



## CIUDAD DE CALEXICO

# RECREACIÓN Y ARTES CULTURALES

### GUÍA DEL PROGRAMA

02 DE SEPTIEMBRE DE 2025 - 30 DE ABRIL DE 2026

*Fechas de Recitales: 5 al 8 de mayo de 2026*



Regístrate en línea en: [calexicoca.myrec.com](http://calexicoca.myrec.com)

#### Comienzan las inscripciones:

Martes 19 de agosto a las 8:00 am - Adultos mayores  
Miércoles 20 de agosto a las 8:00 am - Público en general

2da Fecha de Inscripción (sólo para programas específicos):  
Martes 16 de diciembre de 2025 a las 8:00 am - Adultos mayores  
Miércoles 17 de diciembre de 2025 a las 8:00 am - Público en general

707 DOOL AVE (760) 768-2176 / (760) 357-5575



/CALEXICORECREACIÓN  
/CALEXICOCULTURALARTS

[WWW.CALEXICORECREATION.ORG](http://WWW.CALEXICORECREATION.ORG)

RECREACIÓN@CALEXICO.CA.GOV  
ARTES CULTURALES@CALEXICO.CA.GOV



/CALEXICORECREACIÓN  
/CALEXICOCULTURALARTS

# BIENVENIDO

¡Bienvenidos a nuestro programa de recreación invierno 2025 - primavera 2026!

Con el cambio de estaciones y el aire fresco, ¡nos emociona darte la bienvenida a una nueva temporada de diversión, ejercicio y espíritu comunitario! Ya sea que estés aquí para mantenerte activo, aprender algo nuevo o simplemente disfrutar del ambiente acogedor, nuestro programa tiene algo para todos.

Desde deportes juveniles y talleres creativos hasta clases de fitness para adultos y eventos de temporada, estamos aquí para ayudarte a aprovechar al máximo esta época especial del año.

Relajémonos, construyamos nuevas amistades y creemos recuerdos duraderos, ¡juntos!

Gracias por acompañarnos. ¡Hagamos que esta temporada sea inolvidable!

¡Que comience la aventura!

## INSTALACIONES DEL PROGRAMA



- CENTRO COMUNITARIO: 707 DOOL AVE
- RESIDENCIA DE LA TERCERA EDAD: 707 DOOL AVE.
- CARMEN DURAZO CULTURAL ARTS CENTER: 421 HEFFERNAN AVE.
- GIMNASIO DAVID TESSADA: 824 BLAIR AVE.

## LIDERAZGO DE LA CIUDAD

### Ayuntamiento

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

### Personal de la Ciudad

#### Administrador de la Ciudad:

Benjamín Martínez

#### Gerente de Recreación:

Norma Gerardo

#### Coordinador de Deportes:

Jamie Ann Chew

#### Coordinador del Programa:

Debbie Flores

#### Ayudante Administrativo:

Ariana Hernández

#### Asistente de Artes Culturales:

Eduardo Quintero



## Agradecimientos Especiales

Nos gustaría agradecer al Concejo Municipal de la Ciudad de Calexico, al Comité de la Medida H de Calexico y al Consejo de Artes de California por sus generosas contribuciones a nuestro Programa de Recreación y Artes Culturales Invierno 2025 - Primavera 2026.

# INFORMACIÓN DE REGISTRO



**Lunes a jueves de 8:00 a. m. a 6:00 p. m.  
Viernes de por medio de 8:00 a. m. a 5:00 p. m.**

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



**Inscripción a Clases:** La inscripción se realiza por orden de llegada. Se atenderá por orden de llegada. Las inscripciones se realizarán en línea; visite [calexicoca.myrec.com](http://calexicoca.myrec.com) para crear una cuenta y registrarse. No se aceptarán inscripciones durante la clase. Las clases que no alcancen el cupo mínimo serán canceladas.



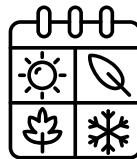
**Tarifas de Inscripción:** Las tarifas del programa se detallan a lo largo del programa. Todas las cuotas deben abonarse al momento de la inscripción. No se prorronearán las cuotas por clases o días festivos perdidos.



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



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



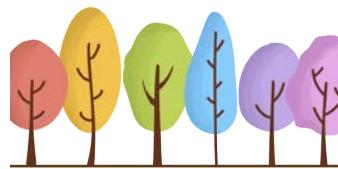
8 de septiembre de 2025  
30 de octubre de 2025  
11, 20, 24-27 de noviembre de 2025  
1-31 de diciembre de 2025  
1 y 19 de enero de 2026  
16 de febrero de 2026  
31 de marzo de 2026  
6-9 de abril de 2026



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



**Autorización Fotográfica:** El Departamento de Recreación de la Ciudad de Calexico se reserva el derecho de fotografiar y/o grabar las clases, actividades, eventos y participantes del departamento para folletos, publicaciones en los medios u otra publicidad. Al inscribirse en los programas, usted autoriza a la Ciudad de Calexico a tomar fotografías y/o videos para estos fines. Por favor, informe a la oficina si desea excluirse.



