usar el equipo. Los niños también aprenderán a trabajar en grupos con su cuidador durante las actividades de paracaídas. Trabajaremos en habilidades para escuchar, rodar, colgarse, caminar sobre superficies irregulares y saltar. Los niños que no estén inscritos en la clase no pueden asistir, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	08 de enero de 2025 - 26 de marzo de 2025	12:00 p. m. a 12:50 p. m.	Cada miércoles	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	02 y 06 meses	004 Y



# Gimnasia - KinderStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17659	Estrellas de la infancia	Kinderstars (temporada de invierno)	Clase de participación para niños y cuidadores, de 2,5 a 4 años de edad. Kinderstars presenta el primer nivel de instrucción. Los estudiantes aprenderán a hacer fila, recibirán un breve conjunto de instrucciones y se turnarán para usar el equipo. Los niños también aprenderán a trabajar en grupos con su cuidador durante las actividades de paracaídas. Trabajaremos en habilidades para escuchar, rodar, colgarse, caminar sobre superficies irregulares y saltar. Los niños que no estén inscritos en la clase no pueden asistir, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	08 de enero de 2025 - 26 de marzo de 2025	11:00 a. m. a 11:50 a. m.	Cada miércoles	Personal de gimnasia	Centro de Gimnasia Familiar Arrillaga	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	02 y 06 meses	004 Y
17658	Estrellas de la infancia	Kinderstars (temporada de invierno)	Clase de participación para niños y cuidadores, de 2,5 a 4 años de edad. Kinderstars presenta el primer nivel de instrucción. Los estudiantes aprenderán a hacer fila, recibirán un breve conjunto de instrucciones y se turnarán para usar el equipo. Los niños también aprenderán a trabajar en grupos con su cuidador durante las actividades de paracaídas. Trabajaremos en habilidades para escuchar, rodar, colgarse, caminar sobre superficies irregulares y saltar. Los niños que no estén inscritos en la clase no pueden asistir, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	08 de enero de 2025 - 26 de marzo de 2025	09:00 a. m. a 09:50 a. m.	Cada miércoles	Personal de gimnasia	Centro de Gimnasia Familiar Arrillaga	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	02 y 06 meses	004 Y



# Gimnasia - KinderStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17655	Estrellas de la infancia	Kinderstars (temporada de invierno)	Clase de participación para niños y cuidadores, de 2,5 a 4 años de edad. Kinderstars presenta el primer nivel de instrucción. Los estudiantes aprenderán a hacer fila, recibirán un breve conjunto de instrucciones y se turnarán para usar el equipo. Los niños también aprenderán a trabajar en grupos con su cuidador durante las actividades de paracaídas. Trabajaremos en habilidades para escuchar, rodar, colgarse, caminar sobre superficies irregulares y saltar. Los niños que no estén inscritos en la clase no pueden asistir, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	7 de enero de 2025 - 25 de marzo de 2025	13:00 a 13:50	Cada martes	Personal de gimnasia	Centro de Gimnasia Familiar Arrillaga	Tarifa del programa para no residentes: \$200,00; Tarifa del programa para residentes: \$160,00	02 y 06 meses	004 Y
17652	Estrellas de la infancia	Kinderstars (temporada de invierno)	Clase de participación para niños y cuidadores, de 2,5 a 4 años de edad. Kinderstars presenta el primer nivel de instrucción. Los estudiantes aprenderán a hacer fila, recibirán un breve conjunto de instrucciones y se turnarán para usar el equipo. Los niños también aprenderán a trabajar en grupos con su cuidador durante las actividades de paracaídas. Trabajaremos en habilidades para escuchar, rodar, colgarse, caminar sobre superficies irregulares y saltar. Los niños que no estén inscritos en la clase no pueden asistir, los bebés deben estar en portabebés. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	7 de enero de 2025 - 25 de marzo de 2025	11:00 a. m. a 11:50 a. m.	Cada martes	Personal de gimnasia	Centro de Gimnasia Familiar Arrillaga	Tarifa del programa para no residentes: \$200,00; Tarifa del programa para residentes: \$160,00	02 y 06 meses	004 Y



# Gimnasia - NewStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17757	Nuevas estrellas	NewStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 3 a 4 años. Los niños reciben instrucciones breves y trabajan en circuitos para practicar y aprender diferentes tipos de volteretas, aprender a hacer paradas de manos y volteretas laterales, y trabajar en equipos de gimnasia que están a la altura adecuada para su edad y tamaño. En esta clase se trabaja el equilibrio, la fuerza y la coordinación. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asiste.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	13:00 a 13:50	Cada viernes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$220,00; Tarifa del programa para residentes: \$176,00	03 años	004 Y
17714	Nuevas estrellas	NewStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 3 a 4 años. Los niños reciben instrucciones breves y trabajan en circuitos para practicar y aprender diferentes tipos de volteretas, aprender a hacer paradas de manos y volteretas laterales, y trabajar en equipos de gimnasia que están a la altura adecuada para su edad y tamaño. En esta clase se trabaja el equilibrio, la fuerza y la coordinación. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asiste.	11 de enero de 2025 - 29 de marzo de 2025	12:00 p. m. a 12:50 p. m.	Cada sábado	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	03 años	004 Y
17713	Nuevas estrellas	NewStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 3 a 4 años. Los niños reciben instrucciones breves y trabajan en circuitos para practicar y aprender diferentes tipos de volteretas, aprender a hacer paradas de manos y volteretas laterales, y trabajar en equipos de gimnasia que están a la altura adecuada para su edad y tamaño. En esta clase se trabaja el equilibrio, la fuerza y la coordinación. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asiste.	11 de enero de 2025 - 29 de marzo de 2025	10:00 a. m. a 10:50 a. m.	Cada sábado	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	03 años	004 Y



