



El Centro de Corazón

Quality Health Care



Physical Activity Helps:

- Maintain a healthy weight
- Reduce stress
- Increase your energy levels
- Develop stronger bones, muscles, and joints
- Prevent chronic diseases

COMMIT TO BE FIT

Walk-Ins are Welcomed!

Registration is not necessary



FREE Physical Activity Classes!

Get ready for some

SUMMER fun!



Activities Include:

- Boxing Drills
- Sports Activities
- Strength & Endurance Training

Locations:

Baggett Community Center (Galena Park)

1302 Keene St., Galena Park, Texas 77547

Classes Available: Monday & Wednesday (4 p.m. - 5 p.m.)

De Zavala Community Center

907 76th St., Houston, Texas 77012

Classes Available: Monday & Wednesday (6 p.m. - 7 p.m.)

Magnolia Multi-Service Center

7037 Capitol St., Houston, Texas 77011

Classes Available: Saturday (9 a.m. - 10 a.m.)



**Starting
June 3rd**



For more information,
call (615) 306-7353 or email
tikacollins21@gmail.com

Open to children ages 6-18

Contact US

|| (713) 660 - 1880 || www.elcentrodecorazon.org ||





El Centro de Corazón

Quality Health Care



Actividades Físicas Ayudan a:

- Mantener un peso saludable
- Reducir el estrés
- Incrementa tus niveles de energía
- Desarrolla huesos, músculos y articulaciones más fuertes
- Previene enfermedades crónicas

COMMIT TO BE FIT

¡No es Necesario Registrarse!

¡Clases de
Actividad Física
GRATUITAS!

¡Prepárate para un
VERANO divertido!



**Comenzando
el 3 de Junio**

Actividades Incluidas:

- Ejercicios de boxeo
- Actividades deportivas
- Entrenamiento de fuerza y resistencia



Ubicaciones:

Centro Comunitario Baggett (Galena Park)

1302 Keene St., Galena Park, Texas 77547

Clases Disponibles: Lunes y Miércoles (4 p.m. - 5 p.m.)

Centro Comunitario De Zavala

907 76th St., Houston, Texas 77012

Clases Disponibles: Lunes y Miércoles (6 p.m. - 7 p.m.)

Magnolia Multi-Service Center

7037 Capitol St., Houston, Texas 77011

Clases Disponibles: Sábados (9 a.m. - 10 a.m.)

Para más información, llame al
(615) 306-7353 o envíe un
correo electrónico a
tikacollins21@gmail.com

Abierto para niños de 6-18 años.

Contáctenos

|| (713) 660 - 1880 || www.elcentrodecorazon.org ||

