



# El Centro de Corazón

Quality Health Care



## COMMIT TO BE FIT

### Physical Activity Helps:

- Maintain a healthy weight
- Promote emotional well-being
- Increase energy levels
- Develop strong bones and muscles
- Prevent chronic diseases

### Walk-Ins Welcome!

Registration is not necessary

FREE Physical Activity Classes!

Get ready for some SPRING fun!



Sign up now!  
Classes available until  
May 2020.

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

### Activities Include:

- Boxing Drills
- Sports Activities
- Strength & Endurance Training



Open to children  
ages 6-18

### Locations:

Gallegos Elementary School  
7415 Harrisburg Blvd.

Houston, Texas 77011

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

Burnet Elementary School  
5403 Canal St.

Houston, Texas 77012

Classes Available: Monday & Wednesday  
(4 p.m. - 4:45 p.m.)

Magnolia Multi-Service Center  
7037 Capitol St.

Houston, Texas 77011

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

Contact Us

|| (713) 660-1880 || [www.elcentrodecorazon.org](http://www.elcentrodecorazon.org) ||



# El Centro de Corazón

Quality Health Care



## COMMIT TO BE FIT

### Actividades Físicas Ayudan a:

- Mantener un peso saludable
- Promover el bienestar emocional
- Incrementa niveles de energía
- Desarrolla huesos y músculos fuertes
- Previene enfermedades crónicas

¡No es Necesario Registrarse!

¡Clases de Actividad Física GRATUITAS!

¡Prepárate para una PRIMAVERA divertida!



¡Únete a nosotros ahora!

Clases estarán disponibles hasta Mayo de 2020.

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

### Actividades Incluidas:

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



Abierto para niños de 6-18 años.

### Ubicaciones:

Escuela Primaria Gallegos  
7415 Harrisburg Blvd.

Houston, Texas 77011

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

Escuela Primaria Burnet

5403 Canal St.

Houston, Texas 77012

Clases Disponibles: Lunes y Miércoles  
(4 p.m. - 4:45 p.m.)

Centro Multi-Servicio Magnolia

7037 Capitol St.

Houston, Texas 77011

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

Contáctenos

|| (713) 660-1880 || [www.elcentrodecorazon.org](http://www.elcentrodecorazon.org) ||