# **Adulto Activo (62+)**

**Reunión de Geezer**

Tipo: Recreación

Ubicación: MRC Lounge en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: Llame a Servicios para huéspedes, (970) 878-3403, para obtener más información.

 Sesión de 15 semanas

Martes, 2 de septiembre - Martes, 9 de diciembre

Edades: 62 años en adelante

¡Pase por aquí para conversar, tomar un café y donas con los mejores caballeros de la ciudad!

5714 Salón MRC en el Centro Recreativo Meeker De 9 a 10:30 Martes, 2 de septiembre - Martes, 9 de diciembre Tu Gallegos, Ariel

**Social de vacaciones**

Tipo: Recreación

Ubicación: Fairfield Center

Tarifa: Cargo estándar: $10.00

Vie, 5 de diciembre de 2025

Edades: 62 años en adelante

¡Celebre la temporada con el Holiday Social! Disfrute del almuerzo, la conversación y el entretenimiento. Se recomienda la inscripción temprana.

Horario:

* 11:00 am: Apertura de puertas
* 11:30 am: Almuerzo y entretenimiento

$ 10 / persona por inscripción anticipada. Preinscríbase antes del 4 de diciembre. $ 15 / persona en la puerta.

5715 Centro de Fairfield 11:30 a 13 horas Vie, 5 de diciembre de 2025 F Ruchti, Kari Jo

# **Actividades para adultos**

**Gimnasio abierto para adultos: Voleibol (noviembre)**

Tipo: Recreación

Ubicación: Gimnasio MES

Tarifa: Gratis

 Sesión de 3 semanas

Mar, 4 de noviembre - Mar, 18 de noviembre

Edades: 18 años en adelante

¡Únase a nosotros para el voleibol de interior! Un supervisor de gimnasio estará presente y tendrá equipo disponible para su uso, pero no dirigirá ninguna actividad organizada. Se requiere un pase de golpe para cualquier gimnasio abierto, pista cubierta o gimnasio abierto para adultos. Los pases de perforación están disponibles para su compra en Servicios para huéspedes en incrementos de 10 perforaciones. Ponche de $ 1 por persona por uso. Los pases de perforación son transferibles. Al menos cuatro participantes deben estar presentes dentro de los 15 minutos posteriores al inicio del programa o se cancelará por el día.

5712 Gimnasio MES 7pm a 8:15pm Mar, 4 de noviembre - Mar, 18 de noviembre Tu Gallegos, Ariel

**Gimnasio abierto para adultos: Voleibol (diciembre)**

Tipo: Recreación

Ubicación: Gimnasio MES

Tarifa: Gratis

 Sesión de 3 semanas

Martes, 2 de diciembre - Martes, 16 de diciembre

Edades: 18 años en adelante

¡Únase a nosotros para el voleibol de interior! Un supervisor de gimnasio estará presente y tendrá equipo disponible para su uso, pero no dirigirá ninguna actividad organizada. Se requiere un pase de golpe para cualquier gimnasio abierto, pista cubierta o gimnasio abierto para adultos. Los pases de perforación están disponibles para su compra en Servicios para huéspedes en incrementos de 10 perforaciones. Ponche de $ 1 por persona por uso. Los pases de perforación son transferibles. Al menos cuatro participantes deben estar presentes dentro de los 15 minutos posteriores al inicio del programa o se cancelará por el día.

5713 Gimnasio MES 6pm a 7:15pm Martes, 2 de diciembre - Martes, 16 de diciembre Tu Gallegos, Ariel

**Baile de introducción al hip hop para adultos**

Tipo: Recreación

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $20.00. Senior, 62 años o más: $13.00

 Sesión de 5 semanas

Jue, 11 de septiembre - jue, 9 de octubre

Edades: 15 años en adelante

Ven a aprender un nuevo estilo de baile o únete a nosotros para reavivar el amor que alguna vez tuviste por el hip hop. Esta clase enseña movimientos básicos y agilidad. ¡Esta clase es muy amigable para principiantes! Se recomiendan los pies descalzos o los tenis de suela blanca.

5710 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker 6:30 p.m. a 7:30 p.m. Jue, 11 de septiembre - jue, 9 de octubre Ésimo Gallegos, Ariel

**Baile en línea para adultos**

Tipo: Recreación

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $20.00. Descuento para mayores de 62 años: $7.00

 Sesión de 5 semanas

Jue, 16 de octubre - jue, 13 de noviembre

Edades: 15 años en adelante

¡Levanta los talones y diviértete aprendiendo movimientos y rutinas básicas de baile en línea! Solo los participantes registrados pueden ingresar al estudio mientras la clase está en sesión. Por favor, use zapatos limpios en el estudio.

5711 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker 6:30 p.m. a 7:30 p.m. Jue, 16 de octubre - jue, 13 de noviembre Ésimo Ruchti, Kari Jo

**Paseo en tren panorámico de Leadville**

Tipo: Recreación

Ubicación: Ferrocarril de Leadville

Tarifa: Cargo estándar: $75.00

Vie, 12 de septiembre de 2025

Edades: 18 años en adelante

¡Disfruta de un paseo panorámico por las Montañas Rocosas mientras disfrutas de los colores del otoño! Traiga su bolsa de almuerzo y agua. Venga preparado para cualquier condición climática. Concesiones vendidas a bordo. Los boletos se comprarán el 4 de septiembre. No hay reembolsos después de esa fecha.

5709 Ferrocarril de Leadville De 6 a 17 horas Vie, 12 de septiembre de 2025 F Gallegos, Ariel

# **Natación**

**Clases de natación: Aprende a nadar 1 (LTS 1)**

Tipo: Acuáticos

Ubicación: Alberca MRC

Tarifa: Cargo estándar: $48.00

 Sesión de 4 semanas

Martes, 14 de octubre - Jueves, 6 de noviembre

Edades: Al menos 6 pero menos de 12 años 11m 5w

Estas ocho lecciones de 45 minutos se centran en desarrollar buenos hábitos de natación dentro y alrededor del agua. Los participantes desarrollarán gradualmente las habilidades fundamentales, coordinarán y refinarán los golpes y generarán confianza en sus habilidades. Las gafas son bienvenidas. Para obtener una descripción general de las habilidades requeridas, consulte nuestras descripciones de niveles de lecciones de natación. Si desea quedarse y nadar después de que termine su lección, se aplican las tarifas normales de MRC y todas las reglas de la Alberca. Pase por Servicios para huéspedes si tiene alguna pregunta.

5716 MRC Pool 4:15pm a 5pm Martes, 14 de octubre - Jueves, 6 de noviembre Tu Th

**Clases de natación: Aprende a nadar 2 (LTS 2)**

Tipo: Acuáticos

Ubicación: Alberca MRC

Tarifa: Cargo estándar: $48.00

 Sesión de 4 semanas

Martes, 14 de octubre - Jueves, 6 de noviembre

Edades: Al menos 6 pero menos de 12 años 11m 5w

Estas ocho lecciones de 45 minutos se centran en desarrollar buenos hábitos de natación dentro y alrededor del agua. Los participantes desarrollarán gradualmente las habilidades fundamentales, coordinarán y refinarán los golpes y generarán confianza en sus habilidades. Las gafas son bienvenidas. Para obtener una descripción general de las habilidades requeridas, consulte nuestras descripciones de niveles de lecciones de natación. Si desea quedarse y nadar después de que termine su lección, se aplican las tarifas normales de MRC y todas las reglas de la Alberca. Pase por Servicios para huéspedes si tiene alguna pregunta.

5717 MRC Pool 5:10pm a 5:55pm Martes, 14 de octubre - Jueves, 6 de noviembre Tu Th

**Lecciones de natación: Deportes acuáticos preescolares 1 (PSA 1)**

Tipo: Acuáticos

Ubicación: Alberca MRC

Tarifa: Cargo estándar: $44.00

 Sesión de 4 semanas

Martes, 14 de octubre - Jueves, 6 de noviembre

Edades: Al menos 3 pero menos de 5 años 11m 5w

Estas ocho lecciones de 30 minutos orientarán a los niños en edad preescolar al medio acuático, además de ayudarlos a adquirir y desarrollar habilidades acuáticas. Los instructores proporcionarán práctica guiada. ¡Las gafas son bienvenidas! Para obtener una descripción general de las habilidades requeridas, consulte nuestras descripciones de niveles de lecciones de natación. Si desea quedarse y nadar después de que termine su lección, se aplican las tarifas normales de MRC y todas las reglas de la Alberca. Pase por Servicios para huéspedes si tiene alguna pregunta.