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

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

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

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

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

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

# CÓMO REGISTRARSE

**Vaya a: [calexicoca.myrec.com](http://calexicoca.myrec.com) en su navegador de internet**



Para inscribirse en clases.

Haz clic en "Iniciar sesión" e introduce tu nombre de usuario y contraseña para acceder a tu cuenta. Si no tienes una cuenta, haz clic en "Crear cuenta". Puedes añadir miembros de tu hogar a tu cuenta.

Después de iniciar sesión, haga clic en "Registrarse" y luego en "Programas". Seleccione la categoría: Jóvenes, Adultos, etc., luego seleccione el programa en el que desea inscribirse y agréguelo al carrito. Para seguir añadiendo clases, seleccione "Continuar comprando" o, si ya terminó, haga clic en "Pagar".



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

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



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



# GIMNASIO ABIERTO Y CLÍNICAS PARA JÓVENES

EL PROGRAMA SE DESARROLLARÁ DEL 2 DE SEPTIEMBRE DE 2025 AL 3 DE JUNIO DE 2026.

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

UBICACIÓN: GIMNASIO ESSADA, 824 BLAIR AVE.

LAS TARJETAS PERFORADAS DEBEN COMPRARSE EN LÍNEA O EN EL SITIO PARA PODER PARTICIPAR.  
PRECIOS DE TARJETAS PERFORADAS: \$10.00 PARA JÓVENES \$20.00 PARA ADULTOS ENTRADA: MENORES  
\$1.00 Y ADULTOS \$2.00 (AHORA NO ACEPTAMOS EFECTIVO)

TRAIGA UNA BOTELLA DE AGUA ENTRENADOR: JAMIE ANN CHEW Y PERSONAL

No hay gimnasio abierto los días:

8 de septiembre; 11, 24-27 de noviembre; 1 de diciembre; del 21 al 31 de diciembre de 2025;  
1 de enero; 19 de febrero; 16 de febrero; 31 de marzo; 6 al 9 de abril de 2026.

## GIMNASIO ABIERTO DE BALONCESTO JUVENIL

**EDADES:** 6-12 años.

**DÍAS:** Miércoles

**HORARIO:** 6:00 PM - 7:45 PM

## GIMNASIO ABIERTO DE BALONCESTO ADOLESCENTE

**EDADES:** 13-17 años.

**DÍAS:** Miércoles

**HORARIO:** 8:00 PM - 9:45 PM



## DODGEBALL

**EDADES:** 6-12 años.

**DÍAS:** Martes

**HORARIO:** 6:00 PM - 7:45 PM

## GIMNASIO DE VOLEIBOL PARA ADULTOS

**EDADES:** 18+ años. (debe haber terminado la escuela secundaria)

**DÍAS:** Martes

**HORA:** 8:00 PM - 10:00 PM

## GIMNASIO ABIERTO DE VOLEIBOL JUVENIL

**EDADES:** 9-12 años.

**DÍAS:** Lunes

**HORARIO:** 6:00 PM - 7:45 PM

## GIMNASIO ABIERTO DE VOLEIBOL ADOLESCENTE

**EDADES:** 13-17 años.

**DÍAS:** Lunes

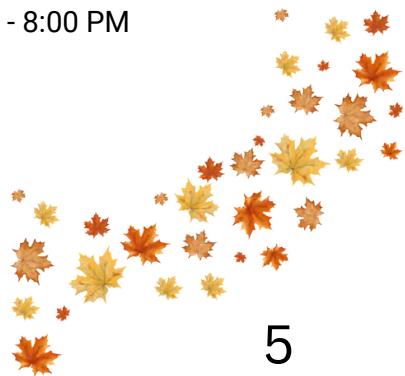
**HORARIO:** 8:00 PM - 9:45 PM

## GIMNASIO ABIERTO DE BALONCESTO PARA ADULTOS

**EDADES:** 18+ años. (debe haber terminado la escuela secundaria)

**DÍAS:** Domingos

**HORARIOS:** 6:00 PM - 8:00 PM



5



# CLÍNICAS Y LIGAS JUVENILES

## CLÍNICAS DE BALONCESTO

Niños y niñas sábados y domingos

**4-10 años:** 10:00 a. m. - 11:00 a. m.

**11-17 años:** 11:00 a. m. - 12:00 p. m.

**1.ª sesión:** 24, 25 y 31 de enero; 1 de febrero de 2026

**2.ª sesión:** 7, 8, 14 y 15 de febrero de 2026

**3.ª sesión:** 21, 22 y 28 de febrero; 1 de marzo de 2026

**4.ª sesión:** 7, 8, 14 y 15 de marzo de 2026



**TARIFA:** \$25.00 por sesión

**UBICACIÓN:** Tessada Gym, 824 Blair Ave.

**INSTRUCTOR:** Jamie Ann Chew y personal

**Fecha de inscripción:** A partir del 17 de diciembre de 2025

Los participantes deberán traer su propia botella de agua.

