



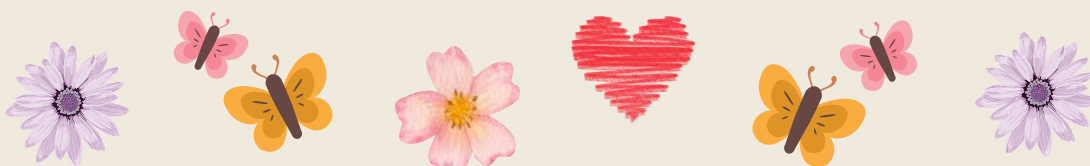
CIUDAD DE CALEXICO

RECREACIÓN Y ARTES CULTURALES

GUÍA DEL PROGRAMA

02 DE SEPTIEMBRE DE 2025 - 30 DE ABRIL DE 2026

Fechas de recitales: del 5 al 8 de mayo de 2026



Regístrese en línea en: calexicoca.myrec.com

Fechas de Inscripciones Empiezan:

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



/CALEXICORECREATION
/CALEXICOCULTURALARTS

[WWW.CALEXICORECREATION.ORG](https://www.calexicorecreation.org)

RECREATION@CALEXICO.CA.GOV
CULTURALARTS@CALEXICO.CA.GOV



/CALEXICORECREATION
/CALEXICOCULTURALARTS

BIENVENIDO

¡Bienvenidos a nuestro programa de recreación invierno 2025 - primavera 2026!
Con el cambio de las 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!

NUESTRAS INSTALACIONES



**CENTRO COMUNITARIO: 707 DOOL AVE
SR. HALL: 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:
Benjamin Martinez
Gerente de Recreación:
Norma Gerardo
Coordinadora de Deportes:
Jamie Ann Chew
Coordinadora de Programas
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.

¿CÓMO REGISTRARSE?

Dirígase a: calexicoca.myrec.com
en su navegador de internet



Para inscribirse en clases.

Haz clic en **"Register"** e introduce tu nombre de usuario y contraseña para acceder a tu cuenta. Si no tienes una cuenta, haz clic en **"Create account"**. Puedes añadir miembros de tu hogar a tu cuenta.

Después de iniciar sesión, haga clic en **"Register"** y luego en **"Programs"**. Seleccione la categoría: Youth, Adults, etc., luego seleccione el programa en el que desea inscribirse y agréguelo al carrito. Para seguir añadiendo clases, seleccione **"Continue shopping"** o, si ya terminó, haga clic en **"Checkout"**.



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.



INFORMACIÓN DE REGISTRO



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

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



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



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.

Tarifas de inscripción: Las tarifas del programa se detallan a lo largo del programa. Todas las cuotas deben pagarse al momento de la inscripción. No se prorratearán 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.

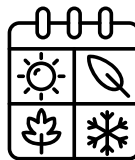


Asistencia y puntualidad a clases: La asistencia está limitada a las personas inscritas en el programa. No se ofrecerán clases de recuperación. Es fundamental ser puntual. Si un participante llega tarde a clase, deberá consultar con la oficina para determinar si puede unirse al curso, siempre y cuando la clase este haciendo calentamiento. Si una clase ya ha comenzado la parte práctica, 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.

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



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 materiales.
- 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.



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

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



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

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



GIMNASIO ABIERTO Y CLÍNICAS PARA JÓVENES

EL PROGRAMA SE DESARROLLARÁ DEL 2 DE SEPTIEMBRE DE 2025 AL 3 DE JUNIO DE 2026.
¡JUEGO LIBRE! ESTA ACTIVIDAD ESTÁ DISEÑADA PARA JUGADORES RECREATIVOS.
UBICACIÓN: GIMNASIO TESSADA, 824 BLAIR AVE.