# Gimnasia - NewStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17712	Nuevas estrellas	NewStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 3 a 4 años. Los niños reciben instrucciones breves y trabajan en circuitos para practicar y aprender diferentes tipos de volteretas, aprender a hacer paradas de manos y volteretas laterales, y trabajar en equipos de gimnasia que están a la altura adecuada para su edad y tamaño. En esta clase se trabaja el equilibrio, la fuerza y la coordinación. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asiste.	11 de enero de 2025 - 29 de marzo de 2025	09:00 a. m. a 09:50 a. m.	Cada sábado	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	03 años	004 Y
17711	Nuevas estrellas	NewStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 3 a 4 años. Los niños reciben instrucciones breves y trabajan en circuitos para practicar y aprender diferentes tipos de volteretas, aprender a hacer paradas de manos y volteretas laterales, y trabajar en equipos de gimnasia que están a la altura adecuada para su edad y tamaño. En esta clase se trabaja el equilibrio, la fuerza y la coordinación. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asiste.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	14:00 a 14:50	Cada viernes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$220,00; Tarifa del programa para residentes: \$176,00	03 años	004 Y
17709	Nuevas estrellas	NewStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 3 a 4 años. Los niños reciben instrucciones breves y trabajan en circuitos para practicar y aprender diferentes tipos de volteretas, aprender a hacer paradas de manos y volteretas laterales, y trabajar en equipos de gimnasia que están a la altura adecuada para su edad y tamaño. En esta clase se trabaja el equilibrio, la fuerza y la coordinación. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asiste.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	11:00 a. m. a 11:50 a. m.	Cada viernes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$220,00; Tarifa del programa para residentes: \$176,00	03 años	004 Y



# Gimnasia - NewStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17708	Nuevas estrellas	NewStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 3 a 4 años. Los niños reciben instrucciones breves y trabajan en circuitos para practicar y aprender diferentes tipos de volteretas, aprender a hacer paradas de manos y volteretas laterales, y trabajar en equipos de gimnasia que están a la altura adecuada para su edad y tamaño. En esta clase se trabaja el equilibrio, la fuerza y la coordinación. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asiste.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	10:00 a. m. a 10:50 a. m.	Cada viernes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$220,00; Tarifa del programa para residentes: \$176,00	03 años	004 Y
17707	Nuevas estrellas	NewStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 3 a 4 años. Los niños reciben instrucciones breves y trabajan en circuitos para practicar y aprender diferentes tipos de volteretas, aprender a hacer paradas de manos y volteretas laterales, y trabajar en equipos de gimnasia que están a la altura adecuada para su edad y tamaño. En esta clase se trabaja el equilibrio, la fuerza y la coordinación. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asiste.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	09:00 a. m. a 09:50 a. m.	Cada viernes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$220,00; Tarifa del programa para residentes: \$176,00	03 años	004 Y
17706	Nuevas estrellas	NewStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 3 a 4 años. Los niños reciben instrucciones breves y trabajan en circuitos para practicar y aprender diferentes tipos de volteretas, aprender a hacer paradas de manos y volteretas laterales, y trabajar en equipos de gimnasia que están a la altura adecuada para su edad y tamaño. En esta clase se trabaja el equilibrio, la fuerza y la coordinación. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asiste.	9 de enero de 2025 - 27 de marzo de 2025	14:00 a 14:50	Cada jueves	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	03 años	004 Y



# Gimnasia - NewStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17705	Nuevas estrellas	NewStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 3 a 4 años. Los niños reciben instrucciones breves y trabajan en circuitos para practicar y aprender diferentes tipos de volteretas, aprender a hacer paradas de manos y volteretas laterales, y trabajar en equipos de gimnasia que están a la altura adecuada para su edad y tamaño. En esta clase se trabaja el equilibrio, la fuerza y la coordinación. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asiste.	9 de enero de 2025 - 27 de marzo de 2025	13:00 a 13:50	Cada jueves	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	03 años	004 Y
17704	Nuevas estrellas	NewStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 3 a 4 años. Los niños reciben instrucciones breves y trabajan en circuitos para practicar y aprender diferentes tipos de volteretas, aprender a hacer paradas de manos y volteretas laterales, y trabajar en equipos de gimnasia que están a la altura adecuada para su edad y tamaño. En esta clase se trabaja el equilibrio, la fuerza y la coordinación. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asiste.	9 de enero de 2025 - 27 de marzo de 2025	12:00 p. m. a 12:50 p. m.	Cada jueves	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	03 años	004 Y
17703	Nuevas estrellas	NewStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 3 a 4 años. Los niños reciben instrucciones breves y trabajan en circuitos para practicar y aprender diferentes tipos de volteretas, aprender a hacer paradas de manos y volteretas laterales, y trabajar en equipos de gimnasia que están a la altura adecuada para su edad y tamaño. En esta clase se trabaja el equilibrio, la fuerza y la coordinación. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asiste.	08 de enero de 2025 - 26 de marzo de 2025	14:00 a 14:50	Cada miércoles	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	03 años	004 Y



# Gimnasia - NewStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17701	Nuevas estrellas	NewStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 3 a 4 años. Los niños reciben instrucciones breves y trabajan en circuitos para practicar y aprender diferentes tipos de volteretas, aprender a hacer paradas de manos y volteretas laterales, y trabajar en equipos de gimnasia que están a la altura adecuada para su edad y tamaño. En esta clase se trabaja el equilibrio, la fuerza y la coordinación. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asiste.	08 de enero de 2025 - 26 de marzo de 2025	13:00 a 13:50	Cada miércoles	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	03 años	004 Y
17700	Nuevas estrellas	NewStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 3 a 4 años. Los niños reciben instrucciones breves y trabajan en circuitos para practicar y aprender diferentes tipos de volteretas, aprender a hacer paradas de manos y volteretas laterales, y trabajar en equipos de gimnasia que están a la altura adecuada para su edad y tamaño. En esta clase se trabaja el equilibrio, la fuerza y la coordinación. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asiste.	08 de enero de 2025 - 26 de marzo de 2025	09:00 a. m. a 09:50 a. m.	Cada miércoles	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	03 años	004 Y
17699	Nuevas estrellas	NewStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 3 a 4 años. Los niños reciben instrucciones breves y trabajan en circuitos para practicar y aprender diferentes tipos de volteretas, aprender a hacer paradas de manos y volteretas laterales, y trabajar en equipos de gimnasia que están a la altura adecuada para su edad y tamaño. En esta clase se trabaja el equilibrio, la fuerza y la coordinación. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asiste.	7 de enero de 2025 - 25 de marzo de 2025	14:00 a 14:50	Cada martes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$200,00; Tarifa del programa para residentes: \$160,00	03 años	004 Y



