

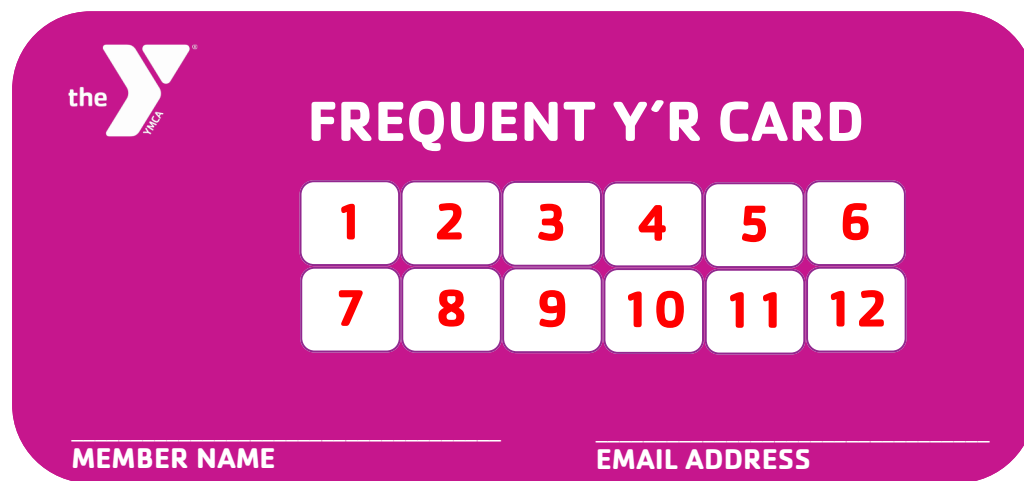


JACKIE ROBINSON FAMILY YMCA

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

ALCAZANDO METAS JUNTOS

Programa de Ejercicio de YMCA



Haciendo ejercicio regularmente es importante para alcanzar tus metas de salud y bienestar. Participa en nuestro programa de ejercicio "Frequent Exerciser" y registra tus entrenamientos en tu tarjeta de "Frequent Exerciser." ¡Visita 12 veces por mes y recibirás la oportunidad de ganar un premio!

Como Funciona:

- Recoge tu tarjeta de "Frequent Exerciser" en la recepción. El programa comienza cada día primero del mes.
- Recibe una firma de un empleado del Y después de cada visita. Ven por lo menos 12 veces por mes.
- ¡Recibe un premio! ¡Es hace de fácil!

Para mas información de nuestro programa de ejercicio, visite la recepción

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.