5718 MRC Pool 4:15 p.m. a 4:45 p.m. Martes, 14 de octubre - Jueves, 6 de noviembre Tu Th

**Clases de natación: Deportes acuáticos preescolares 2 (PSA 2)**

Tipo: Acuáticos

Ubicación: Alberca MRC

Tarifa: Cargo estándar: $44.00

 Sesión de 4 semanas

Martes, 14 de octubre - Jueves, 6 de noviembre

Edades: Al menos 3 pero menos de 5 años 11m 5w

Estas ocho lecciones de 30 minutos orientarán a los niños en edad preescolar al medio acuático, además de ayudarlos a adquirir y desarrollar habilidades acuáticas. Los instructores proporcionarán práctica guiada. ¡Las gafas son bienvenidas! Para obtener una descripción general de las habilidades requeridas, consulte nuestras descripciones de niveles de lecciones de natación. Si desea quedarse y nadar después de que termine su lección, se aplican las tarifas normales de MRC y todas las reglas de la Alberca. Pase por Servicios para huéspedes si tiene alguna pregunta.

5719 MRC Pool De 16:55 a 17:25 Martes, 14 de octubre - Jueves, 6 de noviembre Tu Th

**Lecciones de natación: Deportes acuáticos preescolares 3 (PSA 3)**

Tipo: Acuáticos

Ubicación: Alberca MRC

Tarifa: Cargo estándar: $44.00

 Sesión de 4 semanas

Martes, 14 de octubre - Jueves, 6 de noviembre

Edades: Al menos 3 pero menos de 5 años 11m 5w

Estas ocho lecciones de 30 minutos orientarán a los niños en edad preescolar al medio acuático, además de ayudarlos a adquirir y desarrollar habilidades acuáticas. Los instructores proporcionarán práctica guiada. ¡Las gafas son bienvenidas! Para obtener una descripción general de las habilidades requeridas, consulte nuestras descripciones de niveles de lecciones de natación. Si desea quedarse y nadar después de que termine su lección, se aplican las tarifas normales de MRC y todas las reglas de la Alberca. Pase por Servicios para huéspedes si tiene alguna pregunta.

5720 MRC Pool 5:35 p.m. a 6:05 p.m. Martes, 14 de octubre - Jueves, 6 de noviembre Tu Th

# **Comunidad/Eventos especiales**

**Expo Anual**

Tipo: Recreación

Ubicación: Gimnasio MES

Tarifa: Cargo estándar: Llame a Servicios para huéspedes, (970) 878-3403, para obtener más información.

Lun, Diciembre 15, 2025

Edades: Cualquiera

¡Está cordialmente invitado a apoyar a los vasos, porristas y bailarines de ERBM mientras muestran las habilidades en las que han estado trabajando desde septiembre! ¡Todos son bienvenidos a asistir! Horario:6:00pm: Movimiento Creativo y Diversión Tumble6:30pm: Tumble de 1º a 2º Grado y Cheer de 1º a 2º Grado7:00pm: Tumble de 3º a 5º Grado y Cheer de 3º a 5º Grado7:30pm: Tumble de 6º a 12º Grado

5733 Gimnasio MES 6pm a 8pm Lun, Diciembre 15, 2025 M Ruchti, Kari Jo

**Curso de formación de niñeras ARC**

Tipo: Recreación

Ubicación: Sala MRC MP en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $75.00

 Sesión de 1 semana

Viernes, 14 de noviembre - sábado, 15 de noviembre

Edades: Al menos 12 pero menos de 18 años 11m 5w

Los cursos de cuidado de niños de la Cruz Roja Americana lo ayudan a brindar atención de calidad a niños de todas las edades. Capacite en temas como: - elegir actividades apropiadas para la edad - cuidado infantil básico como la alimentación con biberón - comportamiento infantil - liderazgo - profesionalismo - seguridad - iniciar un negocio de cuidado de niños Al finalizar este curso, los participantes recibirán su propia copia del Manual de capacitación de niñeras de la Cruz Roja Americana y una certificación oficial de niñera de la Cruz Roja Americana que incluye primeros auxilios pediátricos, RCP y DEA.

5722 Sala MRC MP en el Centro Recreativo Meeker De 9 a 15 horas Viernes, 14 de noviembre - sábado, 15 de noviembre F Sa Buhler, Tawnee

**Curso de primeros auxilios / RCP / DEA de ARC (agosto)**

Tipo: Recreación

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $75.00

Sáb, 30 de agosto de 2025

Edades: 12 años en adelante

El curso de Primeros Auxilios/RCP/DEA de la Cruz Roja Americana enseña a los participantes cómo reconocer y responder adecuadamente a emergencias cardíacas, respiratorias y de primeros auxilios. Este curso enseñará a los participantes el conocimiento y las habilidades necesarias para brindar atención inmediata a una persona lesionada o enferma hasta que se disponga de atención médica avanzada. Al finalizar, los participantes recibirán la Certificación de RCP para adultos y pediátricos de la Cruz Roja Americana.

5723 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker De 9 a 13 horas Sáb, 30 de agosto de 2025 Sa Buhler, Tawnee

**Curso de primeros auxilios / RCP / DEA de ARC (septiembre)**

Tipo: Recreación

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $75.00

Sáb, 20 de septiembre de 2025

Edades: 12 años en adelante

El curso de Primeros Auxilios/RCP/DEA de la Cruz Roja Americana enseña a los participantes cómo reconocer y responder adecuadamente a emergencias cardíacas, respiratorias y de primeros auxilios. Este curso enseñará a los participantes el conocimiento y las habilidades necesarias para brindar atención inmediata a una persona lesionada o enferma hasta que se disponga de atención médica avanzada. Al finalizar, los participantes recibirán la Certificación de RCP para adultos y pediátricos de la Cruz Roja Americana.

5724 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker De 9 a 13 horas Sáb, 20 de septiembre de 2025 Sa Buhler, Tawnee

**Desayuno con Santa**

Tipo: Recreación

Ubicación: Fairfield Center

Tarifa: Cargo estándar: Llame a Servicios para huéspedes, (970) 878-3403, para obtener más información.

Sáb, 6 de diciembre de 2025

Edades: Cualquiera

¡Únase a nosotros para una visita con Santa y un desayuno gratis proporcionado por el Club de Leones de Meeker! Disfruta de panqueques, huevos y salchichas mientras Santa toma fotos y escucha tus deseos navideños. Traiga productos no perecederos para donarlos a la despensa de alimentos local.

5732 Centro de Fairfield De 8 a 10 horas Sáb, 6 de diciembre de 2025 Sa Ruchti, Kari Jo

**Noche Familiar en la Alberca: Septiembre**

Tipo: Recreación

Ubicación: Alberca MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: Llame a Servicios para huéspedes, (970) 878-3403, para obtener más información.

Jue, 18 de septiembre de 2025

Edades: Cualquiera

¡Traiga a toda la familia a disfrutar de la Alberca MRC! ¡Septiembre comenzará con una fiesta Luau con juegos, inflables y sorpresas especiales! Se aplican tarifas normales de MRC: Miembros: Gratis Niños de 0 a 3 años: Gratis Niños de 4 a 12 años: $ 4 / cada unoJóvenes13-17: $ 5 / cada uno Adultos de 18 a 61 años: $ 7 / cada uno Personas mayores de 62+: $ 5 / cada una Alquiler de toallas: $ 1 / cada uno Los participantes menores de 7 años deben estar acompañados en el agua por alguien de 13+ en todo momento. Se aplican todas las demás reglas de la Alberca.

5793 Alberca MRC en el Centro Recreativo Meeker 16h a 19h Jue, 18 de septiembre de 2025 Ésimo Buhler, Tawnee

**Noche Familiar en la Alberca: Octubre**

Tipo: Recreación

Ubicación: Alberca MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: Llame a Servicios para huéspedes, (970) 878-3403, para obtener más información.