# Gimnasia - NewStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17697	Nuevas estrellas	NewStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 3 a 4 años. Los niños reciben instrucciones breves y trabajan en circuitos para practicar y aprender diferentes tipos de volteretas, aprender a hacer paradas de manos y volteretas laterales, y trabajar en equipos de gimnasia que están a la altura adecuada para su edad y tamaño. En esta clase se trabaja el equilibrio, la fuerza y la coordinación. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asiste.	7 de enero de 2025 - 25 de marzo de 2025	13:00 a 13:50	Cada martes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$200,00; Tarifa del programa para residentes: \$160,00	03 años	004 Y
17696	Nuevas estrellas	NewStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 3 a 4 años. Los niños reciben instrucciones breves y trabajan en circuitos para practicar y aprender diferentes tipos de volteretas, aprender a hacer paradas de manos y volteretas laterales, y trabajar en equipos de gimnasia que están a la altura adecuada para su edad y tamaño. En esta clase se trabaja el equilibrio, la fuerza y la coordinación. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asiste.	7 de enero de 2025 - 25 de marzo de 2025	12:00 p. m. a 12:50 p. m.	Cada martes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$200,00; Tarifa del programa para residentes: \$160,00	03 años	004 Y
17695	Nuevas estrellas	NewStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 3 a 4 años. Los niños reciben instrucciones breves y trabajan en circuitos para practicar y aprender diferentes tipos de volteretas, aprender a hacer paradas de manos y volteretas laterales, y trabajar en equipos de gimnasia que están a la altura adecuada para su edad y tamaño. En esta clase se trabaja el equilibrio, la fuerza y la coordinación. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asiste.	7 de enero de 2025 - 25 de marzo de 2025	11:00 a. m. a 11:50 a. m.	Cada martes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$200,00; Tarifa del programa para residentes: \$160,00	03 años	004 Y



# Gimnasia - MiniStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17732	Miniestrellas	MiniStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 4 a 5 años. Los niños trabajarán en circuitos para perfeccionar sus habilidades y desarrollar fuerza. Los niños seguirán trabajando en paradas de manos y volteretas (estas habilidades están conectadas y requieren fuerza y equilibrio), habilidades de barra más difíciles (introduciendo pull-overs y apoyos frontales), habilidades hacia adelante y hacia atrás en vigas de equilibrio bajas. Seguir instrucciones, escuchar y tomar turnos también son parte de la clase. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	11 de enero de 2025 - 29 de marzo de 2025	11:00 a. m. a 11:50 a. m.	Cada sábado	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	04 años	005 Y
17731	Miniestrellas	MiniStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 4 a 5 años. Los niños trabajarán en circuitos para perfeccionar sus habilidades y desarrollar fuerza. Los niños seguirán trabajando en paradas de manos y volteretas (estas habilidades están conectadas y requieren fuerza y equilibrio), habilidades de barra más difíciles (introduciendo pull-overs y apoyos frontales), habilidades hacia adelante y hacia atrás en vigas de equilibrio bajas. Seguir instrucciones, escuchar y tomar turnos también son parte de la clase. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	11 de enero de 2025 - 29 de marzo de 2025	10:00 a. m. a 10:50 a. m.	Cada sábado	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	04 años	005 Y



# Gimnasia - MiniStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17729	Miniestrellas	MiniStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 4 a 5 años. Los niños trabajarán en circuitos para perfeccionar sus habilidades y desarrollar fuerza. Los niños seguirán trabajando en paradas de manos y volteretas (estas habilidades están conectadas y requieren fuerza y equilibrio), habilidades de barra más difíciles (introduciendo pull-overs y apoyos frontales), habilidades hacia adelante y hacia atrás en vigas de equilibrio bajas. Seguir instrucciones, escuchar y tomar turnos también son parte de la clase. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	13:00 a 13:50	Cada viernes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$220,00; Tarifa del programa para residentes: \$176,00	04 años	005 Y
17728	Miniestrellas	MiniStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 4 a 5 años. Los niños trabajarán en circuitos para perfeccionar sus habilidades y desarrollar fuerza. Los niños seguirán trabajando en paradas de manos y volteretas (estas habilidades están conectadas y requieren fuerza y equilibrio), habilidades de barra más difíciles (introduciendo pull-overs y apoyos frontales), habilidades hacia adelante y hacia atrás en vigas de equilibrio bajas. Seguir instrucciones, escuchar y tomar turnos también son parte de la clase. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	11:00 a. m. a 11:50 a. m.	Cada viernes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$220,00; Tarifa del programa para residentes: \$176,00	04 años	005 Y



# Gimnasia - MiniStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17726	Miniestrellas	MiniStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 4 a 5 años. Los niños trabajarán en circuitos para perfeccionar sus habilidades y desarrollar fuerza. Los niños seguirán trabajando en paradas de manos y volteretas (estas habilidades están conectadas y requieren fuerza y equilibrio), habilidades de barra más difíciles (introduciendo pull-overs y apoyos frontales), habilidades hacia adelante y hacia atrás en vigas de equilibrio bajas. Seguir instrucciones, escuchar y tomar turnos también son parte de la clase. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	9 de enero de 2025 - 27 de marzo de 2025	15:00 a 15:50 horas	Cada jueves	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	04 años	005 Y
17725	Miniestrellas	MiniStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 4 a 5 años. Los niños trabajarán en circuitos para perfeccionar sus habilidades y desarrollar fuerza. Los niños seguirán trabajando en paradas de manos y volteretas (estas habilidades están conectadas y requieren fuerza y equilibrio), habilidades de barra más difíciles (introduciendo pull-overs y apoyos frontales), habilidades hacia adelante y hacia atrás en vigas de equilibrio bajas. Seguir instrucciones, escuchar y tomar turnos también son parte de la clase. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	9 de enero de 2025 - 27 de marzo de 2025	14:00 a 14:50	Cada jueves	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	04 años	005 Y



# Gimnasia - MiniStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17723	Miniestrellas	MiniStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 4 a 5 años. Los niños trabajarán en circuitos para perfeccionar sus habilidades y desarrollar fuerza. Los niños seguirán trabajando en paradas de manos y volteretas (estas habilidades están conectadas y requieren fuerza y equilibrio), habilidades de barra más difíciles (introduciendo pull-overs y apoyos frontales), habilidades hacia adelante y hacia atrás en vigas de equilibrio bajas. Seguir instrucciones, escuchar y tomar turnos también son parte de la clase. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	9 de enero de 2025 - 27 de marzo de 2025	13:00 a 13:50	Cada jueves	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	04 años	005 Y
17722	Miniestrellas	MiniStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 4 a 5 años. Los niños trabajarán en circuitos para perfeccionar sus habilidades y desarrollar fuerza. Los niños seguirán trabajando en paradas de manos y volteretas (estas habilidades están conectadas y requieren fuerza y equilibrio), habilidades de barra más difíciles (introduciendo pull-overs y apoyos frontales), habilidades hacia adelante y hacia atrás en vigas de equilibrio bajas. Seguir instrucciones, escuchar y tomar turnos también son parte de la clase. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	9 de enero de 2025 - 27 de marzo de 2025	12:00 p. m. a 12:50 p. m.	Cada jueves	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	04 años	005 Y



