CARDIO AL RITMO DEL TAMBOR

DrumFIT Cardio es un entrenamiento rítmico de alta energía que combina ejercicios cardiovasculares con percusión para crear una experiencia de ejercicio divertida y efectiva. DrumFIT Cardio es adecuado para todas las edades y niveles de condición física, con movimientos que se pueden adaptar a la intensidad.

Miércoles, 1 de oct. al 19 de nov.
5:15—5:45 p.m.
Costo: $30.00 por persona
Salon de música en la primaria; puerta C

NATACIÓN ABIERTA

La piscina está abierta a estudiantes y al público para buceo y recreación.

Miércoles, 1 de oct. al 19 de nov.
4:00—5:00 p.m.
Costo: $1.00/sesión/persona

Educación Comunitaria de Abbotsford

OTOÑO
2025

LAS CLASES DE EDUCACIÓN COMUNITARIA SE CANCELAN SI SE CIERRA UNA ESCUELA. NO SE NOTIFICARÁ MÁS. LOS CIERRES SE ANUNCIARAN EN ESTACIONES DE RADIO Y TELEVISIÓN LOCALES Y EN SITIOS WEB.

INSTRUCCIÓN DE NATACIÓN NIVEL I – 5

Cada nivel se centra en mejorar la habilidad y el perfeccionamiento de la brazada.

Domingos, del 28 de septiembre al 16 de noviembre
4:30—5:00 p.m.
O
5:00—5:30 p.m.
Costo: $30.00 por estudiante

AEROBICS ACUÁTICOS

Los aeróbicos acuáticos son ejercicios entretenidos de bajo impacto que utilizan el agua como resistencia.

Domingos, del 28 de septiembre al 16 de noviembre
6:00—7:00 p.m.
Y/O
Miércoles, del 1 de oct. al 19 de nov.
6:00—7:00 p.m.
Costo: $30.00 por persona

NATACIÓN PARA ADULTOS

La natación para adultos es para cualquier adulto que no sepa nadar.

Domingos, del 28 de septiembre al 16 de noviembre 5:30—6:00 p.m.
Costo: $30.00 por persona

NATACIÓN PARA PADRES Y PEQUEÑOS

Disfrute de un rato de juego en el agua. Se aceptan juguetes acuáticos y flotadores.

Domingos, del 28 de sept. al 16 de noviembre 4:00–4:30 p.m.
Costo: $30.00 por padre/hijo

FORMA DE INSCRIPCIÓN

NOMBRE:_____

DIRECCIÓN: _____

_____

CELULAR: _____

CLASE:_____

PARTICIPANTE(S): _____

COSTO:_____

CLASE: _____

PARTICIPANTE(S):_____

COSTO:_____

CLASE: _____

PARTICIPANTE(S):_____

COSTO:_____

TOTAL: $_____

Haga el cheque a nombre de:

School District of Abbotsford

Enviar a: Attn: Selenia Espino
School District of Abbotsford
510 W Hemlock St
Abbotsford, WI 54405

O regrese a la Oficina del Distrito

Si tiene ideas de una clase favor de contactar Selenia - sespino@abbotsford.12.wi.us.

