



Move 60 Family Fitness Series



<p>Zumba Wednesday, April 12, 2017 6:30 - 7:30pm College Place Middle Gym 7501 208th St SW Lynnwood, WA 98036</p>	<p>Circuit Training Wednesday, April 19, 2017 6:30 - 7:30pm Brier Terrace Middle Gym 22200 Brier Rd Brier, WA 98036</p>	<p>Yoga Wednesday, April 26, 2017 6:30 - 7:30pm Meadowdale Middle Gym 6500 168th St SW Lynnwood, WA 98037</p>	<p>Tae Kwon Do Tuesday, May 2, 2017 6:30 - 7:30pm Alderwood Middle Gym 20000 28th Ave W Lynnwood, WA 98036</p>
--	--	--	---

Who: All families are encouraged to participate!

What: A series of 4 exercise classes offered, 1 hour each - Come to any or all classes to get you and your family moving!

What You'll Need: Bring your water bottle and wear athletic shoes/clothes that you can move in.

Registration: (www.edmonds.wednet.edu/movingevents) Please bring one completed registration form for all participants, or fill one out on site. The form will only need to be filled out once, and then will be filed for the remainder of events. If attending multiple events, please check in so we can locate your registration.

Cost: FREE!

Why: An opportunity to exercise and have a fun evening with your whole family! Get ready to sweat!

*** Note:** These classes are not "drop off" events. If you are unable to participate but would still like to attend with your family, there will be a sitting area of accommodate.

A quién va dirigido: ¡Se les anima a todas las familias para que participen!

De qué se trata: Se ofrece una serie de 4 clases de ejercicios, de 1 hora cada una – ¡Venga a cualquiera o a todas las clases para que usted y su familia se muevan!

Qué necesitará: Traiga su botella de agua y póngase zapatos y ropa deportiva para que se pueda mover. Para el yoga, sugerimos que traiga un tapete o colchoneta para yoga si tiene uno. Si no, tenemos algunos que le podemos prestar, pero no contamos con suficientes para todos.

Inscripción: (www.edmonds.wednet.edu/movingevents) Por favor traiga un formulario de inscripción llenado para todos los participantes, o llene uno en el sitio. El formulario solamente necesita ser llenado una sola vez y después será archivado para el resto de los eventos. Si va asistir a múltiples eventos, por favor preséntese con nosotros para poder ubicar su inscripción.

Costo: ¡GRATUITO!

Por qué: ¡Es una oportunidad para hacer ejercicio y pasar una tarde divertida con toda su familia! ¡Prepárese para sudar!

*** Nota:** Estas clases no son eventos que se puedan "dar de baja". Si no puede participar, pero le gustaría asistir con su familia, tendremos áreas para sentarlos y acomodarlos.

대상자: 전 가족 참여 격려!

참가종류: 4가지 참가 시리즈 운동반 제공, 각각 1시간 – 어느반이나 모든반에 본인과 가족이 모두 함께 참여바람!

준비물: 운동화/간편한 운동복/운동복가져올것. 요가를 위해선, 집에 매트가 있으신분은 가져오시는게 좋음. 아니면, 빌려드림, 아마 모지할수도 있음.

등록: (www.edmonds.wednet.edu/movingevents) 모든 참가자는 작성한 등록서류를 지참하시기 바람, 아니면 현장에서 작성도 가능. 서류는 한번만 제출 하면 되며, 나머지 행사가 진행되는 동안에 끝내도 무방함. 만일 여러 행사를 참여하시려면, 점수하셔야 본인의 등록을 찾을수 있음.

비용: 무료!

이유: 운동과 온가족과 즐거운 시간을 보내기 위하여! 땀날 준비!