# Gimnasia - MiniStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17721	Miniestrellas	MiniStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 4 a 5 años. Los niños trabajarán en circuitos para perfeccionar sus habilidades y desarrollar fuerza. Los niños seguirán trabajando en paradas de manos y volteretas (estas habilidades están conectadas y requieren fuerza y equilibrio), habilidades de barra más difíciles (introduciendo pull-overs y apoyos frontales), habilidades hacia adelante y hacia atrás en vigas de equilibrio bajas. Seguir instrucciones, escuchar y tomar turnos también son parte de la clase. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	08 de enero de 2025 - 26 de marzo de 2025	15:00 a 15:50 horas	Cada miércoles	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	04 años	005 Y
17720	Miniestrellas	MiniStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 4 a 5 años. Los niños trabajarán en circuitos para perfeccionar sus habilidades y desarrollar fuerza. Los niños seguirán trabajando en paradas de manos y volteretas (estas habilidades están conectadas y requieren fuerza y equilibrio), habilidades de barra más difíciles (introduciendo pull-overs y apoyos frontales), habilidades hacia adelante y hacia atrás en vigas de equilibrio bajas. Seguir instrucciones, escuchar y tomar turnos también son parte de la clase. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	08 de enero de 2025 - 26 de marzo de 2025	14:00 a 14:50	Cada miércoles	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	04 años	005 Y



# Gimnasia - MiniStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17719	Miniestrellas	MiniStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 4 a 5 años. Los niños trabajarán en circuitos para perfeccionar sus habilidades y desarrollar fuerza. Los niños seguirán trabajando en paradas de manos y volteretas (estas habilidades están conectadas y requieren fuerza y equilibrio), habilidades de barra más difíciles (introduciendo pull-overs y apoyos frontales), habilidades hacia adelante y hacia atrás en vigas de equilibrio bajas. Seguir instrucciones, escuchar y tomar turnos también son parte de la clase. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	08 de enero de 2025 - 26 de marzo de 2025	13:00 a 13:50	Cada miércoles	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	04 años	005 Y
17718	Miniestrellas	MiniStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 4 a 5 años. Los niños trabajarán en circuitos para perfeccionar sus habilidades y desarrollar fuerza. Los niños seguirán trabajando en paradas de manos y volteretas (estas habilidades están conectadas y requieren fuerza y equilibrio), habilidades de barra más difíciles (introduciendo pull-overs y apoyos frontales), habilidades hacia adelante y hacia atrás en vigas de equilibrio bajas. Seguir instrucciones, escuchar y tomar turnos también son parte de la clase. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	7 de enero de 2025 - 25 de marzo de 2025	15:00 a 15:50 horas	Cada martes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$200,00; Tarifa del programa para residentes: \$160,00	04 años	005 Y



# Gimnasia - MiniStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17717	Miniestrellas	MiniStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 4 a 5 años. Los niños trabajarán en circuitos para perfeccionar sus habilidades y desarrollar fuerza. Los niños seguirán trabajando en paradas de manos y volteretas (estas habilidades están conectadas y requieren fuerza y equilibrio), habilidades de barra más difíciles (introduciendo pull-overs y apoyos frontales), habilidades hacia adelante y hacia atrás en vigas de equilibrio bajas. Seguir instrucciones, escuchar y tomar turnos también son parte de la clase. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	7 de enero de 2025 - 25 de marzo de 2025	14:00 a 14:50	Cada martes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$200,00; Tarifa del programa para residentes: \$160,00	04 años	005 Y
17716	Miniestrellas	MiniStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 4 a 5 años. Los niños trabajarán en circuitos para perfeccionar sus habilidades y desarrollar fuerza. Los niños seguirán trabajando en paradas de manos y volteretas (estas habilidades están conectadas y requieren fuerza y equilibrio), habilidades de barra más difíciles (introduciendo pull-overs y apoyos frontales), habilidades hacia adelante y hacia atrás en vigas de equilibrio bajas. Seguir instrucciones, escuchar y tomar turnos también son parte de la clase. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	7 de enero de 2025 - 25 de marzo de 2025	13:00 a 13:50	Cada martes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$200,00; Tarifa del programa para residentes: \$160,00	04 años	005 Y



# Gimnasia - MiniStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17715	Miniestrellas	MiniStars (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 4 a 5 años. Los niños trabajarán en circuitos para perfeccionar sus habilidades y desarrollar fuerza. Los niños seguirán trabajando en paradas de manos y volteretas (estas habilidades están conectadas y requieren fuerza y equilibrio), habilidades de barra más difíciles (introduciendo pull-overs y apoyos frontales), habilidades hacia adelante y hacia atrás en vigas de equilibrio bajas. Seguir instrucciones, escuchar y tomar turnos también son parte de la clase. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	7 de enero de 2025 - 25 de marzo de 2025	12:00 p. m. a 12:50 p. m.	Cada martes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$200,00; Tarifa del programa para residentes: \$160,00	04 años	005 Y



# Gimnasia - SuperStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17756	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	11 de enero de 2025 - 29 de marzo de 2025	12:00 p. m. a 12:50 p. m.	Cada sábado	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	05 años	006 Y
17755	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	11 de enero de 2025 - 29 de marzo de 2025	11:00 a. m. a 11:50 a. m.	Cada sábado	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	05 años	006 Y



# Gimnasia - SuperStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17754	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	11 de enero de 2025 - 29 de marzo de 2025	09:00 a. m. a 09:50 a. m.	Cada sábado	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	05 años	006 Y
17751	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	15:00 a 15:50 horas	Cada viernes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$220,00; Tarifa del programa para residentes: \$176,00	05 años	006 Y