Los niños aprenderán los fundamentos básicos del baloncesto.

## LIGA DE VOLEIBOL JUVENIL



**GRADOS:** 3ro - 5to Grados  
6to - 8vo Grados

**CUOTA:** \$35.00 por jugador.

**DÍAS DE PRÁCTICA:** Sábados. Las prácticas comienzan:  
3 de enero - 1 de marzo de 2026

**HORARIOS DE PRÁCTICA:** 3º - 5º grado 1:00 PM - 2:30 PM  
6º - 8º grado 2:45 PM - 4:15 PM

**DÍAS DE JUEGO:** Domingos: enero - mediados de marzo de 2026

**HORARIOS DE JUEGO:** 3.º - 5.º grado: 1:00 PM - 3:00 PM  
6.º a 8.º grado: 3:00 PM - 5:00 PM

**UBICACIÓN:** Gimnasio Tessada, 824 Blair Ave.

**ENTRENADOR:** Jamie Ann Chew y voluntarios

Cada jugador recibe una camiseta numerada para los juegos. Los participantes deben traer una botella de agua.

## LIGA DE BALONCESTO JUVENIL

**GRADOS:** 4º - 6º grado  
7º - 8º grado

**CUOTA:** \$35.00 por jugador.

**DÍAS DE PRÁCTICA:** Sábado. Las prácticas comienzan:  
14 de marzo - 17 de mayo de 2026

**HORARIOS DE PRÁCTICA:** 4º - 6º grado 1:00 PM - 2:30 PM  
7.º - 8.º grado 2:45 PM - 4:15 PM

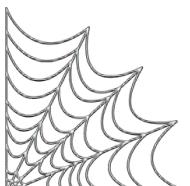
**DÍAS DE JUEGO:** Domingos: mediados de marzo - mayo de 2026

**HORARIOS DE JUEGO:** 4.º - 6.º grado: 1:00 PM - 3:00 PM  
7.º - 8.º grado: 3:00 PM - 5:00 PM

**UBICACIÓN:** Gimnasio Tessada, 824 Blair Ave.

**Fecha de inscripción:** A partir del 17 de diciembre de 2025

**Entrenador:** Jamie Ann Chew y voluntarios Cada jugador recibe una camiseta numerada para los juegos.  
Los participantes deberán traer una botella de agua.



# PROGRAMAS INCLUSIVOS

En el Departamento de Recreación de Calexico, creemos en el poder de la programación inclusiva.

Nuestro objetivo es crear un espacio seguro y acogedor donde personas con diferentes capacidades puedan reunirse, participar y mantenerse activas. Estas actividades están abiertas exclusivamente a personas con necesidades especiales.



## ARTES INCLUSIVAS

**EDADES:** 12 + años.

**DÍAS:** Martes

2, 16 y 30 de septiembre; 14 y 28 de octubre de 2025; 6 y 20 de enero; 3 y 17 de febrero; 3 y 17 de marzo; 14 y 28 de abril de 2026

**HORARIO:** 12 años - 17 años 3:00 PM - 3:50 PM

Adultos mayores de 18 años, de 13:00 a 13:50

**TARIFA:** \$25.00 tarifa de inscripción

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

**INSTRUCTOR:** Eduardo Quintero

Nota: Se proporcionarán materiales de arte.

Esta clase ayudará a desarrollar habilidades artísticas para promover las personas.

## CLÍNICAS DE BALONCESTO INCLUSIVO

Niños y niñas

**EDADES:** 7-17 años.

**DÍAS:** Jueves

**HORARIO:** 6:15 PM - 7:15 PM

Sesión I: 4, 11, 18 y 25 de septiembre de 2025

Sesión II: 2, 9, 16 y 23 de octubre de 2025

**DÍAS:** Sábados y Domingos

**HORARIO:** 9:00 AM - 10:00 AM

Sesión III: 24, 25 y 31 de enero; 1 de febrero de 2026

Sesión IV: 7, 8, 14 y 15 de febrero de 2026

Sesión V: 21, 22 y 28 de febrero; 1 de marzo de 2026

Sesión VI: 7, 8, 14 y 15 de marzo de 2026

**Para las Sesiones III, IV, V y VI Fecha de Inscripción:**

A partir del 17 de diciembre de 2025

**TARIFA:** \$25.00 por sesión

**UBICACIÓN:** Tessada Gym, 824 Blair Ave.

**INSTRUCTOR:** Jamie Ann Chew y personal

Los participantes aprenderán los fundamentos básicos del baloncesto.



