



PRESENTES:

EJERCICIO DE CORE Y GLÚTEOS PROGRAMACIÓN VIRTUAL

Quien: Abierto a todas las personas ciegas o con discapacidad visual. Se anima a las personas menores de 18 años a unirse al evento con un adulto.

Dónde: Virtual en Zoom

Cuando: Jueves 3 de diciembre de 2020 de 12:00pm to 1:00pm
Jueves 10 de diciembre de 2020 de 12:00pm to 1:00pm
Jueves 17 de diciembre de 2020 de 12:00pm to 1:00pm
Jueves 31 de diciembre de 2020 de 12:00pm to 1:00pm
Jueves 7 de enero de 2021 de 12:00pm to 1:00pm

*** Todas las horas, hora estándar del Pacífico ***

**El registro debe hacerse 2 días antes del programa virtual.
Para registrarse, por favor llame o envíe un correo electrónico**

Tara Rogowsky

360-787-7335

trogowsky@nwaba.org

<https://nwaba.org/events/>

La misión de Northwest Association for Blind Athletes es proveer oportunidades que cambien la vida a través de deportes y actividad física a personas ciegas o con discapacidad visual.