Jue, 16 de octubre de 2025

Edades: Cualquiera

¡Traiga a toda la familia a disfrutar de la Alberca MRC! ¡En octubre tendremos una fiesta de Carnaval con juegos, diversión inflable y sorpresas especiales! Se aplican tarifas normales de MRC: Miembros: Gratis Niños de 0 a 3 años: Gratis Niños de 4 a 12 años: $ 4 / cada unoJóvenes13-17: $ 5 / cada uno Adultos de 18 a 61 años: $ 7 / cada uno Personas mayores de 62+: $ 5 / cada una Alquiler de toallas: $ 1 / cada uno Los participantes menores de 7 años deben estar acompañados en el agua por alguien de 13+ en todo momento. Se aplican todas las demás reglas de la Alberca.

5794 Alberca MRC en el Centro Recreativo Meeker 16h a 19h Jue, 16 de octubre de 2025 Ésimo Buhler, Tawnee

**Noche Familiar en la Alberca: Diciembre**

Tipo: Recreación

Ubicación: Alberca MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: Llame a Servicios para huéspedes, (970) 878-3403, para obtener más información.

Jue, 11 de diciembre de 2025

Edades: Cualquiera

¡Traiga a toda la familia para disfrutar de la Alberca MRC y alegrar las oscuras noches de invierno en nuestra fiesta Glow de diciembre! ¡Disfruta de diversión inflable y sorpresas especiales! Se aplican tarifas normales de MRC: Miembros: Gratis Niños de 0 a 3 años: Gratis Niños de 4 a 12 años: $ 4 / cada unoJóvenes13-17: $ 5 / cada uno Adultos de 18 a 61 años: $ 7 / cada uno Personas mayores de 62+: $ 5 / cada una Alquiler de toallas: $ 1 / cada uno Los participantes menores de 7 años deben estar acompañados en el agua por alguien de 13+ en todo momento. Se aplican todas las demás reglas de la Alberca.

5795 Alberca MRC en el Centro Recreativo Meeker 16h a 19h Jue, 11 de diciembre de 2025 Ésimo Buhler, Tawnee

**Orientación de la sala de fitness**

Tipo: Recreación

Ubicación: Sala de fitness MRC

Tarifa: Cargo estándar: $10.00

 Sesión de 1 semana

Lunes, 1 de diciembre - Viernes, 19 de diciembre

Edades: 13 años en adelante

Una orientación de la sala de fitness cubre el equipo, el uso y la seguridad en la sala de fitness MRC. Los jóvenes de 13 a 14 años DEBEN completar una orientación en la sala de fitness para usar la sala de fitness sin la supervisión de un adulto. Se requieren zapatos cerrados.

5728 Sala de fitness MRC -- Lunes, 1 de diciembre - Viernes, 19 de diciembre Ruchti, Kari Jo

**Fiesta en la Alberca de la cosecha**

Tipo: Recreación

Ubicación: Alberca MRC

Tarifa: Gratis

Vie, 7 de noviembre de 2025

Edades: Cualquiera

¡Date un chapuzón con nosotros en la Fiesta de la Alberca de la Cosecha! Únase a nosotros para jugar voleibol o disfrute de un flotador en una variedad de inflables. Los participantes de 7 años o menos deben ser supervisados en el agua por alguien de 13 años o más en todo momento.

5721 MRC Pool De 10:15 a mediodía Vie, 7 de noviembre de 2025 F

**Día Nacional de las Tierras Públicas**

Tipo: Recreación

Ubicación: Ute Park Trailhead, 12th y Hill Street

Tarifa: Cargo estándar: Llame a Servicios para huéspedes, (970) 878-3403, para obtener más información.

Sáb, 20 de septiembre de 2025

Edades: Cualquiera

BLM lo invita a celebrar el Día Nacional de las Tierras Públicas ofreciéndose como voluntario para mejorar nuestros senderos locales. El proyecto de este año comenzará en el comienzo del sendero Ute Park (12th y Hill St.) ¡Traiga mucha agua y use protector solar! Los jóvenes menores de 13 años deben estar acompañados por un adulto. Los participantes recibirán una camiseta, bebidas y un refrigerio cortesía de BLM. Traiga una bolsa de almuerzo y agua.

5730 Comienzo del sendero Ute Park, calle 12 y Hill 8am al mediodía Sáb, 20 de septiembre de 2025 Sa Gallegos, Ariel

**Calabazas come y golosinas**

Tipo: Recreación

Ubicación: Downtown Plaza en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: Llame a Servicios para huéspedes, (970) 878-3403, para obtener más información.

Viernes, 31 de octubre de 2025

Edades: Cualquiera

¡Únase a las empresas y organizaciones locales en Downtown Plaza para celebrar Halloween con truco o trato y un desfile de disfraces! Horario:

* Truco o trato: 4:00 p.m.
* Alineación del desfile: 4:45 p.m.
* Desfile: 5:00 p.m.

Categorías del desfile de disfraces:

* 3 y menos
* 4-7 años
* 8-11 años
* 12+ años
* Familia/Grupo
* Mascota

Para participar en el Concurso de Disfraces, debes unirte al Desfile de Disfraces.

¡Dueños de negocios y organizaciones locales, únanse a nosotros para repartir golosinas a nuestra comunidad! Para reservar su espacio en el stand, llame al 970-878-7421.

5731 Plaza del centro en el centro de recreación Meeker 4pm a 5:30pm Viernes, 31 de octubre de 2025 F Ruchti, Kari Jo

# **Clases de acondicionamiento físico**

**Sesión 1: Aqua Power**

Tipo: Recreación

Ubicación: Alberca MRC

Tarifa: Cargo estándar: $ 48.00. Descuento para mayores de 62 años: $17.00

 Sesión de 6 semanas

Mar, 9 de septiembre - jue, 16 de octubre

Edades: 13 años en adelante

Únase a esta clase de agua para ayudar a mejorar su equilibrio, fuerza, resistencia y bienestar mental con ejercicios de bajo impacto. La flotabilidad del agua reduce el impacto en las articulaciones mientras desafía a su cuerpo a mantener la estabilidad, mejorando el tono cardiovascular y muscular.

5775 MRC Pool De 5:15 a 6 de la mañana Mar, 9 de septiembre - jue, 16 de octubre Tu Th Arcolesse, Kris

**Sesión 1: Aquacise**

Tipo: Recreación

Ubicación: Alberca MRC

Tarifa: Cargo estándar: $ 48.00. Descuento para mayores de 62 años: $17.00

 Sesión de 6 semanas

Mar, 9 de septiembre - jue, 16 de octubre

Edades: 13 años en adelante

Únase a esta clase de agua para ayudar a mejorar su equilibrio, fuerza, resistencia y bienestar mental con ejercicios acuáticos de bajo impacto. La flotabilidad del agua reduce el impacto en las articulaciones mientras desafía a su cuerpo a mantener la estabilidad, mejorando el tono cardiovascular y muscular.

5774 MRC Pool De 8:45 a 9:30 Mar, 9 de septiembre - jue, 16 de octubre Tu Th Arcolesse, Kris

**Sesión 1: Ajuste de barra**

Tipo: Recreación

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $ 48.00. Descuento para mayores de 62 años: $17.00

 Sesión de 6 semanas

Mar, 9 de septiembre - jue, 16 de octubre

Edades: 13 años en adelante

¡Ponte delgado, tonificado y fuerte! Esta clase enseña una combinación de ejercicios de ballet, core, estiramiento y peso corporal para fortalecer y estirar todo el cuerpo, centrándose en los brazos, los abdominales, los muslos internos y externos y los glúteos.

5777 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker De 12:10 a 12:50 Mar, 9 de septiembre - jue, 16 de octubre Tu Th Ruchti, Kari Jo

**Sesión 1: Core Yoga**

Tipo: Recreación

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $ 48.00. Descuento para mayores de 62 años: $17.00

 Sesión de 6 semanas

Lunes, 8 de septiembre - miércoles, 15 de octubre

Edades: 13 años en adelante

Esta clase de yoga se centra en la respiración, el estiramiento y el fortalecimiento del núcleo.

5772 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker De 12:10 a 12:50 Lunes, 8 de septiembre - miércoles, 15 de octubre M W DiBenedetto, Antina

**Sesión 1: Groove Dance Fitness**

Tipo: Recreación

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $ 48.00. Senior, 62 años o más: $31.00

 Sesión de 6 semanas

Lunes, 8 de septiembre - miércoles, 15 de octubre

Edades: 13 años en adelante

Esta experiencia cardiovascular te mantendrá sudando y sonriendo con una fusión de pop, hip-hop y música latina. ¡El cuidado de niños Tot Spot para niños de 6 meses a 7 años está disponible durante esta clase!

