

Departamento de Recreación de Waltham

Invierno 2021-2022

REGISTRO EN LINEA

Comienza: Lunes 30 de noviembre a las 9:00 a.m.

Concluye: registro en marcha

- Para registrarse, vaya a: www.city.waltham.ma.us
- Siga el enlace al Departamento de Recreación
- El registro en computador para residentes de Waltham
- Los no residentes pueden llamar a la oficina para conocer las políticas de registro / costo del programa.
- Mire adentro para obtener más información de registro.



Siga al Departamento de Recreación de Waltham en Facebook

CONTENIDO

¿Usted o su hijo requieren adaptaciones especiales para participar en nuestros programas?

El Departamento de Recreación de Waltham se complace en ofrecer servicios inclusivos a personas de todas las edades que eligen participar en programas generales de recreación. Trabajaremos con el participante y la familia para ayudar a implementar adaptaciones diseñadas para proporcionarle una experiencia recreativa más exitosa para todos los participantes. Envíe un correo electrónico a Ben Kiwanuka a bkiwanuka@city.waltham.ma.us para hacer los arreglos especiales que sean necesarios.

3	Información de Registro
4	Fiestas de cumpleaños
5	Cajas de Escape
6	En Casa
7	“Watts Up Waltham”
8	Eventos
9-24	Programas



Nick Abruzzi	Director of Recreation
Kim Scott	Assistant Director of Recreation
Ed Kelley, Jr.	Asst. Superintendent of Recreation/Facilities
Adam Green	Park Ranger
Kathy Gross	Recreation Supervisor/Teen Coordinator
Adam Dallaire	Recreation Supervisor
Kara Greeley	Recreation Supervisor
Ben Kiwanuka	Recreation Supervisor/Special Needs
Lisa DiBlasi	Administrative Assistant
Karen O'Brien	Administrative Assistant
Ivan Cormier	Building Craftsman

nabruzzo@city.waltham.ma.us
kascott@city.waltham.ma.us
ekelley@city.waltham.ma.us
agreen@city.waltham.ma.us
kgross@city.waltham.ma.us
adallaire@city.waltham.ma.us
kgreeley@city.waltham.ma.us
bkiwanuka@city.waltham.ma.us
ldibiasi@city.waltham.ma.us
kobrien@city.waltham.ma.us



Síguenos en Instagram @WalthamRecreation

INFORMACIÓN DE REGISTRO



General

- Todos los programas se ofrecen sólo a los residentes de Waltham, a menos que se indique lo contrario.
- Antes de registrarse, verifique que el participante cumpla con los requisitos de edad / fecha de nacimiento / nivel de grado.
- Las inscripciones se aceptan por orden de llegada hasta que el programa esté completo o comience.
- La Oficina de Recreación mantiene una lista de espera para los programas agotados. Por favor llame a la oficina.
- Cada adulto puede registrar solo un niño, a menos que registre hermanos.
- Se cobrará una tarifa de procesamiento de \$ 10.00 por cualquier cambio realizado en los registros.
- Se requieren certificados de nacimiento y comprobante de residencia para todos los participantes primerizos. Envíelos a la Oficina de Recreación dentro de una semana después de registrarse y / o antes del inicio de un programa. Los documentos pueden enviarse por fax a la Oficina de Recreación al 781-314-3482.
- Se alienta a los niños y adultos con discapacidades a participar en nuestros programas. Por favor, háganos saber cualquier necesidad especial al momento de la inscripción.

Políticas de cancelación

- Los programas pueden cancelarse debido al clima invernal. No se puede garantizar la compensación de todas las cancelaciones de invierno, pero se hará todo lo posible para hacerlo.
 - Aunque no esperamos cancelar programas, nos reservamos el derecho de cancelar debido a una inscripción insuficiente, limitaciones de espacio o disponibilidad del instructor.
 - Si el Departamento de Recreación cancela un programa, todos los participantes recibirán un crédito del Departamento de Recreación.
 - Los créditos del Departamento de Recreación pueden aplicarse a futuros programas o para la compra de boletos en descuento.
 - No podemos emitir reembolsos.

Retiros

- Si un participante se retira por cualquier motivo, créditos se emitirán sólo si el programa está lleno y/o podemos llenar el espacio abierto con otro participante.
- Los créditos del Departamento de Recreación pueden aplicarse a futuros programas o para la compra de boletos en descuento.
- No podemos emitir reembolsos.

Registró en línea

- Registró solo se podrán hacer en línea .
- Los solicitantes de registro en línea aún deben presentar una copia impresa de nuestro formulario de Exención, Consentimiento y Autorización a la Oficina de Recreación.

Registro en línea de Activenet.com

- Hemos empleado los servicios de Activenet.com para el registro en línea.
- Activenet.com es un sitio seguro.
- Debe tener una tarjeta de crédito válida para registrarse en línea. Activenet acepta Visa, MasterCard y American Express.
- Las transacciones cargadas aparecerán en su estado de cuenta como Activenet.com.
- Guarde el correo electrónico de confirmación que recibe de Activenet.com como recibo.
- Activenet.com cobrará una tarifa de procesamiento del 7.03% por transacción, más \$ 0.50 por transacción, con un mínimo de \$ 2.00 por transacción.