## DIBUJOS INCLUSIVOS CON CHEW

**EDADES:** 7-17 años.

**DÍAS:** Martes

23 de septiembre; 7 y 21 de octubre; 4, 18 de noviembre de 2025

13, 27 de enero; 10 y 24 de febrero; 10 y 24 de marzo;

21 de abril de 2026

**HORARIOS:** 4:00 PM-4:50 PM

**TARIFA:** tarifa de inscripción de \$25.00

**UBICACIÓN:** Centro Comunitario, 707 Dool Ave.

**INSTRUCTOR:** Jamie Ann Chew y personal

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



# PROGRAMAS PARA JÓVENES Y ADOLESCENTES



## FITNESS POR DIVERSIÓN

**EDADES:** 3-6 años.

**DÍAS:** Lunes y Miércoles

**HORARIO:** 4:00 PM - 4:50 PM

**Sesión I:** 3, 10, 15, 17, 22, 24 y 29 de septiembre de 2025

**Sesión II:** 6, 8, 13, 15, 20, 22, 27 y 29 de octubre de 2025

**Sesión III:** 2, 4, 9, 11, 18, 23 y 25 de febrero de 2026

**Sesión IV:** 1, 13, 15, 20, 22, 27 y 29 de abril de 2026

**TARIFA:** \$25.00 por sesión

**UBICACIÓN:** Centro Comunitario, 707 Dool Ave.

**INSTRUCTORA:** Jamie Ann Chew y personal

La clase incluirá calentamientos, estiramientos, baile y varias actividades cooperativas que fomentan el reconocimiento de colores, números y formas. Por favor, traiga una botella de agua.

## DANZA POLINESIA



**EDADES:** 6-17 años.

**DÍAS:** Lunes y Jueves

**HORARIO:** 5:00 PM - 5:50 PM

**TARIFA:** \$25.00 por mes

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

**INSTRUCTORA:** Laura A. Vargas

Nota: La clase será en español.

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

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

No hay clases los días: 8 de septiembre, 30 de octubre, 20, 24-27 de noviembre, 1 al 31 de diciembre de 2025; 1 de enero de 2026; 16 de febrero de 2026; 6-9 de abril de 2026



## BALLET

**Ballet I Edades:** 5-9 años. **Costo:** \$25.00 al mes  
Lunes y jueves de 4:00 PM a 4:50 PM

**Ballet II Edades:** 6-10 años. **Costo:** \$15.00 al mes  
Miércoles 6:00 PM - 6:50 PM

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

**INSTRUCTORA:** Laura A. Vargas

Nota: La clase será en español.

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

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

No hay clases los días: 8 de septiembre, 20, 24-27 de noviembre; 1-31 de diciembre de 2025; 1 de enero de 2026; 16 de febrero de 2026; 6-9 de abril de 2026

## NOCHE DE NIÑOS

**EDADES:** 5-12 años.

**DÍAS:** Viernes

**HORARIO:** 6:00 PM - 10:00 PM

**FECHAS:** 26 de septiembre, 10 de octubre, 7 de noviembre de 2025  
16 de enero; 20 de marzo de 2026

**TARIFA:** \$10.00 por noche

**UBICACIÓN:** Centro comunitario, 707 Dool Ave.

**INSTRUCTOR:** Jamie Ann Chew y personal

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

## ZUMBA PARA TODOS

**EDADES:** 7 años y más

(menores de 7 a 12 años deben estar acompañados por un adulto participante)

**DÍAS:** Lunes - Jueves

**HORARIO:** 6:00 PM - 6:50 PM

**TARIFA:** \$35.00 por mes (Adultos y personas mayores)  
\$25.00 por mes (Menores de 7 a 17 años)

**UBICACIÓN:** Centro Comunitario, 707 Dool Ave.

**INSTRUCTOR:** Erika Robledo

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

Nota: La clase será en español.

No hay clases los días: 8 de septiembre, 30 de octubre, 20, 24 y 27 de noviembre, 1 al 31 de diciembre de 2025; 1 de enero de 19; 16 de febrero; 31 de marzo; 6-9 de abril de 2026

# PROGRAMAS PARA JÓVENES, ADOLESCENTES Y ADULTOS



## KARATE KOFUJA-DO

**EDADES:** 8-15 años.

**DÍAS:** Martes y Jueves

**Avanzado:** 5:00 PM - 5:50 PM

**Principiantes:** 6:00 PM - 6:50 PM

**TARIFA:** \$ 25.00 por mes

**UBICACIÓN:** Sr. Hall, 707 Dool Ave.

**INSTRUCTOR:** Carlos Valencia

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

No hay clases los días: 30 de octubre, 11, 20, 25-27 de noviembre; 1-31 de diciembre de 2025; 1 de enero; 31 de marzo; 6 al 9 de abril de 2026.