5771 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker De 9:30 a 10:15 Lunes, 8 de septiembre - miércoles, 15 de octubre M W Ruchti, Kari Jo

**Sesión 1: Poder de 3**

Tipo: Recreación

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $ 24.00. Senior, 62 años o más: $15.50

 Sesión de 6 semanas

Lun, Septiembre 8 - Lun, Octubre 13

Edades: 13 años en adelante

La clase comienza con una sección de cardio, seguida de un enfoque de alta repetición en la parte superior del cuerpo, y termina con un enfoque final en la parte inferior del cuerpo.

5773 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker 6:30pm a 7:15pm Lun, Septiembre 8 - Lun, Octubre 13 M Gallegos, Jaydyn

**Sesión 1: Levanta la barra**

Tipo: Recreación

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $ 24.00. Descuento para mayores de 62 años: $8.50

 Sesión de 6 semanas

Jue, Septiembre 11 - Jue, Octubre 16

Edades: 13 años en adelante

Este entrenamiento de bajo impacto combina movimientos de Pilates y ballet con música motivadora.

5792 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker 5:30pm a 6:15pm Jue, Septiembre 11 - Jue, Octubre 16 Ésimo Ruchti, Kari Jo

**Sesión 2: Aqua Power**

Tipo: Recreación

Ubicación: Alberca MRC

Tarifa: Cargo estándar: $ 40.00. Descuento para mayores de 62 años: $14.00

 Sesión de 5 semanas

Mar, 21 de octubre - jue, 20 de noviembre

Edades: 13 años en adelante

Únase a esta clase de agua para ayudar a mejorar su equilibrio, fuerza, resistencia y bienestar mental con ejercicios de bajo impacto. La flotabilidad del agua reduce el impacto en las articulaciones mientras desafía a su cuerpo a mantener la estabilidad, mejorando el tono cardiovascular y muscular.

5781 MRC Pool De 5:15 a 6 de la mañana Mar, 21 de octubre - jue, 20 de noviembre Tu Th Arcolesse, Kris

**Sesión 2: Aquacise**

Tipo: Recreación

Ubicación: Alberca MRC

Tarifa: Cargo estándar: $ 40.00. Descuento para mayores de 62 años: $14.00

 Sesión de 5 semanas

Mar, 21 de octubre - jue, 20 de noviembre

Edades: 13 años en adelante

Únase a esta clase de agua para ayudar a mejorar su equilibrio, fuerza, resistencia y bienestar mental con ejercicios acuáticos de bajo impacto. La flotabilidad del agua reduce el impacto en las articulaciones mientras desafía a su cuerpo a mantener la estabilidad, mejorando el tono cardiovascular y muscular.

5782 MRC Pool De 8:45 a 9:30 Mar, 21 de octubre - jue, 20 de noviembre Tu Th Arcolesse, Kris

**Sesión 2: Yoga del equilibrio**

Tipo: Recreación

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $ 40.00. Descuento para mayores de 62 años: $14.00

 Sesión de 5 semanas

Lunes, 20 de octubre - miércoles, 19 de noviembre

Edades: 13 años en adelante

Concéntrese en encontrar el equilibrio en el cuerpo y la mente a través de varias técnicas de yoga con el objetivo de mejorar la fuerza, la flexibilidad y la atención plena.

5779 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker De 12:10 a 12:50 Lunes, 20 de octubre - miércoles, 19 de noviembre M W DiBenedetto, Antina

**Sesión 2: Alta condición física**

Tipo: Recreación

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $20.00. Senior, 62 años o más: $13.00

 Sesión de 5 semanas

Lun, Octubre 20 - Lun, Noviembre 17

Edades: 13 años en adelante

Esta clase toma aeróbicos de la vieja escuela y los transforma en un entrenamiento moderno, emocionante, divertido y efectivo.

5780 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker 6:30pm a 7:15pm Lun, Octubre 20 - Lun, Noviembre 17 M Hanberg, Megan

**Sesión 2: Mat Pilates**

Tipo: Recreación

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $20.00. Descuento para mayores de 62 años: $7.00

 Sesión de 5 semanas

Jue, Octubre 23 - Jue, Noviembre 20

Edades: 13 años en adelante

Con un enfoque en los músculos centrales, los participantes se estirarán y fortalecerán de pies a cabeza mientras mejoran el equilibrio, la fuerza y la flexibilidad.

5784 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker 5:30pm a 6:15pm Jue, Octubre 23 - Jue, Noviembre 20 Ésimo Ruchti, Kari Jo

**Sesión 2: Pilates con accesorios**

Tipo: Recreación

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $ 40.00. Descuento para mayores de 62 años: $14.00

 Sesión de 5 semanas

Mar, 21 de octubre - jue, 20 de noviembre

Edades: 13 años en adelante

Aumenta la variedad, el desafío y el apoyo a tu entrenamiento de Pilates basado en esterilla. Los accesorios te ayudarán a aislar o involucrar músculos específicos y te ayudarán a lograr una mejor forma.

5783 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker De 12:10 a 12:50 Mar, 21 de octubre - jue, 20 de noviembre Tu Th Ruchti, Kari Jo

**Sesión 2: Raise the Barre**

Tipo: Recreación

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $ 40.00. Senior, 62 años o más: $26.00

 Sesión de 5 semanas

Lunes, 20 de octubre - miércoles, 19 de noviembre

Edades: 13 años en adelante

Este entrenamiento de bajo impacto combina movimientos de Pilates y ballet con música motivadora. ¡El cuidado de niños Tot Spot para niños de 6 meses a 7 años está disponible durante esta clase!

5778 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker De 9:30 a 10:15 Lunes, 20 de octubre - miércoles, 19 de noviembre M W Ruchti, Kari Jo

**Sesión 3: Músculos Aqua Power y muérdago**

Tipo: Recreación

Ubicación: Alberca MRC

Tarifa: Cargo estándar: $ 24.00. Descuento para mayores de 62 años: $8.50

 Sesión de 3 semanas

Martes, 2 de diciembre - Jueves, 18 de diciembre

Edades: 13 años en adelante

Únase a esta clase de agua para ayudar a mejorar su equilibrio, fuerza, resistencia y bienestar mental con ejercicios de bajo impacto. La flotabilidad del agua reduce el impacto en las articulaciones mientras desafía a su cuerpo a mantener la estabilidad, mejorando el tono cardiovascular y muscular.

5787 MRC Pool De 5:15 a 6 de la mañana Martes, 2 de diciembre - Jueves, 18 de diciembre Tu Th Arcolesse, Kris

**Sesión 3: Árbol de Aquacise O Fitness**

Tipo: Recreación

Ubicación: Alberca MRC

Tarifa: Cargo estándar: $ 24.00. Descuento para mayores de 62 años: $8.50

 Sesión de 3 semanas

Martes, 2 de diciembre - Jueves, 18 de diciembre

Edades: 13 años en adelante

Únase a esta clase de agua para ayudar a mejorar su equilibrio, fuerza, resistencia y bienestar mental con ejercicios acuáticos de bajo impacto. La flotabilidad del agua reduce el impacto en las articulaciones mientras desafía a su cuerpo a mantener la estabilidad, mejorando el tono cardiovascular y muscular.

5788 MRC Pool De 8:45 a 9:30 Martes, 2 de diciembre - Jueves, 18 de diciembre Tu Th Arcolesse, Kris

**Sesión 3: Trituradora de galletas navideñas**

Tipo: Recreación

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $ 12.00. Senior, 62 años o más: $7.75

 Sesión de 3 semanas

Lun, 1 de diciembre - Lun, 15 de diciembre

Edades: 13 años en adelante

Prepárate para trabajar tus músculos de cintura para abajo. Los entrenamientos centrados en la pliometría te ayudarán a fortalecer la parte inferior del cuerpo y el núcleo.

5786 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker 6:30pm a 7:15pm Lun, 1 de diciembre - Lun, 15 de diciembre M Gallegos, Jaydyn

**Sesión 3: Flex Fitness de Frosty**

Tipo: Recreación

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $ 12.00. Descuento para mayores de 62 años: $4.25

 Sesión de 3 semanas

Jue, 4 de diciembre - Jue, 18 de diciembre

Edades: 13 años en adelante

Esta clase está dedicada a fortalecer y tonificar todos los grupos musculares utilizando varios equipos.