*** 참고:** 이 클래스는 탁아 서비스가 아님. 본인이 참여할수는 없지만 가족과 함께 참여하기를 원하신다면 대합소가 별도로 마련되어있음.



Move 60 Family Fitness Series



<p>Zumba Wednesday, April 12, 2017 6:30 - 7:30pm College Place Middle Gym 7501 208th St SW Lynnwood, WA 98036</p>	<p>Circuit Training Wednesday, April 19, 2017 6:30 - 7:30pm Brier Terrace Middle Gym 22200 Brier Rd Brier, WA 98036</p>	<p>Yoga Wednesday, April 26, 2017 6:30 - 7:30pm Meadowdale Middle Gym 6500 168th St SW Lynnwood, WA 98037</p>	<p>Tae Kwon Do Tuesday, May 2, 2017 6:30 - 7:30pm Alderwood Middle Gym 20000 28th Ave W Lynnwood, WA 98036</p>
--	--	--	---

Who: All families are encouraged to participate!

What: A series of 4 exercise classes offered, 1 hour each - Come to any or all classes to get you and your family moving!

What You'll Need: Bring your water bottle and wear athletic shoes/clothes that you can move in.

Registration: (www.edmonds.wednet.edu/movingevents) Please bring one completed registration form for all participants, or fill one out on site. The form will only need to be filled out once, and then will be filed for the remainder of events. If attending multiple events, please check in so we can locate your registration.

Cost: FREE!

Why: An opportunity to exercise and have a fun evening with your whole family! Get ready to sweat!

*** Note:** These classes are not "drop off" events. If you are unable to participate but would still like to attend with your family, there will be a sitting area of accommodate.

A quién va dirigido: ¡Se les anima a todas las familias para que participen!

De qué se trata: Se ofrece una serie de 4 clases de ejercicios, de 1 hora cada una - ¡Venga a cualquiera o a todas las clases para que usted y su familia se muevan!

Qué necesitará: Traiga su botella de agua y póngase zapatos y ropa deportiva para que se pueda mover. Para el yoga, sugerimos que traiga un tapete o colchoneta para yoga si tiene uno. Si no, tenemos algunos que le podemos prestar, pero no contamos con suficientes para todos.

Inscripción: (www.edmonds.wednet.edu/movingevents) Por favor traiga un formulario de inscripción llenado para todos los participantes, o llene uno en el sitio. El formulario solamente necesita ser llenado una sola vez y después será archivado para el resto de los eventos. Si va asistir a múltiples eventos, por favor preséntese con nosotros para poder ubicar su inscripción.

Costo: ¡GRATUITO!

Por qué: ¡Es una oportunidad para hacer ejercicio y pasar una tarde divertida con toda su familia! ¡Prepárese para sudar!

*** Nota:** Estas clases no son eventos que se puedan "dar de baja". Si no puede participar, pero le gustaría asistir con su familia, tendremos áreas para sentarlos y acomodarlos.

대상자: 전 가족 참여 격려!

참가종류: 4가지 참가 시리즈 운동반 제공. 각각 1시간 - 어느반이나 모든반에 본인과 가족이 모두 함께 참여 바람!

준비물: 물병과 간편한 운동화/운동복 가져올 것. 요가를 위해선, 집에 매트가 있으신분은 가져오시는게 좋음. 아니면, 빌려드림, 아마 모자랄수도 있음.

등록: (www.edmonds.wednet.edu/movingevents) 모든 참가자는 작성한 등록서류를 지참하시기 바람. 아니면 현장에서 작성도 가능. 서류는 한번만 제출 하면 되며, 나머지 행사가 진행되는 동안에 끝내도 무방함. 만일 여러 행사를 참여하시려면, 접수하시어 본인의 등록을 찾을수 있음..

비용: 무료!

이유: 운동과 온가족과 즐거운 시간을 보내기 위하여! 맘날 준비!

*** 참고:** 이 클래스는 탁아 서비스가 아님. 본인이 참여할수는 없지만 가족과 함께 참여하기를 원하신다면 대합소가 별도로 마련되어있음.