# Gimnasia - SuperStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17750	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	14:00 a 14:50	Cada viernes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$220,00; Tarifa del programa para residentes: \$176,00	05 años	006 Y
17748	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	9 de enero de 2025 - 27 de marzo de 2025	15:00 a 15:50 horas	Cada jueves	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	05 años	006 Y



# Gimnasia - SuperStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17745	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	9 de enero de 2025 - 27 de marzo de 2025	15:00 a 15:50 horas	Cada jueves	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	05 años	006 Y
17744	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	9 de enero de 2025 - 27 de marzo de 2025	14:00 a 14:50	Cada jueves	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	05 años	006 Y



# Gimnasia - SuperStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17742	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	08 de enero de 2025 - 26 de marzo de 2025	16:00 a 16:50 horas	Cada miércoles	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	05 años	006 Y
17741	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	08 de enero de 2025 - 26 de marzo de 2025	15:00 a 15:50 horas	Cada miércoles	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	05 años	006 Y



# Gimnasia - SuperStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17739	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	08 de enero de 2025 - 26 de marzo de 2025	15:00 a 15:50 horas	Cada miércoles	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	05 años	006 Y
17738	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	08 de enero de 2025 - 26 de marzo de 2025	14:00 a 14:50	Cada miércoles	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	05 años	006 Y



# Gimnasia - SuperStars

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17735	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	7 de enero de 2025 - 25 de marzo de 2025	15:00 a 15:50 horas	Cada martes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$200,00; Tarifa del programa para residentes: \$160,00	05 años	006 Y
17733	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	7 de enero de 2025 - 25 de marzo de 2025	15:00 a 15:50 horas	Cada martes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$200,00; Tarifa del programa para residentes: \$160,00	05 años	006 Y



# Gimnasia - Nivel AD Niñas

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17859	Niñas de nivel A (edades 9+)	Niñas de nivel A (edades 9+) (temporada de invierno)	Nivel inicial de gimnasia, para alumnos de 9 años en adelante. Abierto a alumnos con poca o ninguna experiencia en el deporte. El alumno trabajará en todos los aparatos olímpicos, las chicas estarán en vigas de equilibrio, barras asimétricas, salto y suelo. En estas clases se trabajará la fuerza y las habilidades básicas. No ofrecemos clases de recuperación ni devoluciones por clases a las que no asistas.	7 de enero de 2025 - 25 de marzo de 2025	17:00 a 17:50	Cada martes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$200,00; Tarifa del programa para residentes: \$160,00	09 años	
17821	Niñas de nivel A (edades 9+)	Niñas de nivel A (edades 9+) (temporada de invierno)	Nivel inicial de gimnasia, para alumnos de 9 años en adelante. Abierto a alumnos con poca o ninguna experiencia en el deporte. El alumno trabajará en todos los aparatos olímpicos, las chicas estarán en vigas de equilibrio, barras asimétricas, salto y suelo. En estas clases se trabajará la fuerza y las habilidades básicas. No ofrecemos clases de recuperación ni devoluciones por clases a las que no asistas.	11 de enero de 2025 - 29 de marzo de 2025	16:00 a 16:50 horas	Cada sábado	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	09 años	
17820	Niñas de nivel A (edades 9+)	Niñas de nivel A (edades 9+) (temporada de invierno)	Nivel inicial de gimnasia, para alumnos de 9 años en adelante. Abierto a alumnos con poca o ninguna experiencia en el deporte. El alumno trabajará en todos los aparatos olímpicos, las chicas estarán en vigas de equilibrio, barras asimétricas, salto y suelo. En estas clases se trabajará la fuerza y las habilidades básicas. No ofrecemos clases de recuperación ni devoluciones por clases a las que no asistas.	9 de enero de 2025 - 27 de marzo de 2025	19:00 a 19:50	Cada jueves	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	09 años	



# Gimnasia - Nivel AD Niñas

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17819	Niñas de nivel A (edades 9+)	Niñas de nivel A (edades 9+) (temporada de invierno)	Nivel inicial de gimnasia, para alumnos de 9 años en adelante. Abierto a alumnos con poca o ninguna experiencia en el deporte. El alumno trabajará en todos los aparatos olímpicos, las chicas estarán en vigas de equilibrio, barras asimétricas, salto y suelo. En estas clases se trabajará la fuerza y las habilidades básicas. No ofrecemos clases de recuperación ni devoluciones por clases a las que no asistas.	7 de enero de 2025 - 25 de marzo de 2025	19:00 a 19:50	Cada martes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$200,00; Tarifa del programa para residentes: \$160,00	09 años	
17832	Niñas de nivel B	Niñas de nivel B (temporada de invierno)	Nivel intermedio de gimnasia. Los estudiantes deben aprobar el Nivel A para poder inscribirse en la clase. Los niños desarrollarán las habilidades que han aprendido en el Nivel A. También aprenderán ejercicios de suelo difíciles, como rondadas, saltos con la espalda, círculos con la cadera hacia atrás en barras y movimientos de conexión en las barras asimétricas; también movimientos de conexión en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	11 de enero de 2025 - 29 de marzo de 2025	15:00 a 15:50 horas	Cada sábado	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	06 Años	
17831	Niñas de nivel B	Niñas de nivel B (temporada de invierno)	Nivel intermedio de gimnasia. Los estudiantes deben aprobar el Nivel A para poder inscribirse en la clase. Los niños desarrollarán las habilidades que han aprendido en el Nivel A. También aprenderán ejercicios de suelo difíciles, como rondadas, saltos con la espalda, círculos con la cadera hacia atrás en barras y movimientos de conexión en las barras asimétricas; también movimientos de conexión en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	11 de enero de 2025 - 29 de marzo de 2025	13:00 a 13:50	Cada sábado	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	06 Años	