Al registrarse para los programas, los solicitantes de registro aceptan las pautas anteriores.

Cualquier registro que no cumpla con las pautas anteriores estará sujeto a cancelación. Las tarifas de procesamiento de Activenet.com no serán reembolsadas. Solo se emitirá crédito del Departamento de Recreación, no podemos emitir reembolsos.

FELIZ CUMPLEAÑOS

¡¡Es tiempo de celebrar!!

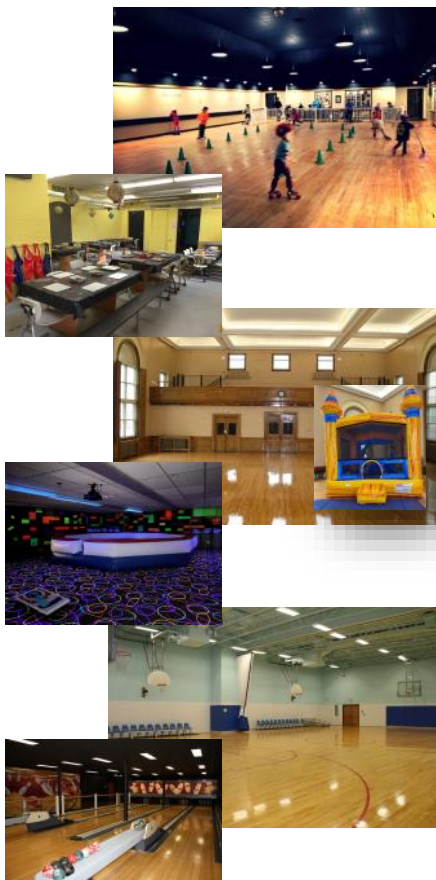
¡Los residentes de Waltham están invitados a celebrar sus cumpleaños con nosotros! Ofrecemos fiestas para mayores de tres años

PRECIOS DE FIESTA
Hasta 20 invitados \$ 150.00
Adición: Casillero de pintura \$ 25.00

Haga su reserva en persona con hasta dos meses de anticipación y un mínimo de dos semanas antes. (Ejemplo: 12 de septiembre para una fiesta del 12 de noviembre)

Visite el sitio web del Departamento de Recreación para obtener más detalles.

OPCIONES



— **Opción A. Skate 'n' Scoot:**

MÁS (elija uno de los siguientes):

- ☐ Boliche (jardín de infancia+)
- ☐ "Gaga Ball" (Grado 2+)
- ☐ Paint Locker (elija y pinte una pieza de cerámica por persona)
- ☐ Solamente Skate 'n' Scoot por una hora

— **Opción B. Auditorio: Incluye Castillo Inflable**

MÁS (elija uno de los siguientes):

- ☐ "Gaga Ball" (Grado 2+)
- ☐ Paint Locker (elija y pinte una pieza de cerámica por persona)
- ☐ Lego Duplos ☐ Legos
- ☐ Solamente Auditorio por una hora

— **Opción C. Gimnasio (solo domingos)**

MÁS (elija uno de los siguientes):

- ☐ Boliche (jardín de infancia+)
- ☐ "Gaga Ball" (Grado 2+)
- ☐ Paint Locker (elija y pinte una pieza de cerámica por persona)
- ☐ Solamente Gimnasio por una hora

CAJAS DE ESCAPE



¿Les encantan las salas de escape? Tenemos un desafío solo para ustedes. Esta actividad familiar mantendrá a todos ocupados durante varias horas. Reserven esta caja de escape durante un fin de semana y resuelvan los acertijos para abrir cada nivel. ¿Qué se encuentra dentro? ¡Nadie sabe! ¡Trabajen juntos y reclamen su premio! Llame al Departamento de Recreación al 781-314-3475 para reservar su fin de semana y confirmar la hora de recogida. Recoja la caja un viernes y devuélvala el lunes. Costo: \$20.00



Harry Potter
Familia/ Primaria+
(Nivel Intermedio)



Misterio de Juegos de Mesa
Familia/ Grados 4-5
(Nivel Intermedio)



Espía Internacional
Familia/ Secundaria+ (Difícil)

EN CASA

FIESTA

En Una Caja

Siglos 5-10

- 12 proyectos de invierno/fiesta
- 4 packs of model magic

•

La primera fecha para recoger las cajas/kits de la Primavera es el 15 de diciembre. Primero regístrese en línea, y luego recoja su caja en persona. Por favor toque el timbre en la puerta de 510 Moody Street y alguien le traerá sus artículos. Costo: \$24.00 por caja



INVIERNO

En Una Caja

Siglos 5-10

- 12 proyectos de invierno
- 4 packs of model magic

La primera fecha para recoger las cajas/kits de la Primavera es el 15 de diciembre. Primero regístrese en línea, y luego recoja su caja en persona. Por favor toque el timbre en la puerta de 510 Moody Street y alguien le traerá sus artículos. Costo: \$24.00 por caja



BOLETOS Y PASES

Cada residente de Waltham puede comprar seis boletos por visita.