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

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

No hay gimnasio abierto los días:
8 de septiembre; 11, 24-27 de noviembre; del 1, 22- 31 de diciembre de 2025; 1,19 de enero; 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 VOLEIBOL JUVENIL

EDADES: 9-12 años
DÍAS: Lunes
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

GIMNASIO ABIERTO DE VOLEIBOL ADOLESCENTE

EDADES: 13-17 años
DÍAS: Lunes
HORARIO: 8:00 PM - 9:45 PM



DODGEBALL

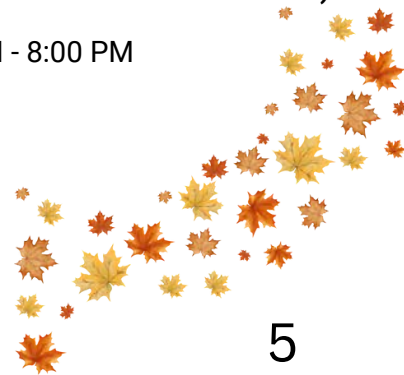
EDADES: 6-12 años
DÍAS: Martes
HORARIO: 6:00 PM - 7:45 PM

GIMNASIO ABIERTO DE BALONCESTO PARA ADULTOS

EDADES: 18+ años
(debe haber terminado la escuela secundaria)
DÍAS: Domingos
HORARIOS: 6:00 PM - 8:00 PM

GIMNASIO DE VOLEIBOL PARA ADULTOS

EDADES: 18+ años (debe haber terminado la escuela secundaria)
DÍAS: Martes
HORARIOS: 8:00 PM - 10:00 PM



5



CLÍNICAS Y LIGAS JUVENILES

CLINICAS DE BALONCESTO

Niños y niñas sábados y domingos

4-10 años: 10:00 AM - 11:00 AM

11-17 años: 11:00 AM - 12:00 PM

1.ª sesión: 10, 11, 17 y 18 de Enero de 2026

2.ª sesión: 24, 25 y 31 de Enero; 1 de Febrero de 2026

3.ª sesión: 7, 8, 14 y 15 de Febrero de 2026

4.ª sesión: 21, 22 y 28 de Febrero; 1 de Marzo de 2026

5.ª Sesión: 7, 8, 14 y 15 de Marzo de 2026

6ª Sesión: 21, 22 y 29 de Marzo (2 horas) de 2026

COSTO: \$25.00 por sesión

UBICACIÓN: Tessada Gym, 824 Blair Ave.

INSTRUCTORA: Jamie Ann Chew y personal

Fecha de inscripción: A partir del 17 de Diciembre de 2025

Los participantes deben traer su propia botella de agua.

Los niños aprenderán los fundamentos básicos del baloncesto.



LIGA DE BALONCESTO JUVENIL

GRADOS: 4º - 6º grado
7º - 8º grado

COSTO: \$35.00 por jugador.

DÍAS DE PRÁCTICA: Sábado. Las prácticas comienzan:
14 de marzo - 16 de mayo de 2026

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

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

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

UBICACIÓN: Gimnasio Tessada, 824 Blair Ave.

Fecha de inscripción: A partir del 17 de Diciembre de 2025

Entrenadora: Jamie Ann Chew y voluntarios. Cada jugador recibe una camiseta numerada para los juegos.

Los participantes deben traer una botella de agua.

LIGA DE VOLEIBOL JUVENIL

GRADOS: 3º - 5º
6º - 8º

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

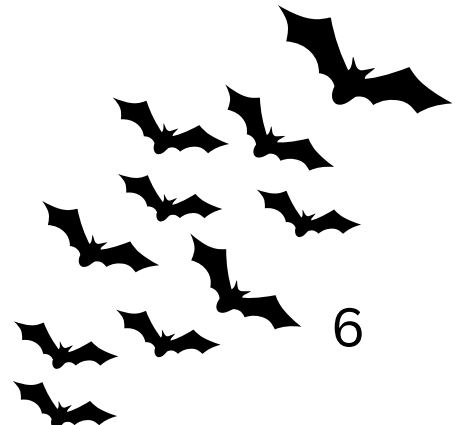
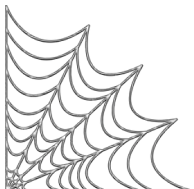
DÍAS DE JUEGO: Domingos: enero - mediados de marzo de 2026

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

UBICACIÓN: Gimnasio Tessada, 824 Blair Ave.