5790 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker 5:30pm a 6:15pm Jue, 4 de diciembre - Jue, 18 de diciembre Ésimo Hanberg, Megan

**Sesión 3: Jingle Belle Barre**

Tipo: Recreación

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $ 24.00. Descuento para mayores de 62 años: $8.50

 Sesión de 3 semanas

Martes, 2 de diciembre - Jueves, 18 de diciembre

Edades: 13 años en adelante

Ponte delgado, tonificado y fuerte. Esta clase utiliza una combinación de ejercicios de ballet, core, estiramiento y peso corporal para fortalecer y estirar todo el cuerpo, centrándose en los brazos, los abdominales, los muslos internos y externos y los glúteos.

5789 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker De 12:10 a 12:50 Martes, 2 de diciembre - Jueves, 18 de diciembre Tu Th Ruchti, Kari Jo

**Sesión 3: Pilates de menta**

Tipo: Recreación

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $ 24.00. Senior, 62 años o más: $15.50

 Sesión de 3 semanas

Lunes, 1 de diciembre - Miércoles, 17 de diciembre

Edades: 13 años en adelante

Con un enfoque en los músculos centrales, los participantes se estirarán y fortalecerán de pies a cabeza mientras trabajan en el equilibrio, la fuerza y la flexibilidad. ¡El cuidado de niños Tot Spot para niños de 6 meses a 7 años está disponible durante esta clase!

5785 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker De 9:30 a 10:15 Lunes, 1 de diciembre - Miércoles, 17 de diciembre M W Ruchti, Kari Jo

# **Tot a Kinder (0-6)**

**Cuidado de niños sin cita previa en Tot Spot**

Tipo: Recreación

Ubicación: Sala MRC MP en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Gratis

 Sesión de 16 semanas

Mié, 3 de septiembre - Mié, 17 de diciembre

Edades: Al menos 6m pero menos de 7y 11m 5w

¡Cuidaremos a sus pequeños en un ambiente divertido y seguro mientras hace ejercicio en el gimnasio o en la Alberca MRC, toma una clase grupal de acondicionamiento físico o disfruta de un tiempo para usted en el salón! Costo: $ 2 por 1 hora o $ 3 por 1.5 horas. Un pase de perforación está disponible para su compra en Servicios para huéspedes en incrementos de 10 perforaciones. $ 1 por persona por ponche. Los pases de perforación son transferibles. No Tot Spot durante las vacaciones de Acción de Gracias (26 de noviembre).

5729 Sala MRC MP en el Centro Recreativo Meeker De 9 a 11 horas Mié, 3 de septiembre - Mié, 17 de diciembre M W Raley, Ashley

**Movimiento creativo**

Tipo: Recreación

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $46.00

 Sesión de 13 semanas

Lun, Septiembre 8 - Lun, Diciembre 8

Edades: Al menos 3 pero menos de 6

Esta popular clase presenta tap, jazz y ballet a jóvenes bailarines. Los participantes desarrollarán la conciencia corporal y las habilidades de escucha mientras disfrutan de una interacción positiva con sus compañeros. Requisitos: Zapatillas de ballet (rosas para niñas, negras para niños) Zapatos negros de claqué Se anima a los bailarines a usar ropa cómoda que brinde una cobertura adecuada. No hay clase el 24 de noviembre. Estas clases concluirán con la Expo Anual el 15 de diciembre.

5736 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker 16h a 17h Lun, Septiembre 8 - Lun, Diciembre 8 M Ruchti, Kari Jo

**Martes de diversión**

Tipo: Recreación

Ubicación: Gimnasio de administración

Tarifa: Cargo estándar: $46.00

 Sesión de 13 semanas

Martes, 9 de septiembre - Martes, 9 de diciembre

Edades: Al menos 3 pero menos de 6

En las volteretas, su hijo trabajará en las habilidades musculares gruesas, adquiriendo coordinación y flexibilidad mientras se divierte mucho. Se anima a las niñas a usar un leotardo / mono para una cobertura adecuada; Se alienta a los niños a usar ropa holgada y camisas que se puedan meter. No hay clase el 25 de noviembre. Transporte de cortesía desde MES al gimnasio de administración. Estas clases concluirán con la Expo Anual el 15 de diciembre.

5737 Gimnasio de administración 4pm a 4:45pm Martes, 9 de septiembre - Martes, 9 de diciembre Tu Casias, Loran

**Miércoles de diversión**

Tipo: Recreación

Ubicación: Gimnasio de administración

Tarifa: Cargo estándar: $46.00

 Sesión de 13 semanas

Mié, 10 de septiembre - Mié, 10 de diciembre

Edades: Al menos 3 pero menos de 6

En las volteretas, su hijo trabajará en las habilidades musculares gruesas, adquiriendo coordinación y flexibilidad mientras se divierte mucho. Se anima a las niñas a usar un leotardo / mono para una cobertura adecuada; Se alienta a los niños a usar ropa holgada y camisas que se puedan meter. No hay clase el 26 de noviembre. Transporte de cortesía desde MES al gimnasio de administración. Estas clases concluirán con la Expo Anual el 15 de diciembre.

5738 Gimnasio de administración 4pm a 4:45pm Mié, 10 de septiembre - Mié, 10 de diciembre W Casias, Loran

**Juegos de Tiny**

Tipo: Recreación

Ubicación: Gimnasio de administración

Tarifa: Cargo estándar: $25.00

 Sesión de 5 semanas

Jue, 11 de septiembre - jue, 9 de octubre

Edades: Al menos 2 pero menos de 3 años 11m 5w

Esta clase ofrecerá juegos estructurados para mejorar el desarrollo físico, introducir habilidades básicas y fomentar la interacción social. Esta clase incorporará actividades como fútbol, baloncesto y voleibol adaptadas a las habilidades de los niños pequeños. Se requiere la participación de los padres / cuidadores. Máximo de dos hijos por padre/cuidador. Los niños menores de seis meses pueden permanecer con sus padres/cuidadores en un portabebés. Tot Spot de cortesía está disponible para niños que no están inscritos en los programas Tiny.

5734 Gimnasio de administración De 10 a 10:45 Jue, 11 de septiembre - jue, 9 de octubre Ésimo Casias, Loran

**Dedos pequeños**

Tipo: Tot Recreation

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $25.00

 Sesión de 5 semanas

Jue, 16 de octubre - jue, 13 de noviembre

Edades: Al menos 2 pero menos de 3 años 11m 5w

¡Muévete, sacude, rockea y rueda con música nueva y familiar! Los niños desarrollarán ritmo y coordinación. Se requiere la participación de los padres / cuidadores. Máximo de dos hijos por padre/cuidador. Los niños menores de seis meses pueden permanecer con sus padres / cuidadores en un portabebés. Tot Spot de cortesía está disponible para niños que no están inscritos en los programas Tiny.

5735 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker De 10 a 10:45 Jue, 16 de octubre - jue, 13 de noviembre Ésimo Ruchti, Kari Jo

# **Jóvenes (6-17)**

**Gimnasio abierto para jóvenes**

Tipo: Recreación

Ubicación: Gimnasio MES

Tarifa: Gratis

 Sesión de 8 semanas

Viernes, 24 de octubre - Viernes, 19 de diciembre

Grados: Kindergarten - 12º grado

Juega juegos de baloncesto como knock-out, 3 contra 3 y más; ¡Las opciones son infinitas! Un supervisor de gimnasio estará presente para monitorear la seguridad, pero no dirigirá ninguna actividad organizada. No hay gimnasio abierto 28 de noviembre.Cuatro participantes deben estar presentes dentro de los 15 minutos posteriores al inicio del programa o el gimnasio abierto se cancelará por el día. Los niños menores de 8 años deben tener presente un padre o cuidador de 13 años o más. Se requiere un pase de golpe para cualquier gimnasio abierto, pista cubierta o gimnasio abierto para adultos. Los pases de perforación están disponibles para su compra en Servicios para huéspedes en incrementos de 10 perforaciones. Ponche de $ 1 por persona por uso. Los pases de perforación son transferibles.