Parque de Trampolines "Launch"

El Departamento de Recreación de Waltham tiene boletos en descuento para el parque de trampolines "Launch" en Watertown. Estos boletos se pueden cambiar por un tiempo de salto de una hora (sujeto a disponibilidad). También debe completar una exención en línea o en "Launch" para poder usar el parque de trampolines. Costo: \$5.00 por boleto



BOLETOS DE PELÍCULA EN DESCUENTO PARA EL TEATRO EMBASSY

No tiene que salir de la ciudad para ver las películas más recientes. El Teatro Embassy en el centro de Waltham tiene seis pantallas y muestra una gran mezcla de películas independientes y de Hollywood. Averigüe qué películas se muestran actualmente en www.landmarktheatres.com
Costo: \$ 9.25 por boleto

Watts Up, Waltham!

2021 Holiday House

Decorating Contest & Tour



WALTHAM
RECREATION

Envíe una fotografía de su casa decorada con su nombre y dirección a kgreeley@city.waltham.ma.us antes del jueves 16 de diciembre. Se creará un mapa para que todos puedan ver las casas.

Los nombres no se compartirán con las direcciones.

¡El ganador recibirá un premio!

EVENTOS



Baile de San Valentin

Sabado 12 de Febrero
4:00-6:00 p.m.

Departamento de Recreación de
Waltham
510 Moody Street



Costo: \$10.00 para dos personas

¡Más eventos en 2021-2022!

Torneo de Dodgeball Chill Zone

Fiesta de Primavera

Toca un Camion

Dia de Splash

Celebración del 4 de julio

PROGRAMAS

noches de diversión familiar



todas las edades son bienvenidas
es necesario registrarse antes del evento

Costo por día: \$20.00 por familia (cuatro personas o menos. Necesita uno adulto)
\$5.00 por cada persona adicional
(incluye uno agua y uno bocadillo por persona)

Viernes, 5:30-7:30 p.m.



3 días por familia:
3, 10 de diciembre
7, 28 de enero
4, 11 de febrero
11 de marzo



¡Pasa tus viernes por la noche con nosotros!

Las actividades incluirán: Auditorio (con Bounce House, Legos y una manualidad), Skate 'n' Scoot y Bowling. A cada familia se le asignará una franja horaria de 20 minutos para jugar a los bolos. Desafortunadamente, si debe llegar tarde o salir temprano, no podremos cambiar su horario de bolos para acomodarlo. Permítase suficiente tiempo para estacionarse.

PROGRAMAS

Noche de Padres

Grados K-5

Viernes 10 de diciembre

4:00 – 7:00 pm

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street
Instructor: Ben Kiwanuka

¡Deje a sus hijos aquí para que se diviertan un montón mientras usted sale y hace algunas compras navideñas! Tendremos una variedad de actividades divertidas planeadas para ellos.

Costo: \$25.00

Escribe una Obra de Teatro en un Día

Grados 3-5

Viernes 10 de diciembre, 3:45– 5:45 p.m. [O](#)

Viernes 14 de enero, 2:00– 4:00 p.m.

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street
Instructora: Kimberly Strafford

Using drama games and activities, students will work together to create an original short play written and performed in one day! Students will immerse themselves in storytelling and story building exercises. The end result is an imaginative piece of theatre.

Costo: \$20.00

Creación de Adornos

Grados K-5

Viernes 17 de diciembre

5:30-7:30 p.m.

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street
Instructora: Kathy Gross

Prepárese para las fiestas haciendo sus propios adornos. Son ideales tanto para decorar como para regalar. Cada niño se irá con cuatro artículos pintados a mano. También nos tomaremos un descanso para jugar si el tiempo lo permite. Por favor traiga una merienda y agua.

Costo: \$15.00

Habilidades de Hockey Sobre Hielo

Grados 3-6

27, 28, 29 de diciembre

1:00– 2:30 p.m.

Veteran's Memorial Ice Rink, 295 Totten Pond Road
Instructor: Adam Dallaire

¿Buscas perfeccionar tus habilidades en el hielo o incluso aprender otras habilidades nuevas? ¡Este programa de habilidades es para ti! Cada día consistirá en simulacros de patinaje, manejo de palos y agilidad, seguidos de juegos de práctica o juegos en áreas pequeñas. Se requiere experiencia previa en hockey sobre hielo y equipo completo.

Costo: \$ 100.00 Patinadores \$ 50.00 Porteros



Rising Star Campamento de Baloncesto Juvenil

Grados 4-8

27, 28, 29, 30 de diciembre

10:00 a.m. – mediodía

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street
Instructor: Rising Star Basketball

Aprende el juego de baloncesto con un ex entrenador de la universidad y el director de RISING STAR BASKETBALL, Kevin O'Brien, en un ambiente divertido. ¡Concursos, juegos y diversión mientras aprendes y mejoras! Perfecto para principiantes o jugadores experimentados. ¡Disparos, regates, pases y defensa! ¡¡Todos ganan !!

