



# MAXIMICE SU ENTRENAMIENTO

## ¡CONSEJOS DE ACTIVIDAD FISICA GRATIS!

**Febrero 17 to Mayo 10, 2020**

Estudiantes de la Universidad de CSUF (estudiantes de Kinesiología) estarán ofreciendo consejos para crear metas, crear planes, y modificaciones en sus entrenamientos utilizando las máquinas de ejercicio en sus parques locales.

Nos pueden encontrar vestidos de naranjado en los parques con máquinas de ejercicio.

Tenga en cuenta que los entrenadores no estarán presente Marzo 30-Abril 5.



Move More, Eat Healthy



## FULLERTON

---

**MARTES 7:00-9:00 AM  
LEMON PARK**

---

**MARTES 4:00-6:00 PM  
WOODCREST PARK**

---

**MIÉRCOLES 9:00-11:00  
AM INDEPENDENCE PARK**

---

**MIÉRCOLES 4:15-5:15 PM  
INDEPENDENCE PARK**

---

**JUEVES 4:00-6:00 PM  
WOODCREST PARK**

---

**VIERNES 9:00-11:00 AM  
GILBERT PARK**

Síguenos en Instagram o  
Facebook: @kin\_act  
Para más información  
contacte: Dr. Wilson  
657-278-8329

[http://hhd.fullerton.edu/knes/  
ResearchLabs/atepl/schedules  
.htm](http://hhd.fullerton.edu/knes/ResearchLabs/atepl/schedules.htm)