## CHEWS FROM THE HEART

**GRADO:** 6to - 12vo Grados

**DÍAS:** Jueves

**HORARIO:** 6:00 PM - 7:30 PM

**FECHAS:** 6, 13 y 21 de nov. (viernes); 4 de dic. de 2025; 22 y 29 de enero; 5, 12, 19 de febrero de 2026; 2, 16, 23, 30 de abril; 7 de mayo de 2026

**TARIFA:** Gratis (debe solicitar unirse)

**UBICACIÓN:** Sr. Craft Room, 707 Dool Ave.

**INSTRUCTORA:** Jamie Ann Chew

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

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



## ACTUACIÓN E IMPROVISACIÓN

**EDADES:** 12+ años.

**FECHAS:** 3 de septiembre - 10 de diciembre de 2025

**DÍAS:** Miércoles

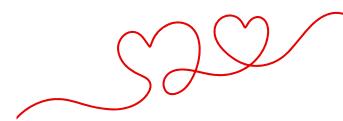
**HORA:** 5:00 PM - 5:50 PM

**TARIFA:** Tarifa de inscripción de \$5.00

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

**INSTRUCTOR:** Bill Hodge

Excelente oportunidad para adquirir la capacidad y la confianza para expresarse. Último día de clases: 19 de noviembre.



# PROGRAMAS PARA ADOLESCENTES Y ADULTOS

## TECLADO

**EDADES:** 12+ años.

**DÍAS:** Jueves

**HORARIO:** 6:00 PM - 6:50 PM o 7:00 - 7:50 PM

**TARIFA:** \$15.00 por mes adultos mayores de 18 años  
\$5.00 por mes personas mayores de 55 años

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

**INSTRUCTOR:** Jesús Hernández

Requerido para la clase: Teclado con pilas.

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

No hay clases los días: 30 de octubre, 20, 25 y 27 de noviembre, 1 al 31 de diciembre de 2025; 1 de enero; 6-9 de abril de 2026



## GUITARRA PARA PRINCIPIANTES

**EDADES:** 12 + años.

**DÍAS:** Lunes y Miércoles

**HORARIO:** 7:00 PM - 7:50 PM

**TARIFA:** \$25.00 por mes

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

**INSTRUCTOR:** Jose Eduardo Payan

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

No hay clases los días: 8 de septiembre, 24 al 27 de noviembre, 1 al 31 de diciembre de 2025; 1 de enero de 2026; 16 de febrero de 2026; 6-9 de abril de 2026



## DIBUJO ARTÍSTICO

**EDADES:** 12 + años.

**DÍAS:** Miércoles

**HORARIO:** 4:30 PM - 5:50 PM

**TARIFA:** \$15.00 por mes

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

**INSTRUCTORA:** Angélica Angulo

Nota: La clase se impartirá en español.

La clase de dibujo está diseñada para estudiantes que comienzan a amar el arte. En este ambiente creativo, pueden desarrollar y explorar la habilidad de diferentes técnicas como el dibujo a lápiz y la escala de grises de otras calidades de grafito.

No hay clases los días: 19 de enero, 16 de febrero y 6-9 de abril de 2026

## CLASE DE BAILE RITMOS LATINOS

**EDADES:** 16+ años.

**DÍAS:** Lunes y Miércoles

**HORARIO:** 6:00 PM - 6:50 PM

**TARIFA:** \$25.00 por mes

**UBICACIÓN:** Sr. Hall, 707 Dool Ave.

**INSTRUCTORA:** Elizabeth Rubio

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

No hay clases los días: 8 de septiembre, 24 al 27 de noviembre, 1 al 31 de diciembre de 2025; 1 de enero de 2026; 16 de febrero de 2026; 6-9 de abril de 2026

## CLASE DE GANCHILLO

**EDADES:** 18+ años.

**DÍAS:** Jueves

**HORARIO:** 1:00 PM - 2:20 PM Principiantes  
2:30 PM - 3:50 PM Avanzado

**TARIFA:** \$5.00 tarifa de inscripción

**UBICACIÓN:** Sr. Craft Room, 707 Dool Ave.

**INSTRUCTORA:** María Luisa Delgado

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

**Materiales necesarios:** Aguja de crochet, hilo y tijeras.

No hay clases los días: 30 de octubre, 20, 24-27 de noviembre, 1-31 de diciembre de 2025; 1 de enero; 9 de abril de 2026