ENTRENADORA: Jamie Ann Chew y voluntarios

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



PROGRAMAS INCLUSIVOS

En el Departamento de Recreación de Calxico, 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, 1:00 PM - 1:50 PM

Costo de Inscripción: \$25.00

UBICACIÓN: Centro de Artes Culturales, 421 Heffernan Ave.

INSTRUCTOR: Eduardo Quintero

Nota: Se proporcionarán materiales de arte.

Esta clase ayudará a desarrollar habilidades artísticas para promover 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: 10, 11, 17 y 18 de enero de 2026

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

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

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

Para las sesiones III, IV, V y VI Fecha de inscripción:

A partir del 17 de diciembre de 2025

COSTO: \$25.00 por sesión

UBICACIÓN: Tessada Gym, 824 Blair Ave.

INSTRUCTORA: Jamie Ann Chew y personal

Los participantes aprenderán los fundamentos básicos del baloncesto.



DIBUJO INCLUSIVO 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

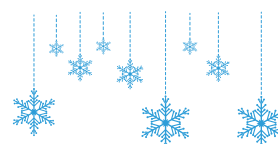
HORARIO: 4:00 PM - 4:50 PM

COSTO: costo de inscripción de \$25.00

UBICACIÓN: Centro Comunitario, 707 Dool Ave.

INSTRUCTORA: Jamie Ann Chew y personal

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



PROGRAMAS PARA JÓVENES Y ADOLESCENTES



FITNESS POR DIVERSION

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

COSTO: \$25.00 por sesión

UBICACIÓN: Centro Comunitario, 707 Dool Ave.

INSTRUCTOR: 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

COSTO: \$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

Nivel I: Edades: 5-9 años.

Costo: \$25.00 al mes

Horario: Lunes y jueves de 4:00 PM - 4:50 PM

Nivel II: Edades: 6-10 años.

Costo: \$15.00 al mes

Horario: Miércoles 6:00 PM. - 6:50 PM

UBICACIÓN: Centro de Artes Culturales, 421 Heffernan Ave.

INSTRUCTORA: Laura A. Vargas

Nota: La clase será en español.

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

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

No hay clases 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

COSTO: \$10.00 por noche

UBICACIÓN: Centro comunitario, 707 Dool Ave.

INSTRUCTORA: Jamie Ann Chew y personal

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

ZUMBA PARA TODOS

EDADES: 7 años y más

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

DÍAS: Lunes - Jueves

HORARIO: 6:00 PM - 6:50 PM

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

UBICACIÓN: Centro Comunitario, 707 Dool Ave.

INSTRUCTORA: Erika Robledo

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

Nota: La clase será en español.

No hay clases 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

COSTO: \$ 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 al 31 de diciembre de 2025; 1 de enero; 31 de marzo; 6 al 9 de abril de 2026.



VIOLIN PARA PRINCIPIANTES

EDADES: 10+ años.
DÍAS: Martes y Jueves
HORARIO: 7:00 PM - 7:50 PM

FECHAS: 2 de septiembre - 19 de noviembre de 2025

COSTO: \$25.00 por mes
UBICACIÓN: Sr. Hall, 707 Dool Ave.
INSTRUCTORA: Rosalynn Mananghac

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

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

DEPÓSITO DE INSTRUMENTOS: \$60.00
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, 6-9 de abril de 2026

CHEWS FROM THE HEART

GRADO: 6º - 12º
DÍAS: Jueves
HORARIO: 6:00 PM - 7:30 PM

FECHAS: 6, 13 y 21 de noviembre (viernes); 4 de diciembre 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

COSTO: 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.

ACTUACION E IMPROVISACION

EDADES: 12+ años.
DÍAS: Miércoles
HORARIO: 5:00 PM - 5:50 PM

Costo de Inscripción: \$5.00
UBICACIÓN: Centro de Artes Culturales, 421 Heffernan Ave.
INSTRUCTOR: Bill Hodge

Excelente oportunidad para adquirir la capacidad y confianza para expresarse.

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



PROGRAMAS PARA ADOLESCENTES Y ADULTOS



TECLADO

EDADES: 12+ años.