5770 Gimnasio MES 1pm a 2:30pm Viernes, 24 de octubre - Viernes, 19 de diciembre F Gallegos, Ariel

**Sesión después de la escuela 1: Día de manualidades**

Tipo: Recreación

Ubicación: Sala MRC MP en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $20.00

 Sesión de 4 semanas

Lun, 18 de agosto - Lun, 15 de septiembre

Edades: Al menos 6 pero menos de 11 años 11 m 5 semanas

Únase a nosotros en la sala MRC MP para hacer fluir su creatividad mientras creamos diferentes proyectos cada semana. No hay clases en septiembre 1.No Sesiones durante el cierre de las escuelas.

5739 Sala MRC MP en el Centro Recreativo Meeker 16h a 17h Lun, 18 de agosto - Lun, 15 de septiembre M Casias, Loran

**Sesión después de la escuela 1: Día STEM**

Tipo: Recreación

Ubicación: Sala MRC MP en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $25.00

 Sesión de 5 semanas

Mar, 19 de agosto - Mar, 16 de septiembre

Edades: Al menos 6 pero menos de 11 años 11 m 5 semanas

Los niños trabajarán con sus manos, ejercitarán sus cerebros y se divertirán en este programa, con cada proyecto y concepto explicado semanalmente. ¡Los niños traerán proyectos a casa y le mostrarán lo que hicieron durante el programa! No hay sesiones durante el cierre de las escuelas.

5742 Sala MRC MP en el Centro Recreativo Meeker 16h a 17h Mar, 19 de agosto - Mar, 16 de septiembre Tu Gallegos, Ariel

**Sesión después de la escuela 1: Miércoles de agua**

Tipo: Recreación

Ubicación: Alberca MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $25.00

 Sesión de 5 semanas

Mié, 20 de agosto - Mié, 17 de septiembre

Edades: Al menos 6 pero menos de 11 años 11 m 5 semanas

¡Únase a nosotros en la Alberca para divertirse! Los participantes deben poder nadar de forma independiente o medir al menos 3'8 ". Todos los que no saben nadar deben usar chalecos salvavidas. No hay sesiones durante el cierre de las escuelas.

5745 Alberca MRC en el Centro Recreativo Meeker 4pm a 5:15pm Mié, 20 de agosto - Mié, 17 de septiembre W Gallegos, Ariel

**Sesión después de la escuela 2: Día de manualidades**

Tipo: Recreación

Ubicación: Sala MRC MP en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $30.00

 Sesión de 6 semanas

Lun, Septiembre 22 - Lun, Octubre 27

Edades: Al menos 6 pero menos de 11 años 11 m 5 semanas

Únase a nosotros en la sala MRC MP para hacer fluir su creatividad mientras creamos diferentes proyectos cada semana. No hay sesiones durante el cierre de las escuelas.

5740 Sala MRC MP en el Centro Recreativo Meeker 16h a 17h Lun, Septiembre 22 - Lun, Octubre 27 M Casias, Loran

**Sesión después de la escuela 2: Día STEM**

Tipo: Recreación

Ubicación: Sala MRC MP en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $30.00

 Sesión de 6 semanas

Mar, 23 de septiembre - Mar, 28 de octubre

Edades: Al menos 6 pero menos de 11 años 11 m 5 semanas

Los niños trabajarán con sus manos, ejercitarán sus cerebros y se divertirán en este programa, con cada proyecto y concepto explicado semanalmente. ¡Los niños traerán proyectos a casa y te mostrarán lo que hicieron durante el programa! No hay sesiones durante el cierre de las escuelas.

5743 Sala MRC MP en el Centro Recreativo Meeker 16h a 17h Mar, 23 de septiembre - Mar, 28 de octubre Tu Gallegos, Ariel

**Sesión después de la escuela 2: Miércoles de agua**

Tipo: Recreación

Ubicación: Alberca MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $30.00

 Sesión de 6 semanas

Mié, 24 de septiembre - Mié, 29 de octubre

Edades: Al menos 6 pero menos de 11 años 11 m 5 semanas

¡Únase a nosotros en la Alberca para divertirse! Los participantes deben poder nadar de forma independiente o medir al menos 3'8 ". Todos los que no saben nadar deben usar chalecos salvavidas. No hay sesiones durante el cierre de las escuelas.

5746 Alberca MRC en el Centro Recreativo Meeker 4pm a 5:15pm Mié, 24 de septiembre - Mié, 29 de octubre W Gallegos, Ariel

**Sesión extraescolar 3: Día de manualidades**

Tipo: Recreación

Ubicación: Sala MRC MP en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $30.00

 Sesión de 6 semanas

Lunes, 3 de noviembre - Lunes, 15 de diciembre

Edades: Al menos 6 pero menos de 11 años 11 m 5 semanas

Únase a nosotros en la sala MRC MP para hacer fluir su creatividad mientras creamos diferentes proyectos cada semana. No hay clases en noviembre 24.No Sesiones durante el cierre de las escuelas.

5741 Sala MRC MP en el Centro Recreativo Meeker 16h a 17h Lunes, 3 de noviembre - Lunes, 15 de diciembre M Casias, Loran

**Sesión extraescolar 3: Día STEM**

Tipo: Recreación

Ubicación: Sala MRC MP en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $30.00

 Sesión de 6 semanas

Mar, 4 de noviembre - Mar, 16 de diciembre

Edades: Al menos 6 pero menos de 11 años 11 m 5 semanas

Los niños trabajarán con sus manos, ejercitarán sus cerebros y se divertirán en este programa, con cada proyecto y concepto explicado semanalmente. ¡Los niños traerán proyectos a casa y te mostrarán lo que hicieron durante el programa! No hay clase el 25 de noviembre. No hay sesiones durante el cierre de las escuelas.

5744 Sala MRC MP en el Centro Recreativo Meeker 16h a 17h Mar, 4 de noviembre - Mar, 16 de diciembre Tu Gallegos, Ariel

**Sesión extraescolar 3: Miércoles de agua**

Tipo: Recreación

Ubicación: Alberca MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $30.00

 Sesión de 6 semanas

Miércoles, 5 de noviembre - Miércoles, 17 de diciembre

Edades: Al menos 6 pero menos de 11 años 11 m 5 semanas

¡Únase a nosotros en la Alberca para divertirse! Los participantes deben poder nadar de forma independiente o medir al menos 3'8 ". Todos los que no saben nadar deben usar chalecos salvavidas. No hay clases en noviembre 26.No Sesiones durante el cierre de las escuelas.

5747 Alberca MRC en el Centro Recreativo Meeker 4pm a 5:15pm Miércoles, 5 de noviembre - Miércoles, 17 de diciembre W Gallegos, Ariel

**Cowboy Cheer: 1º-2º grado**

Tipo: Recreación

Ubicación: Gimnasio de administración

Tarifa: Cargo estándar: $46.00

 Sesión de 13 semanas

Lun, Septiembre 8 - Lun, Diciembre 8

Grados: 1er Grado - 2do Grado

Esta clase es una introducción perfecta a los fundamentos de las porristas, incluidos movimientos, saltos, vítores y cánticos. Se requieren zapatos deportivos blancos adecuados. No hay clase el 24 de noviembre. Estas clases concluirán con la Expo Anual el 15 de diciembre.

5759 Gimnasio de administración 16h a 17h Lun, Septiembre 8 - Lun, Diciembre 8 M Raley, Ashley

**Cowboy Cheer: 3º-5º grado**

Tipo: Recreación

Ubicación: Gimnasio de administración

Tarifa: Cargo estándar: $46.00

 Sesión de 13 semanas

Jue, Septiembre 11 - Jue, Diciembre 11

Grados: 3er Grado - 5to Grado

Esta clase es una introducción perfecta a los fundamentos de las porristas, incluidos movimientos, saltos, vítores y cánticos. Se requieren zapatos deportivos blancos adecuados. No hay clase el 27 de noviembre. Estas clases concluirán con la Expo Anual el 15 de diciembre.