# PROGRAMAS PARA ADULTOS Y PERSONAS MAYORES



## MOTIVACIÓN PERSONAL

**EDADES:** Adultos y personas mayores

**DÍAS:** Martes

**HORA:** 6:00 PM - 7:30 PM

**TARIFA:** \$5.00 tarifa de inscripción

**UBICACIÓN:** Sr. Craft Room, 707 Dool Ave.

**INSTRUCTOR:** Luis Flores

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

No hay clases los días: 11 y 25 de noviembre; 1-31 de diciembre de 2025; 31 de marzo; 7 de abril de 2026

## COSTURA PARA PRINCIPIANTES

**EDADES:** Adultos y personas mayores

**DÍAS:** Miércoles **HORA:** 6:00 PM - 8:00 PM

**SESIÓN I:** 3 de septiembre de 2025 - 14 de enero de 2026

**SESIÓN II:** 21 de enero - 29 de abril de 2026  
(elige solo una opción)



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

**INSTRUCTOR:** Maria Curiel

**UBICACIÓN:** Sala de manualidades para personas mayores, 707 Dool Ave.

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

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

Nota: Esta clase es para principiantes y será instructiva. No se permitirá que los participantes trabajen en sus propios proyectos paralelos. No se permiten visitas externas al aula. La clase se impartirá en español.

No hay clases los días: 26 de noviembre; 1-31 de diciembre de 2025; 8 de abril de 2026

## TAI CHI

**EDADES:** Adultos y personas mayores

**DÍAS:** Lunes - Jueves **HORARIO:** 7:00 AM - 7:50 AM

**FECHAS:** 2 de sep. - 19 de nov. de 2025 (Inscripción: 19/20 de ago. de 2025)  
5 de enero de 2025 - 30 de abril de 2026 (Inscripción: 16/17 de dic. de 2025)

**TARIFA:** Adultos \$35.00 por mes

Personas mayores de 55 años \$5.00 por mes

**UBICACIÓN:** Centro Comunitario, 707 Dool Ave.

**INSTRUCTOR:** Marco Calderon

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

No hay clases los días: 8 de septiembre; 30 de octubre; 20, 24-27 de noviembre; 1-31 de diciembre de 2025;  
1 de enero de 19; 16 de febrero; 31 de marzo; 6-9 de abril de 2026

## PINTURA ACRÍLICA

**EDADES:** Adultos y personas mayores

**PRINCIPIANTES:** Miércoles 10:00 AM - 11:50 AM

**INTERMEDIO:** Miércoles 12:00 PM - 1:50 PM

**TARIFA:** Adultos: \$25.00 por mes

Personas mayores de 55 años: \$5.00 por mes

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

**INSTRUCTORA:** Angélica Angulo

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

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

Nota: La clase se impartirá en español.

No hay clases los días: 26 de noviembre; 1-31 de diciembre de 2025; 8-9 de abril de 2026

## BAILE HULA

**EDADES:** Adultos y Tercera Edad

**DÍAS:** Lunes y Jueves

**HORARIO:** 1:00 PM - 1:50 PM

**TARIFA:** Adultos: \$25.00 por mes

Personas mayores de 55 años: \$5.00 por mes

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

**INSTRUCTORA:** Laura A. Vargas

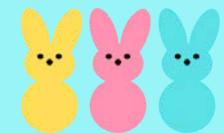
Los participantes aprenderán a coordinar sus cuerpos para bailar el hula. Esta clase mejora la coordinación de movimientos corporales y ofrece una excelente oportunidad para mantenerse saludable.

Nota: La clase se impartirá en español.

No hay clases los días: 8 de septiembre; 30 de octubre; 20, 24 y 27 de noviembre; 1 al 31 de diciembre de 2025; 1 de enero de 2026; 16 de febrero de 2026; 6-9 de abril de 2026



# PROGRAMAS PARA PERSONAS MAYORES



## DANZA FOLCLÓRICA

**EDADES:** Adultos y personas mayores

**DÍAS:** Martes y jueves

**HORA:** 10:30 AM - 11:20 AM

**TARIFA:** Adultos: \$25.00 por mes.

Personas mayores de 55 años: \$5.00 por mes.

**LOCATION:** Carmen Durazo Cultural Arts Center  
421 Avenida Heffernan

**INSTRUCTOR:** Socorro Mendiola

Conozca este hermoso baile y sus técnicas;  
Movimiento de brazos, cabeza y cintura, pisotones y giros.  
Se proporcionarán faldas de baile folclórico para la  
práctica.

Requerido para la clase: Zapatos de baile folklórico.  
Nota: La clase se impartirá en español.