Costo \$ 100.00

Muestreador Tripz: Tubos Nashoba

Grados 6-8

Jueves, 30 de diciembre

9:00 a.m. – 4:00 p.m.

510 Moody Street/Nashoba Valley Ski Area (Westford)

Instructor: Adam Dallaire and Ben Kiwanuka

¡Ven a ver una muestra de nuestro programa de verano 'Teen Tripz!' Los participantes pasarán la primera parte del día en las salas de Chill Zone, participando en juegos y actividades con amigos, compañeros y personal, ¡y luego subiendo a las camionetas para dirigirse a Nashoba para hacer snow tubing!

Costo: \$ 45.00

Juegos de Mesa no Tan Aburridos

Grados K-5

Viernes, 14 de enero

2:00 p.m. – 5:00 p.m.

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street
Instructor: Ben Kiwanuka

Únete a nosotros y diviértete jugando a una variedad de juegos de mesa. También nos tomaremos un pequeño descanso de los juegos y haremos algunas actividades divertidas.

Costo: \$ 20.00

PROGRAMAS

Medios día de Quinto Grado en Chill Zone



Grado 5

Viernes 14 de enero Y/O 4 de marzo

1:00-6:00 p.m.*

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Instructora: Kathy Gross

¿Qué es Chill Zone? Chill Zone es un programa GRATUITO para estudiantes de Waltham de sexto a doceavo grado ... PERO ... en viernes selectos de este invierno, ¡se trata del 5º grado!! Ven y prueba toda la diversión que Chill Zone tiene para ofrecer en estas tarde de diversión ÚNICA para el quinto grado. El costo único cubre bocadillos y una cena de pizza. Costo: \$ 10.00

* La recogida está disponible en la escuela Dual Language.

Envíe un correo electrónico a Kathy después de inscribirse para coordinar a kgross@city.waltham.ma.us.

Mini Músicas

Liones , Tigres, Osos, Jirafas

Lunes 10 de enero

9:30– 10:15 a.m.

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody

Instructor: Go Go Allegro School of Music

¡Únase a nosotros con sus pequeños para una introducción a la música, explorando el ritmo y el tono en un entorno divertido! Creemos que a los niños se les puede presentar la alegría de la música y, en el proceso, desarrollar habilidades valiosas. Un programa de música integral ayudará en el desarrollo educativo, físico y social del niño. Los niños deben estar acompañados por un adulto en cada clase.

Costo: \$ 10.00

Día de Diversión de Medio Día

Grados K-5

14 de enero, 25 de enero, Y/O 4 de marzo 2:00– 5:30 p.m.

Parque Prospect Hill, 314 Totten Pond Road

Instructora: Kara Greeley

¡Únase a nosotros en Prospect en su día de salida anticipada! Pasaremos nuestro tiempo haciendo manualidades, jugando tanto dentro como fuera. Visitaremos el patio de recreo, y si hay nieve, ¡habrá paseos en trineo! Vístanse para el clima y traigan una merienda y una botella de agua.

Costo: \$ 25.00 por día

Fiesta de Verano en Invierno

Grados K-5

Viernes, 21 de enero

3:30-5:30 p.m.

Parque Prospect Hill, 314 Totten Pond Road

Instructora: Kara Greeley

Quedan seis meses para el verano, pero ¿quién está contando? ¡Hagamos una fiesta de verano en pleno invierno! Únete a Kara en la tierra tropical de Prospect Hill. ¡Traeremos el sol, jugaremos juegos clásicos de verano, escucharemos música de verano y lo pasaremos genial! ¡Asegúrate de traer tus vibraciones veraniegas!

Costo: \$ 15.00

Tardes de Manualidades

Grados K-5

Martes, 25 de enero Y/O 22 de marzo

2:00-5:30 p.m.

14 Church Street

Instructora: Kathy Gross

Una tarde de manualidades con Kathy en 14 Church Street. Únete a nosotros por uno o ambos días. Por favor trae una merienda y agua.

Costo: \$ 25.00 por día

PROGRAMAS



Viaje a los Tubo de Nieve

Grados 3-5

Martes 25 de enero

2:00 p.m. – 6:30 p.m.

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Nashoba Valley Ski Area, Westford

Instructor: Ben Kiwanuka and Adam Dallaire

¡Únete a nosotros para un viaje especial! Recuerda traer todo tu equipo de nieve y una merienda/dinero para comprar algo en el albergue en Nashoba Valley. Saldremos del Departamento de Recreación puntualmente a las 2:00 pm y llevaremos las camionetas de recreación a Nashoba para una tarde de diversión invernal.

Costo: \$ 45.00

Historia y Yo

Osos y Jirafas

4 de febrero

10:30– 11:15 a.m.

