



PRESENTES:

ENTRENAMIENTO DE CIRCUITO

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.

Qué: Este entrenamiento cambiará semanalmente. Los entrenamientos pueden incluir, sesiones de equilibrio y control, Pilates, entrenamientos de cuerpo completo, Qigong y más.

Dónde: Virtual en Zoom

Cuando: Martes de enero de 2022
4, 11, y 25 de enero

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

Para registrarse, llame o envíe un mensaje de texto correo electrónico

El equipo de programas

360-448-7254 Extensión 2

ProgramsTeam@nwaba.org

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