No hay clases los días: 8 de septiembre; 31 de octubre;  
11, 20, 25-27 de noviembre; 1-31 de diciembre de 2025;  
1 de enero; 30 de marzo; 6-9 de abril de 2026.

## GRUPO DE DANZA FOLKLÓRICA

**EDADES:** Adultos y personas mayores

**DÍAS:** Martes y jueves

**HORA:** 11:30 AM - 12:20 PM

**CUOTA DE INSCRIPCIÓN:** Adultos: \$25.00  
55+ años: \$5.00

No hay clases los días: 8 de septiembre; 31 de octubre;  
11, 20, 25-27 de noviembre; 1-31 de diciembre de 2025;  
1 de enero; 31 de marzo; 6-9 de abril de 2026.

¿Tienes experiencia en danza folklórica?  
Hable con nuestro personal sobre cómo unirse al grupo.



## YOGA

**EDADES:** Adultos y personas mayores

**DÍAS:** Lunes y miércoles

**HORA:** Opción 1: 5:00 PM - 5:50 PM  
Opción 2: 7:00 PM - 7:50 PM

**FECHAS:** 2 de sep. - 5 de dic. de 2025 (Inscripción: 19/20 de ago. de 2025)  
5 de ene. de 2026 - 30 de abr. de 2026 (Inscripción: 16/17 de dic. de 2025)

**TARIFA:** \$25.00 por mes, por opción - Adultos 18-54 años  
\$5.00 por mes, por opción - Personas mayores de 55 años

**UBICACIÓN:** Centro Comunitario, 707 Dool Ave.

**INSTRUCTORA:** Gabriela Ramírez

Reduce la ansiedad y el estrés con yoga. Todos los niveles son  
bienvenidos. Trae tu propia esterilla de yoga.

Nota: los participantes sólo podrán registrarse para una (1) opción.

No hay clases los días: 8 de septiembre; 24 al 27 de noviembre;  
1 al 31 de diciembre de 2025; 19 de enero; 16 de febrero;  
6-9 de abril de 2026

## ZUMBA ORO

**EDADES:** Personas mayores de 55 años

**DÍAS:** Lunes - Jueves

**HORARIO:** 8:10 AM - 9:00 AM

**FECHAS:** 2 de sep. - 5 de dic. de 2025 (Inscripción: 19/20 de ago. de 2025)  
5 de ene. de 2026 - 30 de abr. de 2026 (Inscripción: 16/17 de dic. de 2025)

**TARIFA:** \$5.00 por mes

**UBICACIÓN:** Centro Comunitario, 707 Dool Ave.

**INSTRUCTOR:** Jaqueline Macias

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

No hay clases los días: 8 de septiembre; 30 de octubre;  
20, 24-27 de noviembre; 1-31 de diciembre de 2025; 1 de enero;  
16 de febrero; 31 de marzo; 6-9 de abril de 2026





# PROGRAMAS PARA PERSONAS MAYORES

## AERÓBICOS PARA PERSONAS MAYORES

**EDADES:** Personas mayores de 55 años

**DÍAS:** Lunes - Jueves

**HORARIO:** 9:10 AM - 10:00 AM

**FECHAS:** 2 de sep. - 5 de dic. de 2025 (Inscripción: 19/20 de ago. de 2025)  
5 de ene. de 2026 - 30 de abr. de 2026 (Inscripción: 16/17 de dic. de 2025)

**TARIFA:** \$5.00 al mes

**UBICACIÓN:** Centro Comunitario, 707 Dool Ave.

**INSTRUCTOR:** Leticia Lira

Los ejercicios aeróbicos fortalecen el corazón y mejoran la condición física general.

No hay clases los días: 8 de septiembre; 30 de octubre;  
11, 20, 24-27 de noviembre; 1 al 31 de diciembre de 2025;  
1 de enero de 2026; 16 de febrero; 31 de marzo; 6-9 de abril de 2026

## BINGO

**EDADES:** Personas mayores de 55 años

**DÍAS:** Martes y jueves

**HORA:** 9:00 a. m. a 10:50 a. m.

**TARIFA:** Tarifa de inscripción de \$5.00

**UBICACIÓN:** Senior Craft Room, 707 Dool Ave.

**INSTRUCTOR:** Personal de recreación y voluntarios

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

No hay clases los días: 30 de octubre; 11, 20, 25-27 de noviembre;  
1-31 de diciembre de 2025; 1 de enero; 31 de marzo;  
7 y 9 de abril de 2026



## MANUALIDADES

**EDADES:** Personas mayores de 55 años **DÍAS:** Miércoles **HORA:** 10:00 AM - 12:00 PM

**FECHAS:** 2 de sep. - 5 de dic. de 2025 (Inscripción: 19/20 de ago. de 2025)  
5 de ene. de 2026 - 30 de abr. de 2026 (Inscripción: 16/17 de dic. de 2025)

**TARIFA:** \$5.00 por mes

**UBICACIÓN:** Senior Craft Room, 707 Dool Ave.

**INSTRUCTOR:** Rosa Romero

Materiales necesarios: Agujas de plástico para lona, tijeras puntaagudas, lápices de colores, borrador, pistola de pegamento caliente, barras de pegamento y lápiz.

