



PRESENTES:

ENTRENAMIENTO DE CUERPO COMPLETO VIRTUAL

Quien: Abierto a todas las personas ciegas o con discapacidad visual.

Qué: Este entrenamiento de cuerpo completo se centrará en golpear todos los grupos musculares principales, desarrollando la fuerza y la resistencia de todo el cuerpo.

Dónde: Virtual en Zoom

Cuando: Cada dos miércoles de junio y julio de 2021
9, 23 de junio
7, 21 de julio

Horario: 12:00 pm a 1:00 pm Hora del Pacífico

Para registrarse, llame o envíe un correo electrónico

El equipo de programas

360-448-7254 Extensión 2

ProgramsTeam@nwaba.org

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