



POR LA FORMACIÓN DE NIÑOS Y JÓVENES™  
POR UNA VIDA SALUDABLE  
POR LA RESPONSABILIDAD SOCIAL

# GRACIAS Y BIENVENIDA A NUESTRA FAMILIA

## Beneficios de Membresía

En el Y, estamos aquí para ti, asegurándonos que tu, tu familia y tu comunidad tengan los recursos y el apoyo necesario para aprender y crecer. Adicionalmente, tu membresía incluye varios beneficios para ayudarte a vivir una vida saludable.

## F.I.T. 4 Me

Recibe apoyo individual **GRATIS** para ayudarte alcanzar tus metas de salud y bienestar. F.I.T. 4 Me es un programa de ejercicio designado especialmente para ti. Llama o visítanos para hacer una cita.

## Clases de Ejercicio

Con mas de **20 clases de ejercicio** por semana, encontradas una comunidad que te apoye con tus metas. Visite [jackierobinson.ymca.org](http://jackierobinson.ymca.org) para ver el horario.

## Cuidado de Niños

Seguro y divertido, nuestro cuidado de niños es para niños de 6 semanas a 12 años y es **GRATIS** con tu membresía familiar.

## Directora de Membresía

Hola, soy Jasmine Monterroso, tu Directora de Membresía. Me da mucho gusto darte la bienvenida a nuestra familia y estoy aquí para ayudarte y contestar tus preguntas sobre tu membresía. Me puedes contactar por email [jmonterroso@ymca.org](mailto:jmonterroso@ymca.org) o 619.264.0144.

## Nuestra Misión

El YMCA del condado de San Diego esta dedicado a mejorar la calidad de la vida humana y ayudar a toda la gente alcanzar su mayor potencial como hijos de Dios mediante el desarrollo espiritual, mental y físico.