# Gimnasia - Nivel AD Niñas

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17830	Niñas de nivel B	Niñas de nivel B (temporada de invierno)	Nivel intermedio de gimnasia. Los estudiantes deben aprobar el Nivel A para poder inscribirse en la clase. Los niños desarrollarán las habilidades que han aprendido en el Nivel A. También aprenderán ejercicios de suelo difíciles, como rondadas, saltos con la espalda, círculos con la cadera hacia atrás en barras y movimientos de conexión en las barras asimétricas; también movimientos de conexión en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	17:00 a 17:50	Cada viernes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$220,00; Tarifa del programa para residentes: \$176,00	06 Años	
17829	Niñas de nivel B	Niñas de nivel B (temporada de invierno)	Nivel intermedio de gimnasia. Los estudiantes deben aprobar el Nivel A para poder inscribirse en la clase. Los niños desarrollarán las habilidades que han aprendido en el Nivel A. También aprenderán ejercicios de suelo difíciles, como rondadas, saltos con la espalda, círculos con la cadera hacia atrás en barras y movimientos de conexión en las barras asimétricas; también movimientos de conexión en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	16:00 a 16:50 horas	Cada viernes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$220,00; Tarifa del programa para residentes: \$176,00	06 Años	
17828	Niñas de nivel B	Niñas de nivel B (temporada de invierno)	Nivel intermedio de gimnasia. Los estudiantes deben aprobar el Nivel A para poder inscribirse en la clase. Los niños desarrollarán las habilidades que han aprendido en el Nivel A. También aprenderán ejercicios de suelo difíciles, como rondadas, saltos con la espalda, círculos con la cadera hacia atrás en barras y movimientos de conexión en las barras asimétricas; también movimientos de conexión en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	9 de enero de 2025 - 27 de marzo de 2025	19:00 a 19:50	Cada jueves	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	06 Años	



# Gimnasia - Nivel AD Niñas

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17827	Niñas de nivel B	Niñas de nivel B (temporada de invierno)	Nivel intermedio de gimnasia. Los estudiantes deben aprobar el Nivel A para poder inscribirse en la clase. Los niños desarrollarán las habilidades que han aprendido en el Nivel A. También aprenderán ejercicios de suelo difíciles, como rondadas, saltos con la espalda, círculos con la cadera hacia atrás en barras y movimientos de conexión en las barras asimétricas; también movimientos de conexión en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	9 de enero de 2025 - 27 de marzo de 2025	17:00 a 17:50	Cada jueves	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	06 Años	
17826	Niñas de nivel B	Niñas de nivel B (temporada de invierno)	Nivel intermedio de gimnasia. Los estudiantes deben aprobar el Nivel A para poder inscribirse en la clase. Los niños desarrollarán las habilidades que han aprendido en el Nivel A. También aprenderán ejercicios de suelo difíciles, como rondadas, saltos con la espalda, círculos con la cadera hacia atrás en barras y movimientos de conexión en las barras asimétricas; también movimientos de conexión en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	9 de enero de 2025 - 27 de marzo de 2025	16:00 a 16:50 horas	Cada jueves	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	06 Años	
17825	Niñas de nivel B	Niñas de nivel B (temporada de invierno)	Nivel intermedio de gimnasia. Los estudiantes deben aprobar el Nivel A para poder inscribirse en la clase. Los niños desarrollarán las habilidades que han aprendido en el Nivel A. También aprenderán ejercicios de suelo difíciles, como rondadas, saltos con la espalda, círculos con la cadera hacia atrás en barras y movimientos de conexión en las barras asimétricas; también movimientos de conexión en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	7 de enero de 2025 - 25 de marzo de 2025	18:00 a 18:50 horas	Cada martes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$200,00; Tarifa del programa para residentes: \$160,00	06 Años	



# Gimnasia - Nivel AD Niñas

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17823	Niñas de nivel B	Niñas de nivel B (temporada de invierno)	Nivel intermedio de gimnasia. Los estudiantes deben aprobar el Nivel A para poder inscribirse en la clase. Los niños desarrollarán las habilidades que han aprendido en el Nivel A. También aprenderán ejercicios de suelo difíciles, como rondadas, saltos con la espalda, círculos con la cadera hacia atrás en barras y movimientos de conexión en las barras asimétricas; también movimientos de conexión en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	7 de enero de 2025 - 25 de marzo de 2025	17:00 a 17:50	Cada martes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$200,00; Tarifa del programa para residentes: \$160,00	06 Años	
17822	Niñas de nivel B	Niñas de nivel B (temporada de invierno)	Nivel intermedio de gimnasia. Los estudiantes deben aprobar el Nivel A para poder inscribirse en la clase. Los niños desarrollarán las habilidades que han aprendido en el Nivel A. También aprenderán ejercicios de suelo difíciles, como rondadas, saltos con la espalda, círculos con la cadera hacia atrás en barras y movimientos de conexión en las barras asimétricas; también movimientos de conexión en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	7 de enero de 2025 - 25 de marzo de 2025	16:00 a 16:50 horas	Cada martes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$200,00; Tarifa del programa para residentes: \$160,00	06 Años	
17835	Niñas de nivel C	Niñas de nivel C (temporada de invierno)	Nivel avanzado de gimnasia. Debe aprobar el nivel B para poder asistir a la clase. Se trabajarán habilidades como volteretas de extensión de espalda, volteretas hacia atrás y saltos mortales hacia atrás. También se trabajarán movimientos más difíciles en las barras asimétricas y el salto. La conexión de movimientos y su incorporación a una secuencia de una rutina corta formará parte de la clase. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	9 de enero de 2025 - 27 de marzo de 2025	17:00 a 17:50	Cada jueves	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	06 Años	



# Gimnasia - Nivel AD Niñas

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17834	Niñas de nivel C	Niñas de nivel C (temporada de invierno)	Nivel avanzado de gimnasia. Debe aprobar el nivel B para poder asistir a la clase. Se trabajarán habilidades como volteretas de extensión de espalda, volteretas hacia atrás y saltos mortales hacia atrás. También se trabajarán movimientos más difíciles en las barras asimétricas y el salto. La conexión de movimientos y su incorporación a una secuencia de una rutina corta formará parte de la clase. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	7 de enero de 2025 - 25 de marzo de 2025	18:00 a 18:50 horas	Cada martes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$200,00; Tarifa del programa para residentes: \$160,00	06 Años	
17836	Niñas de nivel C	Niñas de nivel C (temporada de invierno)	Nivel avanzado de gimnasia. Debe aprobar el nivel B para poder asistir a la clase. Se trabajarán habilidades como volteretas de extensión de espalda, volteretas hacia atrás y saltos mortales hacia atrás. También se trabajarán movimientos más difíciles en las barras asimétricas y el salto. La conexión de movimientos y su incorporación a una secuencia de una rutina corta formará parte de la clase. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	11 de enero de 2025 - 29 de marzo de 2025	14:00 a 14:50	Cada sábado	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	06 Años	
17843	Niñas de nivel D	Niñas de nivel D (temporada de invierno)	Nivel avanzado de gimnasia. Debes aprobar nuestra clase de Nivel C para poder participar en esta clase. Nuestra clase recreativa más avanzada, en la que se trabajarán habilidades como volteretas hacia atrás y rondadas en el suelo. Se utilizará el acondicionamiento para desarrollar la fuerza y las formas de los gimnastas para habilidades como kips, lances y círculos frontales con la cadera. Se trabajarán habilidades más difíciles en la viga de equilibrio, como paradas de manos y volteretas. Debes tener la aprobación de los instructores para pasar a esta clase. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no	11 de enero de 2025 - 29 de marzo de 2025	15:00 a 16:20 horas	Cada sábado	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$360,00; Tarifa del programa para residentes: \$288,00	07 años	



