LA Care HEALTH PLAN | blue california Promise Health Plan

Community Resource Center

Inglewood

ZUMBA ONLINE CLASS

THURSDAYS

10 a. m. - 10:30 a. m.

6 p.m. - 6:30 p.m.

Starting August 5th, 2021

REGISTER BY CALLING OUR CENTER AT 310-330-3130

Join us for a fun *FREE* Zumba Fitness Party! This class focuses on dance movements infused with stretching, resistance, and stress release to promote overall physical and mental well-being.

WE'LL BE COVERING:

» Easy to follow dance moves

» Dance to musical rhythms from around the world

» Cardio and muscle conditioning

ZUMBA®

FOLLOW US ON

LA3579 1021

2864 W. IMPERIAL HWY.
INGLEWOOD, CA 90303

310.330.3130
activehealthyinformed.org

Community Resource Center

Inglewood

CLASE EN LÍNEA DE ZUMBA

JUEVES

De 10:00 a. m. a 10:30 a. m. y
De 6:00 p. m. a 6:30 p. m.

*** A partir del 5 de agosto de 2021**

REGÍSTRESE LLAMANDO A NUESTRO CENTRO AL 310-330-3130

¡Acompáñenos en una divertida fiesta GRATUITA de entrenamiento con zumba! Esta clase se centra en movimientos de baile enfocados en estiramiento, resistencia y liberación de estrés para promover el bienestar físico y mental general.

ABORDAREMOS:

- movimientos de baile fáciles de seguir
- baile con ritmos musicales de todo el mundo
- entrenamiento cardiovascular y muscular

ZUMBA

FOLLOW US ON

2864 W. IMPERIAL HWY.
INGLEWOOD, CA 90303

310.330.3130
activehealthyinformed.org