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody

Instructora: Kimberly Strafford

¡Venga a jugar e imaginar con su hijo/a! Juntos exploraremos diferentes aspectos del teatro y la narración de una manera interactiva y divertida. ¡Traiga a su pequeño y su imaginación!

Costo \$ 10 por (un adulto / un niño)

Celebración de San Valentín

Grados K-5

4 de febrero

3:30-5:30 p.m.

Parque Prospect Hill, 314 Totten Pond Road

Instructora: Kara Greeley

¡Celebremos el Día de San Valentín! Decoraremos galletas, jugaremos juegos, haremos artes y manualidades, ¡y nos divertiremos muchísimo!

Costo: \$ 15.00

Día de Pi

Grades Kindergarten through five

14 de marzo

3:30-5:30 p.m.

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody

Instructora: Kara Greeley

¿Te encanta π ? ¿Qué tal PIE? ¡Celebremos 3.14 (15926535....) haciendo nuestras propias tartas para llevar a casa! Los niños tendrán mucha ayuda y supervisión de un adulto.

Costo: \$ 15.00

Celebre la primavera ;

Grados K-5

22 de marzo

2:00- 5:30 p.m.

Parque Prospect Hill, 314 Totten Pond Road

Instructora: Kara Greeley

¡Es oficialmente primavera! ¡Celebra el comienzo de la primavera con Kara! Nuestra tarde será muy divertida, llena de actividades, juegos y manualidades con el tema de la primavera.

Costo \$ 25.00

Cuenco Gaga

Grados 2-5

22 de marzo

2:00-5:30 p.m.

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody

Instructor: Adam Dallaire

Una tarde de Gaga Ball y boliche con Adam. Terminaremos la tarde con una cena de cine y pizza.

Costo: \$ 25.00

PROGRAMAS

Martes, 22 de Febrero- Viernes, 25 de Febrero

GR.
K-5

AVENTURAS DE ARTE

@ 14 Church Street

9:00 a.m.-3:00 p.m.
14 Church Street
Instructora: Kathy Gross

Cuatro días de arte, arte y más arte! Este programa se llevará a cabo en 14 Church Street. Te enviaremos los detalles la semana anterior. Todos los días, trae un almuerzo, una merienda, una botella de agua y usa ropa cómoda (apropiada para el clima) y zapatos deportivos / botas.
Costo: \$ 85.00

GR.
K-5

SÚPER IMPRESIONANTE SEMANA DE DIVERSIÓN

9:00-3:00 p.m.
Parque Prospect Hill, 314 Totten Pond Road
Instructora: Kara Greeley

¡DIVIRTÁMONOS! ¡Lleva tus vacaciones de febrero al siguiente nivel en Prospect Hill con Kara!
¡Crearemos, exploraremos, nos moveremos y nos divertiremos mucho, por dentro y por fuera!
Terminaremos la semana el viernes con una fiesta de cine y pizza. Todos los días, trae un almuerzo, una merienda, una botella de agua y usa ropa cómoda (apropiada para el clima) y zapatos deportivos / botas.
Se enviarán más detalles por correo electrónico la semana anterior.
Costo: \$ 85.00

GR.
K-5

DIVERSIÓN DE VACACIONES DE FEBRERO

9:00 a.m.- 3:00 p.m.
Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody
Instructor: Ben Kiwanuka

¿Buscas una forma más divertida de pasar tus vacaciones escolares? ¡Únete a nosotros en el Centro Cultural y Comunitario de Waltham! Te mantendremos ocupado con manualidades y juegos. También pasaremos tiempo en el gimnasio y disfrutaremos tiempo rebotando en inflables. Use ropa y zapatos cómodos. Trae un almuerzo y una merienda saludable por la mañana. Te enviaremos los detalles la semana anterior.
Costo: \$ 85.00

GR.
6-8

INVIERNO EN LA CIUDAD (ADOLESCENTES)

9:00 a.m.- 3:00 p.m.
Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody
Instructor: Adam Dallaire

¡Únete a nosotros para divertirnos en invierno! ¡Pasaremos tiempo jugando a Gaga Ball, el boliche, navegando por Skate 'n' Scoot y mucho más! ¡Este programa de semana de vacaciones también incluye dos excursiones a Launch y AMC Burlington o Framingham! Te enviaremos los detalles la semana anterior.
Costo: \$ 85.00

PROGRAMAS

¿Se pregunta a qué clase asistir? Encuentre la fecha de nacimiento de su hijo en el cuadro a continuación, luego elija la clase adecuada para su edad. Se requieren certificados de nacimiento para todos los nuevos participantes antes del 30 de diciembre.