# Gimnasia - Nivel AD Niñas

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17842	Niñas de nivel D	Niñas de nivel D (temporada de invierno)	Nivel avanzado de gimnasia. Debes aprobar nuestra clase de Nivel C para poder participar en esta clase. Nuestra clase recreativa más avanzada, en la que se trabajarán habilidades como volteretas hacia atrás y rondadas en el suelo. Se utilizará el acondicionamiento para desarrollar la fuerza y las formas de los gimnastas para habilidades como kips, lances y círculos frontales con la cadera. Se trabajarán habilidades más difíciles en la viga de equilibrio, como paradas de manos y volteretas. Debes tener la aprobación de los instructores para pasar a esta clase. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no	9 de enero de 2025 - 27 de marzo de 2025	18:00 a 19:20 horas	Cada jueves	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$360,00; Tarifa del programa para residentes: \$288,00	07 años	
17756	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	11 de enero de 2025 - 29 de marzo de 2025	12:00 p. m. a 12:50 p. m.	Cada sábado	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	05 años	006 Y
17755	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	11 de enero de 2025 - 29 de marzo de 2025	11:00 a. m. a 11:50 a. m.	Cada sábado	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	05 años	006 Y



# Gimnasia - Nivel AD Niñas

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17754	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	11 de enero de 2025 - 29 de marzo de 2025	09:00 a. m. a 09:50 a. m.	Cada sábado	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	05 años	006 Y
17751	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	15:00 a 15:50 horas	Cada viernes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$220,00; Tarifa del programa para residentes: \$176,00	05 años	006 Y
17750	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	14:00 a 14:50	Cada viernes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$220,00; Tarifa del programa para residentes: \$176,00	05 años	006 Y



# Gimnasia - Nivel AD Niñas

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17748	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	9 de enero de 2025 - 27 de marzo de 2025	15:00 a 15:50 horas	Cada jueves	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	05 años	006 Y
17745	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	9 de enero de 2025 - 27 de marzo de 2025	15:00 a 15:50 horas	Cada jueves	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	05 años	006 Y
17744	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	9 de enero de 2025 - 27 de marzo de 2025	14:00 a 14:50	Cada jueves	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	05 años	006 Y



# Gimnasia - Nivel AD Niñas

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17742	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	08 de enero de 2025 - 26 de marzo de 2025	16:00 a 16:50 horas	Cada miércoles	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	05 años	006 Y
17741	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	08 de enero de 2025 - 26 de marzo de 2025	15:00 a 15:50 horas	Cada miércoles	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	05 años	006 Y
17739	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	08 de enero de 2025 - 26 de marzo de 2025	15:00 a 15:50 horas	Cada miércoles	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	05 años	006 Y



# Gimnasia - Nivel AD Niñas

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde	Edad hasta
17738	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	08 de enero de 2025 - 26 de marzo de 2025	14:00 a 14:50	Cada miércoles	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	05 años	006 Y
17735	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	7 de enero de 2025 - 25 de marzo de 2025	15:00 a 15:50 horas	Cada martes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$200,00; Tarifa del programa para residentes: \$160,00	05 años	006 Y
17733	Superestrellas	Superestrellas (temporada de invierno)	Una clase independiente para niños de 5 a 6 años. Los niños seguirán mejorando las habilidades que aprendieron en NewStars y MiniStars. Aprenderán a conectar habilidades y algunos podrán realizarlas con poca o ninguna ayuda. La clase sigue trabajando en las pistas de obstáculos, pero se introducen diferentes habilidades en la pista. Los niños trabajarán en habilidades hacia adelante y hacia atrás tanto en el suelo como en las vigas de equilibrio. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asista.	7 de enero de 2025 - 25 de marzo de 2025	15:00 a 15:50 horas	Cada martes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$200,00; Tarifa del programa para residentes: \$160,00	05 años	006 Y



# Gimnasia - Nivel AC Niños

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
17621	Niños de nivel A	Niños de nivel A (temporada de invierno)	Nivel inicial de gimnasia. Abierto a alumnos con poca o ninguna experiencia en el deporte. El alumno trabajará en todos los aparatos olímpicos, los chicos trabajarán en barras paralelas, anillas, suelo y salto (estos requieren mucha fuerza por lo que los chicos pasan mucho tiempo trabajando en actividades de coordinación y fuerza). No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	11 de enero de 2025 - 29 de marzo de 2025	16:00 a 16:50 horas	Cada sábado	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	06 Años
17620	Niños de nivel A	Niños de nivel A (temporada de invierno)	Nivel inicial de gimnasia. Abierto a alumnos con poca o ninguna experiencia en el deporte. El alumno trabajará en todos los aparatos olímpicos, los chicos trabajarán en barras paralelas, anillas, suelo y salto (estos requieren mucha fuerza por lo que los chicos pasan mucho tiempo trabajando en actividades de coordinación y fuerza). No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	11 de enero de 2025 - 29 de marzo de 2025	14:00 a 14:50	Cada sábado	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	06 Años
17618	Niños de nivel A	Niños de nivel A (temporada de invierno)	Nivel inicial de gimnasia. Abierto a alumnos con poca o ninguna experiencia en el deporte. El alumno trabajará en todos los aparatos olímpicos, los chicos trabajarán en barras paralelas, anillas, suelo y salto (estos requieren mucha fuerza por lo que los chicos pasan mucho tiempo trabajando en actividades de coordinación y fuerza). No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	11 de enero de 2025 - 29 de marzo de 2025	13:00 a 13:50	Cada sábado	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	06 Años