DÍAS: Jueves

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

COSTO: \$15.00 por mes

\$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



GUIARRA PARA PRINCIPIANTES

EDADES: 12 + años.

DÍAS: Lunes y Miércoles

HORARIO: 7:00 PM - 7:50 PM

COSTO: \$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



KICKBOXING CARDIOVASCULAR

EDADES: 13 años y más

DÍAS: Martes y jueves

HORARIO: 7:00 PM - 7:50 PM

COSTO: \$25.00 por mes

UBICACIÓN: Centro Comunitario, 707 Dool Ave.

INSTRUCTORA: Aliene Fuguemann

Un cardio de 50 minutos con final de core y estiramiento. Disfruta de una clase de kickboxing cardio de alta intensidad que te garantiza superar todos los niveles de condición física. Cupo limitado.

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



CLASE DE CROCHET

EDADES: 18+ años.

DÍAS: Jueves

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

Costo de Inscripción: \$5.00

UBICACIÓN: Sr. Craft Room, 707 Dool Ave.

INSTRUCTORA: Maria Luisa Delgado

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

Materiales necesarios: Aguja de crochet, hilo y tijeras.

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

CLASE DE BAILE RITMOS LATINOS

EDADES: 16+ años.

DÍAS: Lunes y Miércoles

HORARIO: 6:00 PM - 6:50 PM

COSTO: \$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



PROGRAMAS PARA ADULTOS Y PERSONAS MAYORES

MOTIVACION PERSONAL

EDADES: Adultos y personas mayores

DÍAS: Martes

HORA: 6:00 PM - 7:30 PM

Costo de Inscripción: \$5.00

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 y 7 de abril de 2026

COSTURA PARA PRINCIPIANTES

EDADES: Adultos y personas mayores

DÍAS: Miércoles

HORA: 6:00 PM - 8:00 PM

SESIÓN I: 10 de septiembre de 2025 - 14 de enero de 2026

SESIÓN II: 21 de enero - 29 de abril de 2026

(elige solo una opción)

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

INSTRUCTORA: Maria Curiel

UBICACIÓN: Sr. Hall, 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.

Nota: Se necesita máquina de coser para la clase. Se proporcionará una lista de materiales. Esta clase es para principiantes y será instructiva. No se permitirá que los participantes trabajen en sus propios proyectos. 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 septiembre - 19 de noviembre de 2025 (Fecha de inscripción: 19/20 de agosto de 2025)

5 de enero de 2025 - 30 de abril de 2026 (Fecha de inscripción: 16/17 de diciembre de 2025)

COSTO: 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 integrar mente, cuerpo y espíritu. Empieza tu camino hacia una mejor salud. Cupo limitado.

No hay clases los días: 8 de septiembre; 30 de octubre, 8 de septiembre, 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

PINTURA ACRILICA

EDADES: Adultos y personas mayores

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

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

COSTO:

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! ¡Será un espacio creativo y divertido para que te desarrolles!

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

Nota: La clase se impartirá en español.

No 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

COSTO: 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 DE LA TERCERA EDAD



DANZA FOLKLORICA

EDADES: Adultos y tercera edad
DÍAS: Martes y jueves
HORA: 10:30 AM - 11:20 AM



COSTO: Adultos: \$25.00 por mes
Personas mayores de 55 años: \$5.00 por mes

UBICACIÓN: Centro Comunitario, 707 Dool Ave
INSTRUCTORA: 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: 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 FOLKLORICA

EDADES: Adultos y personas mayores
DÍAS: Martes y jueves
HORARIO: 11:30 AM - 12:20 PM

COSTO:
Adultos: \$25.00
Personas mayores de 55 años: \$5.00

No hay clases los días: 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 tercera edad
DÍAS: Lunes y miércoles

HORARIO: Opción 1: 5:00 PM - 5:50 PM
Opción 2: 7:00 PM - 7:50 PM

FECHAS: 2 de septiembre - 5 de diciembre de 2025
(Fecha de inscripción: 19/20 de agosto de 2025)

5 de enero de 2026 - 30 de abril de 2026
(Fecha de inscripción: 16/17 de diciembre de 2025)

COSTO: \$25.00 por mes, por opción - Adultos +18 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 propio tapete de yoga.
Nota: los participantes sólo pueden registrarse para una (1) opción.