TIGRES: Nacidos Septiembre 2018- Agosto 2019

OSOS: Nacidos Septiembre 2017- Agosto 2018

JIRAFAS: Nacidos Septiembre 2016- Agosto 2017

Escuela Para Jirafas Programa de Pre-K

Jirafas

Martes, Miercoles o Viernes

9:00 am– mediodía

3 de Enero– 21 de Marzo

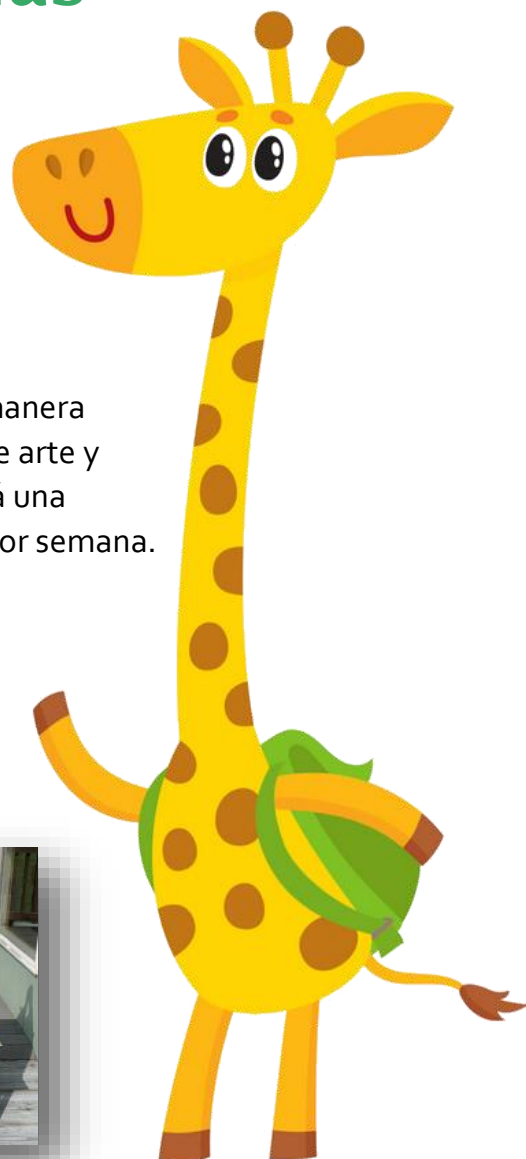
Sin programa 17 de Enero y 21 de Febrero

Parque Prospect Hill, 314 Totten Pond Road

Instructora: Kara Greeley

¡Llamando a todas las jirafas! ¡Preparémonos para kinder de una manera divertida! ¡La mañana consistirá en juegos, actividades prácticas de arte y ciencia, deportes, juegos, lectura y más! Además, se proporcionará una merienda libre de nueces. Cada niño está limitado a una mañana por semana.

Costo: \$100.00



PROGRAMAS

ARTE EN EL AUDITORIO

Tigres, Osos, Jirafas

Lunes O Martes, 10:30-11:15 a.m.

Lunes: 3, 10, 24, 31 de enero; 7, 14 de febrero
(sin programa 17 de enero)

Martes: 4, 11, 18, 25 de enero; 1, 8 de febrero

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Instructora: Kathy Gross

Costo: \$36.00

SKATER TOTS

Osos, Jirafas

Lunes, 10:00– 10:30 a.m. O 10:45– 11:15 a.m.

28 de febrero; 7, 14, 21, 28 de marzo

Veteran's Memorial Ice Rink, 295 Totten Pond Road

Instructora: Kathy Gross

¡Prepárate para patinar sobre hielo! La clase perfecta para niños en edad preescolar que tienen poca o ninguna experiencia. El objetivo de este programa es hacer que su niño se sienta cómodo en sus patines y en el hielo. Practicaremos caminar con nuestros patines, caer/levantarnos y más. También dejaremos algo de tiempo al final para que todos practiquen moverse por su cuenta con cajas de leche. Todos deben traer sus propios patines, casco con mascarilla, guantes y traje de nieve. Costo: \$30.00

NIÑOS KARATECAS - PEQUEÑOS DRAGONES

Jirafas

Lunes, 3:30 – 4:00 p.m.

3, 10, 24, 31 de enero; 7, 14, 28 de febrero; 7, 14, 21 de marzo
(sin programa 17 de enero y 21 de febrero)

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Instructor: Steve Nugent Karate Institute

Se proporcionan uniformes y cinturones para este programa de artes marciales apropiado para niños en edad preescolar. La clase divertida y optimista enfatizará escuchar y seguir instrucciones, estirarse y respirar y, por supuesto, ¡algunas rutinas de kárate geniales!

Cost: \$140.00



TINY BOWLERS

Tigres, Osos, Jirafas

Martes O Jueves

1:15 - 2:00 p.m.

Martes: 4, 11, 18 de enero; 1, 8, 15 de febrero; 1 de marzo

(sin programa 25 de enero y 22 de febrero)

Jueves: 6, 13, 20, 27 de enero; 3, 10, 17 de febrero

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Instructor: Ben Kiwanuka

¡Prepárate para divertirte en familia! Traiga a su adulto y prepárese para disfrutar de nuestra propia bolera de cuatro carriles. Costo: \$42.00 por familia

¡SALTA Y VE!

Tigres, Osos, Jirafas

Miércoles, 9:50– 10:30 a.m.