# Gimnasia - Nivel AC Niños

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
17617	Niños de nivel A	Niños de nivel A (temporada de invierno)	Nivel inicial de gimnasia. Abierto a alumnos con poca o ninguna experiencia en el deporte. El alumno trabajará en todos los aparatos olímpicos, los chicos trabajarán en barras paralelas, anillas, suelo y salto (estos requieren mucha fuerza por lo que los chicos pasan mucho tiempo trabajando en actividades de coordinación y fuerza). No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	17:00 a 17:50	Cada viernes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$220,00; Tarifa del programa para residentes: \$176,00	06 Años
17616	Niños de nivel A	Niños de nivel A (temporada de invierno)	Nivel inicial de gimnasia. Abierto a alumnos con poca o ninguna experiencia en el deporte. El alumno trabajará en todos los aparatos olímpicos, los chicos trabajarán en barras paralelas, anillas, suelo y salto (estos requieren mucha fuerza por lo que los chicos pasan mucho tiempo trabajando en actividades de coordinación y fuerza). No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	15:00 a 15:50 horas	Cada viernes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$220,00; Tarifa del programa para residentes: \$176,00	06 Años
17615	Niños de nivel A	Niños de nivel A (temporada de invierno)	Nivel inicial de gimnasia. Abierto a alumnos con poca o ninguna experiencia en el deporte. El alumno trabajará en todos los aparatos olímpicos, los chicos trabajarán en barras paralelas, anillas, suelo y salto (estos requieren mucha fuerza por lo que los chicos pasan mucho tiempo trabajando en actividades de coordinación y fuerza). No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	9 de enero de 2025 - 27 de marzo de 2025	18:00 a 18:50 horas	Cada jueves	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	06 Años



# Gimnasia - Nivel AC Niños

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
17614	Niños de nivel A	Niños de nivel A (temporada de invierno)	Nivel inicial de gimnasia. Abierto a alumnos con poca o ninguna experiencia en el deporte. El alumno trabajará en todos los aparatos olímpicos, los chicos trabajarán en barras paralelas, anillas, suelo y salto (estos requieren mucha fuerza por lo que los chicos pasan mucho tiempo trabajando en actividades de coordinación y fuerza). No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	9 de enero de 2025 - 27 de marzo de 2025	16:00 a 16:50 horas	Cada jueves	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	06 Años
17613	Niños de nivel A	Niños de nivel A (temporada de invierno)	Nivel inicial de gimnasia. Abierto a alumnos con poca o ninguna experiencia en el deporte. El alumno trabajará en todos los aparatos olímpicos, los chicos trabajarán en barras paralelas, anillas, suelo y salto (estos requieren mucha fuerza por lo que los chicos pasan mucho tiempo trabajando en actividades de coordinación y fuerza). No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	08 de enero de 2025 - 26 de marzo de 2025	16:00 a 16:50 horas	Cada miércoles	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	06 Años
17612	Niños de nivel A	Niños de nivel A (temporada de invierno)	Nivel inicial de gimnasia. Abierto a alumnos con poca o ninguna experiencia en el deporte. El alumno trabajará en todos los aparatos olímpicos, los chicos trabajarán en barras paralelas, anillas, suelo y salto (estos requieren mucha fuerza por lo que los chicos pasan mucho tiempo trabajando en actividades de coordinación y fuerza). No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	7 de enero de 2025 - 25 de marzo de 2025	18:00 a 18:50 horas	Cada martes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$200,00; Tarifa del programa para residentes: \$160,00	06 Años



# Gimnasia - Nivel AC Niños

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
17611	Niños de nivel A	Niños de nivel A (temporada de invierno)	Nivel inicial de gimnasia. Abierto a alumnos con poca o ninguna experiencia en el deporte. El alumno trabajará en todos los aparatos olímpicos, los chicos trabajarán en barras paralelas, anillas, suelo y salto (estos requieren mucha fuerza por lo que los chicos pasan mucho tiempo trabajando en actividades de coordinación y fuerza). No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	7 de enero de 2025 - 25 de marzo de 2025	16:00 a 16:50 horas	Cada martes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$200,00; Tarifa del programa para residentes: \$160,00	06 Años
17623	Niños de nivel B	Nivel B Niños (Temporada de Invierno)	Nivel intermedio de gimnasia. Los estudiantes deben aprobar el Nivel A para poder inscribirse en la clase. Los niños desarrollarán las habilidades que han aprendido en el Nivel A. Las clases de niños trabajarán más la fuerza en barras paralelas, anillas y barra individual; volteretas, rondadas, paradas de manos y diferentes tipos de volteretas; ejercicios con el caballo con arzones y el hongo; y salto. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	16:00 a 16:50 horas	Cada viernes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$220,00; Tarifa del programa para residentes: \$176,00	06 Años
17622	Niños de nivel B	Nivel B Niños (Temporada de Invierno)	Nivel intermedio de gimnasia. Los estudiantes deben aprobar el Nivel A para poder inscribirse en la clase. Los niños desarrollarán las habilidades que han aprendido en el Nivel A. Las clases de niños trabajarán más la fuerza en barras paralelas, anillas y barra individual; volteretas, rondadas, paradas de manos y diferentes tipos de volteretas; ejercicios con el caballo con arzones y el hongo; y salto. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	9 de enero de 2025 - 27 de marzo de 2025	17:00 a 17:50	Cada jueves	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$240,00; Tarifa del programa para residentes: \$192,00	06 Años



# Gimnasia - Nivel AC Niños

IDENTIFICACIÓN	Servicio	Sujeto	Descripción	Fechas	Tiempo	Días	Instructor	Ubicación	Honorarios	Edad desde
17824	Niños de nivel C	Nivel C Niños (Temporada de Invierno)	Nivel intermedio de gimnasia. Los estudiantes deben aprobar el Nivel A para poder inscribirse en la clase. Los niños desarrollarán las habilidades que han aprendido en el Nivel A. Las clases de niños trabajarán más la fuerza en barras paralelas, anillas y barra individual; volteretas, rondadas, paradas de manos y diferentes tipos de volteretas; ejercicios con el caballo con arzones y el hongo; y salto. No ofrecemos clases de recuperación ni reembolsos por clases a las que no asistas.	10 de enero de 2025 - 28 de marzo de 2025	16:00 a 16:50 horas	Cada viernes	Gymnastics Staff	Arrillaga Family Gymnastics Center	Tarifa del programa para no residentes: \$220,00; Tarifa del programa para residentes: \$176,00	06 Años