No hay clases los días: 8 de septiembre; 24 al 27 de noviembre y del 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 Septiembre - 5 de Diciembre de 2025
(Fecha de inscripción: 19/20 de Agosto de 2025)

5 de Enero de 2026 - 30 de Abril de 2026
(Fecha de inscripción: 16/17 de Diciembre de 2025)

COSTO: \$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 DE LA TERCERA EDAD



AEROBICS PARA TERCERA EDAD

EDADES: Personas mayores de 55 años

DÍAS: Lunes - Jueves

HORARIO: 9:10 AM - 10:00 AM

FECHAS: 2 de Septiembre - 19 de Noviembre de 2025
(Fecha de inscripción: 19/20 de Agosto de 2025)

5 de Enero de 2026 - 30 de Abril de 2026
(Fecha de inscripción: 16/17 de Diciembre de 2025)

COSTO: \$5.00 al mes

UBICACIÓN: Centro Comunitario, 707 Dool Ave.

INSTRUCTORA: Leticia Lira

Los ejercicios aeróbicos fortalecen el corazón y mejoran el estado físico 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 19; 16 de Febrero; 31 de Marzo; 6-9 de Abril de 2026

BINGO

EDADES: Personas mayores de 55 años

DÍAS: Martes y jueves

HORARIO: 9:00 AM a 10:50 AM

COSTO: Costo 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

ARTES Y MANUALIDADES PARA TERCERA EDAD

EDADES: Personas mayores de 55 años

DÍAS: Miércoles

HORARIO: 10:00 AM - 12:00 PM

FECHAS: 2 de Septiembre - 19 de Noviembre de 2025
(Fecha de inscripción: 19/20 de Agosto de 2025)

5 de Enero de 2026 - 30 de Abril de 2026
(Fecha de inscripción: 16/17 de Diciembre de 2025)

COSTO: \$5.00 por mes

UBICACIÓN: Senior Craft Room, 707 Dool Ave.

INSTRUCTOR: Rosa Romero

Materiales necesarios: Aguja de plástico para lona, tijeras puntiagudas, lápices de colores, borrador, pistola de silicon, barras de silicon y lápiz.

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

No hay clases los días: 24 al 27 de Noviembre;
1 al 31 de Diciembre de 2025; 6-9 de Abril de 2026

CLUB DE CROCHET

EDADES: Personas mayores de 55 años

DÍAS: Jueves

HORARIO: 4:00 PM - 5:50 PM

COSTO: 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
Mes del Cáncer de Mama Noche de Pintura	30 de septiembre, 2025	5:00 PM – 7:00 PM	CDCAC
Exhibición de Arte Binacional	7 de octubre, 2025	5:30 PM – 7:30 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	5:30 PM – 7:00 PM	CDCAC
Altar Día de los Muertos	28 de octubre, 2025	6:00 PM – 9:00 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
Noche Bohemia	21 de noviembre, 2025	6:00 PM – 7:00 PM	CC
Noche de Pintura (Invierno)	2 de diciembre, 2025	5:00 PM – 7:00 PM	CDCAC
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 – 7:30 PM	Sr. Hall
Búsqueda de Huevos de Pascua	28 de marzo, 2026	9:00 AM – 11:00 AM	Crummett
Exhibición de Arte de Mentas Jóvenes Creativas	14 de abril, 2026	5:30 PM – 7:30 PM	Park
Día del Niño Noche de Pintura	28 de abril, 2026	5:00 PM – 7:00 PM	CDCAC
Baile del Día de la Madre	8 de mayo, 2026	6:00 PM – 9:00 PM	CDCAD
Día de la Madre Noche de Pintura	12 de mayo, 2026	5:00 PM – 7:00 PM	CC
Noche Bohemia	5 de junio, 2026	6:00 PM – 9:00 PM	CDCAC