5, 12, 19, 26 de enero; 2, 9, 16 de febrero

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Instructora: Kara Greeley

Únase a nosotros para una clase llena de actividad física. La clase consistirá en un montón de juegos de movimiento, carrera de obstáculos y de enseñar a los niños a trabajar juntos. ¡Prepárense para saltar y correr! Por favor traigan una botella de agua.

Costo: \$42.00

PROGRAMAS

VISITA Y JUEGA

Tigres, Osos, Jirafas

Miercoles, 10:45-11:30 a.m.

5, 12, 19, 26 de enero; 2, 9, 16 de febrero

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Instructor: Ben Kiwanuka

Únete a nosotros para divertirnos durante estos fríos meses de invierno. Este programa será un gran espacio para que los niños quemen algo de energía, se diviertan y hagan nuevos amigos. Los participantes deben estar acompañados por un padre en todo momento ya que este es un programa no estructurado. Ven a divertirse !!

Costo: \$ 42.00

EXPLORADORES AL AIRE LIBRE ;

Tigres, Osos, Jirafas

Jueves, 10:00– 10:40 a.m.

6, 13, 20, 27 de enero; 3, 10, 17 de febrero

Parque Prospect Hill, 314 Totten Pond Road

Instructora: Kara Greeley

¡Esta clase de juego y exploración de la naturaleza es perfecta para su niño en edad preescolar! ¡Exploraremos, crearemos, jugaremos y nos moveremos! Por favor use ropa y zapatos apropiados para el clima.

Costo: \$ 42 .00



¡PEQUEÑOS CONSTRUCTORES!

Tigres, Osos, Jirafas

Jueves, 10:30-11:15 a.m.

6, 13, 20, 27 de enero; 3, 10, 17 de febrero

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Instructora: Kathy Gross

¡Traiga a su pequeño a ejercitar tanto su cuerpo como su mente en este programa! La clase comenzará con 25 minutos de rebote en uno de nuestros inflables preescolares. Después de eso, continuamos con el resto de la clase para trabajar en la construcción de increíbles creaciones de "Lego DUPLO".

Cost: \$42.00

Skate 'n' Scoot

Tigres, Osos, Jirafas

Lunes, 11:30 a.m.– 12:30 p.m.

3, 10, 24, 31 de enero; 7, 14 de febrero

(sin programa 17 de enero)



¡Skate n Scoot está de vuelta! ¡Únanse a nosotros los lunes por la mañana para patinar y para jugar con los juguetes Cozy Coupe! Se proporcionan algunos patines y juguetes para montar, pero siéntase libre de traer los suyos, ¡y asegúrese de traer un casco!

PROGRAMAS

AVENTURAS DE ARTE

Grados 3-5

Lunes, 3:30-5:00 p.m.

3, 10, 24, 31 de enero; 7, 14, 28 de febrero

(sin programa 17 de enero y 21 de febrero)

Departamento de Recreación de Waltham, 14 Church Street

Instructora: Kathy Gross

¡Un favorito del verano regresa los lunes de este invierno! Los proyectos diferirán de un día a otro. Dedicaremos nuestro tiempo a trabajar en una variedad de proyectos de arte que incluirán dibujo, pintura, mosaicos y abalorios. ¡Cada sesión terminará con una exhibición de arte para que familiares y amigos vean el trabajo! Este programa se llevará a cabo en 14 Church Street.

Costo: \$48.00 por sesión

KÁRATE

Grados K-2: 4:10- 4:55 p.m.

Grados 3-8: 5:05-5:50 p.m.

Lunes

3, 10, 24, 31 de enero; 7, 14, 28 de febrero; 7, 14, 21 de marzo

(sin programa 17 de enero y 21 de febrero)

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Instructor: Steve Nugent Karate Institute

Las clases de karate introductorias, intermedias y avanzadas enseñarán posturas adecuadas, respiración, estiramiento, disciplina, confianza y autodefensa práctica. Todos los instructores son cinturones negros certificados que enseñan un sistema estandarizado de artes marciales para que la calidad sea alta y constante. Se proporcionan uniformes y cinturones. Se les pide a los padres / tutores que se queden durante la duración de la clase.

Costo: \$140.00

PERLAS Y MÁS ALLÁ

Grados K-3

Lunes, 3:30-5:00 p.m.

3, 10, 24, 31 de enero; 7, 14, 28 de febrero

(sin programa 17 de enero y 21 de febrero)

Parque Prospect Hill, 314 Totten Pond Road

Instructora: Kara Greeley

¡Esta clase combina tu amor por todo lo relacionado con las cuentas y el movimiento! Cada semana, la clase comenzará con una actividad de movimiento divertida (¡afuera si el clima lo permite!) y terminará con un proyecto de cuentas (pulseras, collares, llaveros, lo que sea). Vístase de acuerdo con el clima y traiga una botella de agua.

Costo: \$48.00

ME GUSTA MOVERME @ NORTHEAST

Grados 2-5

Lunes, 3:30-4:30 p.m.