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

No hay clases los días: 24 al 27 de noviembre y del 1 al 31 de diciembre de 2025; 6-9 de abril de 2026

## CLUB DE GANCHILLO

**EDADES:** Personas mayores de 55 años

**DÍAS:** Jueves

**HORARIO:** 4:00 PM - 5:50 PM

**TARIFA:** Gratis

**UBICACIÓN:** Senior Craft Room, 707 Dool Ave.

Nota: Este es un club y no una clase de instrucción.

Si te gusta hacer crochet, este es tu club.

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

No hay clases los días: 30 de octubre; 20 y 27 de noviembre;  
1 al 31 de diciembre de 2025; 1 de enero y 9 de abril de 2026.



# Eventos Especiales

¡Viva México! Noche de Pintura	26 de agosto, 2025	5:00 PM - 7:00 PM	CDCAC
¡Viva México! Evento, Exhibición de Arte, Música	2 de septiembre, 2025	5:30 PM - 7:30 PM	CDCAC
Baile del Día de los Abuelos	12 de septiembre, 2025	6:00 PM - 9:00 PM	CC
Exhibición de Arte Binacional	30 de septiembre, 2025	6:00 PM - 7:00 PM	CDCAC
Mes del Cáncer de Mama, Noche de Pintura	7 de octubre, 2025	5:00 PM - 7:00 PM	CDCAC
Taller de Flores de Papel	14 de octubre, 2025	5:00 PM - 7:00 PM	CDCAC
Taller de Papel Picado	21 de octubre, 2025	5:00 PM - 7:00 PM	CDCAC
Baile de Seniors Halloween	24 de octubre, 2025	6:00 PM - 9:00 PM	CDCAC
Altar Día de los Muertos	28 de octubre, 2025	5:30 PM - 7:30 PM	CDCAC
Carnaval de Halloween	30 de octubre, 2025	4:30 PM - 6:30 PM	CC
Noche de Pintura (Otoño)	18 de noviembre, 2025	5:00 PM - 7:00 PM	CDCAC
Encendido de Abrol de Navidad	20 de noviembre 2025	TBA	CITY HALL
Noche Bohemia	21 de noviembre, 2025	6:00 PM - 9:00 PM	CC
Noche de Pintura (Invierno)	2 de diciembre, 2025	5:00 PM - 7:00 PM	CDCAC
Desfile de Navidad	13 de diciembre, 2025	10:00 AM	CALLE 2DA
Baile de Seniors Navideño	19 de diciembre, 2025	6:00 PM - 9:00 PM	CC
Mes de la Historia Afroamericana, Noche de Pintura	6 de enero, 2026	5:00 PM - 7:00 PM	CDCAC
Exhibición de Arte en Blanco y Negro	13 de enero. 2026	5:30 PM - 7:30 PM	CDCAC
Año Nuevo Chino, Noche de Pintura	27 de enero, 2026	5:00 PM - 7:00 PM	CDCAC
Noche Bohemia	30 de enero, 2026	6:00 PM - 9:00 PM	CC
Baile del Día de San Valentín	13 de febrero, 2026	6:00 PM - 9:00 PM	CC
Día Internacional de la Mujer Noche de Pintura	3 de marzo, 2026	5:00 PM - 7:00 PM	CDCAC
Baile de Papá e Hija (temática de los 80)	14 de marzo, 2026	6:00 PM - 9:00 PM	CC
Exhibición de Arte de Mujeres en las Artes	17 de marzo, 2026	5:30 PM - 7:30 PM	CDCAC
Noche Bohemia	27 de marzo, 2026	6:00 PM - 9:00 PM	Sr. Hall
Búsqueda de Huevos de Pascua	28 de marzo, 2026	9:00 AM - 11:00 AM	C. Park
Exhibición de Arte de Mentes Jóvenes Creativas	14 de abril, 2026	5:30 PM - 7:30 PM	CDCAC
Día del Niño, Noche de Pintura	28 de abril, 2026	5:00 PM - 7:00 PM	CDCAD
Baile del Día de la Madre	8 de mayo, 2026	6:00 PM - 9:00 PM	CC
Día de la Madre, Noche de Pintura	12 de mayo, 2026	5:00 PM - 7:00 PM	CDCAC
Noche Bohemia	5 de junio, 2026	6:00 PM - 9:00 PM	CC

