



	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADOS
<b>7am - 8am</b>			<b>Yoga</b> Brownsville La Mancha Urban Farm			
<b>8am - 9am</b>						<b>Yoga</b> Los Fresnos Nature Trail
<b>10am - 11am</b>	<b>Circuito Cardio Entrenamiento</b> Primera Primera Park Pavillion	<b>Fuerza y acondicionamiento</b> Primera Primera Park Pavillion	<b>Circuito Cardio Entrenamiento</b> Primera Primera Park Pavillion	<b>Fuerza y acondicionamiento</b> Primera Primera Park Pavillion	<b>Circuito Cardio Entrenamiento</b> Primera Primera Park Pavillion	
<b>6:00pm - 8:00pm</b>		<b>Excursión en kayak*</b> Brownsville Dean Porter Park				
<b>6:30pm - 7:30pm</b>				<b>Yoga</b> Brownsville La Posada Urban Farm		
<b>8:30pm - 9:30pm</b>				<b>Observando las estrellas</b> Brownsville La Posada Montezuma Cypress Preserve		

Clases que ocurren cada **primer y último sábado del mes:**

<b>6:00pm - 8:00pm</b>						<b>Excursión en kayak*</b> Rio Hondo Boat Ramp Park
<b>8:30pm - 9:30pm</b>						<b>Observando las estrellas</b> Rio Hondo Boat Ramp Park

## UBICACIONES DE SENDEROS

- Dean Potter Park**  
Dean Porter Park Dr, Brownsville, TX 78520
- Los Fresnos Nature Trail**  
820 N. Arroyo Blvd. Los Fresnos, TX 78566
- La Mancha Urban Farm**  
@Brownsville Wellness Coalition  
146 La Mancha St. Brownsville TX 78521
- La Posada Urban Farm**  
1325 La Posada Drive. Brownsville TX 78521
- La Posada Montezuma Cypress Preserve**  
1325 La Posada Dr, Brownsville, TX 78521
- Primera Park Pavillion**  
16603 Community Drive, Harlingen TX 78552
- Rio Hondo Boat Ramp Park**  
21874 Harris Rd. Rio Hondo, TX 78583

**Todas las actividades gratis**

\*Excursión en kayak - Se requiere reservación, Envíanos un mensaje de Facebook para obtener más detalles. Para edades de los 5 años en adelante, se proporciona todo el equipo necesario.

**Síguenos en:**