5760 Gimnasio de administración 16h a 17h Jue, Septiembre 11 - Jue, Diciembre 11 Ésimo Raley, Ashley

**Fútbol de bandera**

Tipo: Recreación

Ubicación: Campo de béisbol Paintbrush Park # 2 en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $35.00

 Sesión de 5 semanas

Lunes, 8 de septiembre - miércoles, 8 de octubre

Grados: 1er Grado - 2do Grado

El fútbol americano de bandera ofrece a los jugadores jóvenes la oportunidad de jugar fútbol americano 5 contra 5 sin contacto. Los jugadores aumentarán sus conocimientos futbolísticos con énfasis en el trabajo en equipo y la deportividad. Los jugadores deben venir preparados para jugar en todas las condiciones climáticas (excepto los rayos). ¡Se necesitan entrenadores voluntarios! Comuníquese al 970-878-3403 para obtener más información.

5748 Campo de béisbol Paintbrush Park # 2 en el Centro Recreativo Meeker 5:30 p.m. a 6:30 p.m. Lunes, 8 de septiembre - miércoles, 8 de octubre M W Casias, Loran

**Danza Jazz: 1º-2º Grado**

Tipo: Recreación

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $105.00

 Sesión de 30 semanas

Mar, 9 de septiembre de 2025 - Mar, 28 de abril de 2026

Grados: 1er Grado - 2do Grado

Esta clase ofrece una introducción divertida y atractiva a los estilos de baile de claqué y ballet. Los estudiantes aprenderán pasos y técnicas básicas en cada disciplina, desarrollando ritmo, coordinación y musicalidad. Se requieren zapatos de baile adecuados. Niñas: zapatos de claqué negros y zapatillas de ballet rosas o zapatos de jazz tostados Niños: ballet negro y zapatos de claqué No hay clases el 25 de noviembre, el 23 de diciembre, el 30 de diciembre o el 17 de marzo.Estas clases concluirán con una actuación en el Recital Anual del 2 al 3 de mayo de 2026.

5755 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker 16h a 17h Mar, 9 de septiembre de 2025 - Mar, 28 de abril de 2026 Tu Ruchti, Kari Jo

**Danza Jazz: 3º-5º Grado**

Tipo: Recreación

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $105.00

 Sesión de 30 semanas

Mié, Septiembre 10, 2025 - Mié, Abril 29, 2026

Grados: 3er Grado - 5to Grado

Esta clase ofrece una introducción divertida y atractiva a los estilos de baile de claqué y ballet. Los estudiantes aprenderán pasos y técnicas básicas en cada disciplina, desarrollando ritmo, coordinación y musicalidad. Se requieren zapatos de baile adecuados. Niñas: zapatos de claqué negros y zapatillas de ballet rosas o zapatos de jazz color canela Niños: zapatillas de ballet y claqué negras No hay clases el 26 de noviembre, el 24 de diciembre, el 31 de diciembre o el 18 de marzo.Estas clases concluirán con una actuación en el Recital Anual del 2 al 3 de mayo de 2026.

5761 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker 16h a 17h Mié, Septiembre 10, 2025 - Mié, Abril 29, 2026 W Ruchti, Kari Jo

**Danza de jazz: 6º-8º grado**

Tipo: Recreación

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $105.00

 Sesión de 30 semanas

Mié, Septiembre 10, 2025 - Mié, Abril 29, 2026

Grados: 6º Grado - 8º Grado

Esta clase ofrece una introducción divertida y atractiva a los estilos de baile de claqué y ballet. Los estudiantes aprenderán pasos y técnicas básicas en cada disciplina, desarrollando ritmo, coordinación y musicalidad. Se requieren zapatos de baile adecuados. Niñas: zapatos de claqué negros y zapatillas de ballet rosas o zapatos de jazz color canela Niños: zapatillas de ballet y claqué negras No hay clases el 26 de noviembre, el 24 de diciembre, el 31 de diciembre o el 18 de marzo.Estas clases concluirán con una actuación en el Recital Anual del 2 al 3 de mayo de 2026.

5762 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker 5:45 p.m. a 6:45 p.m. Mié, Septiembre 10, 2025 - Mié, Abril 29, 2026 W Ruchti, Kari Jo

**Danza Jazz: 9º-12º Grado**

Tipo: Recreación

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $105.00

 Sesión de 30 semanas

Mié, Septiembre 10, 2025 - Mié, Abril 29, 2026

Grados: 9º Grado - 12º Grado

Esta clase ofrece una introducción divertida y atractiva a los estilos de baile de claqué y ballet. Los estudiantes aprenderán pasos y técnicas básicas en cada disciplina, desarrollando ritmo, coordinación y musicalidad. Se requieren zapatos de baile adecuados. Niñas: zapatos de claqué negros y zapatillas de ballet rosas o zapatos de jazz color canela Niños: zapatillas de ballet y claqué negras No hay clases el 26 de noviembre, el 24 de diciembre, el 31 de diciembre o el 18 de marzo.Estas clases concluirán con una actuación en el Recital Anual del 2 al 3 de mayo de 2026.

5763 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker 7pm a 8:15pm Mié, Septiembre 10, 2025 - Mié, Abril 29, 2026 W Ruchti, Kari Jo

**Danza lírica: 6º-8º grado**

Tipo: Recreación

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $105.00

 Sesión de 30 semanas

Mar, 9 de septiembre de 2025 - Mar, 28 de abril de 2026

Grados: 6º Grado - 8º Grado

La danza lírica utiliza el movimiento para expresar emociones. Los estudiantes trabajarán tanto en el equilibrio como en la técnica. Se requieren zapatos de baile adecuados. Niñas: zapatillas de ballet rosas o zapatos de jazz color canela Niños: zapatillas de ballet o jazz negras No hay clases el 25 de noviembre, el 23 de diciembre, el 30 de diciembre o el 17 de marzo.Estas clases concluirán con una actuación en el Recital Anual del 2 al 3 de mayo de 2026.

5754 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker 5:30 p.m. a 6:30 p.m. Mar, 9 de septiembre de 2025 - Mar, 28 de abril de 2026 Tu Hanberg, Megan

**Club de Karate Meeker: Avanzado**

Tipo: Recreación

Ubicación: Gimnasio de administración

Tarifa: Cargo estándar: $77.00

 Sesión de 11 semanas

Jueves, 11 de septiembre - Viernes, 21 de noviembre

Grados: 1er Grado - 12º Grado

Se requiere la finalización del Nivel 3 / Intermedio o la aprobación previa del instructor para inscribirse en esta clase. ¡Ven a aprender karate! El karate es un sistema de artes marciales que desarrolla la mente, el cuerpo y la capacidad de defenderse. El karate mejora la disciplina, la concentración, el equilibrio, la resistencia y la confianza en uno mismo. Los estudiantes aprenderán puñetazos, patadas, bloqueos, derribos y agarre. Se alienta a los estudiantes a usar ropa cómoda que brinde una cobertura adecuada.

5767 Gimnasio de administración 6:30 p.m. a 7:30 p.m. Jueves, 11 de septiembre - Viernes, 21 de noviembre Th F Edwards, Jay

**Club de Karate Meeker: Nivel 1**

Tipo: Recreación

Ubicación: Gimnasio de administración

Tarifa: Cargo estándar: $39.00

 Sesión de 11 semanas

Martes, 9 de septiembre - Martes, 18 de noviembre

Grados: 1er Grado - 5to Grado

¡Ven a aprender karate! El karate es un sistema de artes marciales que desarrolla la mente, el cuerpo y la capacidad de defenderse. El karate mejora la disciplina, la concentración, el equilibrio, la resistencia y la confianza en uno mismo. Los estudiantes aprenderán puñetazos, patadas, bloqueos, derribos y agarre. Se alienta a los estudiantes a usar ropa cómoda que brinde una cobertura adecuada.

5764 Gimnasio de administración 17h a 18h Martes, 9 de septiembre - Martes, 18 de noviembre Tu Casias, Loran

**Club de Karate Meeker: Nivel 2**

Tipo: Recreación

Ubicación: Gimnasio de administración

Tarifa: Cargo estándar: $39.00

 Sesión de 11 semanas

Martes, 9 de septiembre - Martes, 18 de noviembre

Grados: 1er Grado - 5to Grado

Se requiere completar el Nivel 1 o la aprobación previa del instructor para inscribirse en esta clase. ¡Ven a aprender karate! El karate es un sistema de artes marciales que desarrolla la mente, el cuerpo y la capacidad de defenderse. El karate mejora la disciplina, la concentración, el equilibrio, la resistencia y la confianza en uno mismo. Los estudiantes aprenderán puñetazos, patadas, bloqueos, derribos y agarre. Se alienta a los estudiantes a usar ropa cómoda que brinde una cobertura adecuada.

5765 Gimnasio de administración 6:15pm a 7:15pm Martes, 9 de septiembre - Martes, 18 de noviembre Tu Casias, Loran

**Club de Karate Meeker: Nivel 3 / Intermedio**

Tipo: Recreación

Ubicación: Gimnasio de administración

Tarifa: Cargo estándar: $77.00

 Sesión de 11 semanas

Jueves, 11 de septiembre - Viernes, 21 de noviembre

Grados: 1er Grado - 9º Grado

Se requiere completar el Nivel 2 o la aprobación previa del instructor para inscribirse en esta clase. ¡Ven a aprender karate! El karate es un sistema de artes marciales que desarrolla la mente, el cuerpo y la capacidad de defenderse. El karate mejora la disciplina, la concentración, el equilibrio, la resistencia y la confianza en uno mismo. Los estudiantes aprenderán puñetazos, patadas, bloqueos, derribos y agarre. Se alienta a los estudiantes a usar ropa cómoda que brinde una cobertura adecuada.

5766 Gimnasio de administración 5:15 p.m. a 6:15 p.m. Jueves, 11 de septiembre - Viernes, 21 de noviembre Th F Edwards, Jay

**Liga Recreativa MYB de baloncesto juvenil de Meeker (niñas de 3º y 4º grado)**

Tipo: Recreación

Ubicación: Gimnasio MES

Tarifa: Cargo estándar: $49.00

 Sesión de 7 semanas

Lunes, 6 de octubre - miércoles, 19 de noviembre

Grados: 3er Grado - 4to Grado

La Liga Recreativa de Baloncesto Juvenil Meeker pone énfasis en los fundamentos del baloncesto en un entorno de equipo recreativo. El equipo de 3º y 4º grado jugará partidos internos. Las camisetas de juego se retirarán al comienzo de la temporada y deben devolverse al final de la temporada. Los jugadores deben proporcionar sus propios pantalones cortos de baloncesto negros para los juegos. Se proporcionará un calendario de juegos al comienzo de la temporada. ¡Se necesitan entrenadores voluntarios! Llame al 970-878-3403 para obtener más información. La reunión de entrenadores se llevará a cabo 15 minutos antes de la primera práctica.

5768 Gimnasio MES 5:45 p.m. a 6:45 p.m. Lunes, 6 de octubre - miércoles, 19 de noviembre M W Casias, Loran

**Liga Recreativa MYB de baloncesto juvenil de Meeker (niñas de 5º y 6º grado)**

Tipo: Recreación

Ubicación: Gimnasio MES

Tarifa: Cargo estándar: $74.00

 Sesión de 7 semanas

Martes, 7 de octubre - Viernes, 21 de noviembre

Grados: 5º Grado - 6º Grado

La Liga Recreativa de Baloncesto Juvenil Meeker pone énfasis en los fundamentos del baloncesto en un entorno de equipo recreativo. El equipo de 5º y 6º grado viajará. Las camisetas de juego se retirarán al comienzo de la temporada y deben devolverse al final de la temporada. Los jugadores deben proporcionar sus propios pantalones cortos de baloncesto negros para los juegos. Se proporcionará un calendario de juegos al comienzo de la temporada. ¡Se necesitan entrenadores voluntarios! Llame al 970-878-3403 para obtener más información. La reunión de entrenadores se llevará a cabo 15 minutos antes de la primera práctica.

5769 Gimnasio MES 5:45 p.m. a 6:45 p.m. Martes, 7 de octubre - Viernes, 21 de noviembre Tu Th F Casias, Loran

**Tap & Ballet: 1º-2º Grado**

Tipo: Recreación

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $105.00

 Sesión de 30 semanas

Jue, Septiembre 11, 2025 - Jue, Abril 30, 2026

Grados: 1er Grado - 2do Grado

Esta clase ofrece una introducción divertida y atractiva a los estilos de baile de claqué y ballet. Los estudiantes aprenderán pasos y técnicas básicas en cada disciplina, desarrollando ritmo, coordinación y musicalidad. Se requieren zapatos de baile adecuados. Niñas: zapatos de claqué negros y zapatillas de ballet rosas o zapatos de jazz tostados Niños: ballet negro y zapatos de claqué No hay clases el 27 de noviembre, el 25 de diciembre, el 1 de enero o el 19 de marzo.Estas clases concluirán con una actuación en el Recital Anual del 2 al 3 de mayo de 2026.

5752 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker 16h a 17h Jue, Septiembre 11, 2025 - Jue, Abril 30, 2026 Ésimo Ruchti, Kari Jo

**Tap & Ballet: 3º-5º Grado**

Tipo: Recreación

Ubicación: Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker

Tarifa: Cargo estándar: $105.00

 Sesión de 30 semanas

Lun, Septiembre 8, 2025 - Lun, Abril 27, 2026

Grados: 3er Grado - 5to Grado

Esta clase ofrece una introducción divertida y atractiva a los estilos de baile de claqué y ballet. Los estudiantes aprenderán pasos y técnicas básicas en cada disciplina, desarrollando ritmo, coordinación y musicalidad. Se requieren zapatos de baile adecuados. Niñas: zapatos de claqué negros y zapatillas de ballet rosas o zapatos de jazz tostados Niños: zapatos negros de ballet y claqué No hay clases el 24 de noviembre, el 22 de diciembre, el 29 de diciembre o el 16 de marzo.Estas clases concluirán con una actuación en el Recital Anual del 2 al 3 de mayo de 2026.

5753 Estudio MRC en el Centro Recreativo Meeker 5:15 p.m. a 6:15 p.m. Lun, Septiembre 8, 2025 - Lun, Abril 27, 2026 M Ruchti, Kari Jo

**Volteretas y acrobacias: 1º-2º grado**

Tipo: Recreación

Ubicación: Gimnasio de administración

Tarifa: Cargo estándar: $46.00

 Sesión de 13 semanas

Lun, Septiembre 8 - Lun, Diciembre 8

Grados: 1er Grado - 2do Grado

La voltereta es una forma de gimnasia que se realiza sin accesorios ni equipo, mientras que la acrobacia se centra en el equilibrio, la agilidad y la coordinación motora. Se anima a las niñas a usar un leotardo / mono; Se alienta a los niños a usar ropa holgada y camisas que se puedan meter. No hay clase el 24 de noviembre. Estas clases concluirán con la Expo Anual el 15 de diciembre.

5749 Gimnasio de administración 5:15 p.m. a 6:15 p.m. Lun, Septiembre 8 - Lun, Diciembre 8 M DiBenedetto, Antina

**Volteretas y acrobacias: 3º-5º grado**

Tipo: Recreación

Ubicación: Gimnasio de administración

Tarifa: Cargo estándar: $46.00

 Sesión de 13 semanas

Mié, 10 de septiembre - Mié, 10 de diciembre

Grados: 3er Grado - 5to Grado

La voltereta es una forma de gimnasia que se realiza sin accesorios ni equipo, mientras que la acrobacia se centra en el equilibrio, la agilidad y la coordinación motora. Se anima a las niñas a usar un leotardo / mono; Se alienta a los niños a usar ropa holgada y camisas que se puedan meter. No hay clase el 26 de noviembre.Estas clases concluirán con la Expo Anual el 15 de diciembre.

5750 Gimnasio de administración 5:15 p.m. a 6:15 p.m. Mié, 10 de septiembre - Mié, 10 de diciembre W DiBenedetto, Antina

**Volteretas y acrobacias: 6º-12º grado**

Tipo: Recreación

Ubicación: Gimnasio de administración

Tarifa: Cargo estándar: $46.00

 Sesión de 13 semanas

Lun, Septiembre 8 - Lun, Diciembre 8

Grados: 6º Grado - 12º Grado

La voltereta es una forma de gimnasia que se realiza sin accesorios ni equipo, mientras que la acrobacia se centra en el equilibrio, la agilidad y la coordinación motora. Se anima a las niñas a usar un leotardo / mono; Se alienta a los niños a usar ropa holgada y camisas que se puedan meter. No hay clase el 24 de noviembre. Estas clases concluirán con la Expo Anual el 15 de diciembre.

5751 Gimnasio de administración 6:30 p.m. a 7:30 p.m. Lun, Septiembre 8 - Lun, Diciembre 8 M DiBenedetto, Antina