3, 10, 24, 31 de enero; February 7, 14 de febrero

(sin programa 17 de enero)

Northeast Elementary School, 70 Putney Lane

Instructor: Adam Dallaire

¡Prepárate para correr, esquivar, lanzar y marcar! ¡Capturar la bandera, balón prisionero y kickball son solo algunas de las actividades que se realizarán! ¡Por favor traiga zapatillas y una botella de agua! Para los estudiantes del noreste, la clase comenzará con un refrigerio y una hora de tarea hasta que el gimnasio esté disponible a las 3:30 p.m.

Costo: \$42.00

BAKING BUDDIES

Grados 3-5

Martes, 3:30- 5:30 p.m.*

4, 11, 18 de enero; 1, 8, 15 de febrero

(sin programa 25 de enero)

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Instructora: Kara Greeley

¡Aprende lo simple, divertido y satisfactorio que puede ser hornear! ¡Desde pasteles y empanadas hasta galletas y pan, la clase incluirá instrucción práctica, un delantal para usar durante la clase, recetas y productos horneados para llevar a casa! ¡Usa tu ropa cómoda, átate el cabello hacia atrás y usa tus zapatos cerrados! * La recogida está disponible en la escuela Dual Language. Envíe un correo electrónico a Kathy después de inscribirse para coordinar a kgross@city.waltham.ma.us.

Costo: \$48.00

HOCKEY CALLEJERO

Grados 2-5

Martes, 3:30-4:30 p.m.

4, 11, 18 de enero; 1, 8, 15 de febrero

(sin programa 25 de enero)

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Instructor: Adam Dallaire

¡Únete a nosotros para divertirte en el hockey callejero! ¡Trabajaremos en los fundamentos básicos como disparar y manejar el bastón y terminaremos con una pelea cada semana! Por favor trae un palo, guantes de hockey si lo deseas, una botella de agua y zapatos de deporte.

* La recogida está disponible en la escuela Dual Language. Envíe un correo electrónico a Kathy después de inscribirse para coordinar a kgross@city.waltham.ma.us.

Costo: \$42.00

PROGRAMAS

PATEÁNDOLO

Grados K-2

Martes, 3:30 – 4:30 p.m.*

4, 11, 18 de enero; 1, 8, 15 de febrero; 1 de marzo

(sin programa 25 de enero y 22 de febrero)

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Instructor: Ben Kiwanuka

¡Todos los niveles de habilidad son bienvenidos! ¡Ven a jugar y aprende todo sobre el maravilloso juego de fútbol! Cada sesión consistirá en la práctica de habilidades básicas y un juego de 6 v 6. Se enfocará en los valores del trabajo en equipo, la deportividad y la comunicación. ¡Sus "metas" se cumplirán en este ambiente divertido, seguro y positivo! *

La recogida está disponible en la escuela Dual Language. Envíe un correo electrónico a Kathy después de inscribirse para coordinar a kgross@city.waltham.ma.us. Costo: \$42.00

ZUMBA® PARA NIÑOS

Grados 1-4

Martes, 3:30– 4:30 p.m.*

4, 11, 18 de enero; 1, 8, 15 de febrero (sin programa 25 de enero)

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Instructora: Jen Williams

¡Perfecto para nuestros fanáticos más jóvenes de Zumba®! Los niños tienen la oportunidad de estar activos y escuchar su música favorita. Las clases de Zumba® Para Niños cuentan con rutinas para niños basadas en la coreografía original de Zumba®. Desglosamos los pasos, agregamos juegos, actividades y elementos de exploración cultural en la estructura de la clase. Este programa ayuda a desarrollar un estilo de vida saludable como parte natural de la vida de los niños al hacer que el ejercicio sea divertido. Las clases también brindan elementos clave para el desarrollo infantil como respeto, trabajo en equipo y confianza.

* La recogida está disponible en la escuela Dual Language. Envíe un correo electrónico a Kathy después de inscribirse para coordinar a kgross@city.waltham.ma.us. Costo: \$42.00

BOLICHE

Grades four and five

Martes, 3:30-4:30 p.m.

4, 11, 18 de enero; 1, 8, 15 de febrero (sin programa 25 de enero)

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Instructor: Charles Collins

¡Aprenda a jugar boliche hoy! Este programa está destinado a ayudar a su hijo a mejorar sus habilidades y conocimientos fundamentales de boliche. Las sesiones se centrarán en las habilidades y técnicas individuales para lograr un desempeño consistente. En el carril, alentamos a los niños a ser competitivos al mismo tiempo que animamos y alentamos a sus compañeros de equipo. Este programa será instruido por Charles Collins. Charles ha estado jugando boliche desde que tenía tres años y ha recibido varios premios, becas y se le ha pedido que se una a una liga profesional. ¡Espera compartir su entusiasmo con todos los participantes!

* La recogida está disponible en la escuela Dual Language. Envíe un correo electrónico a Kathy después de inscribirse para coordinar a kgross@city.waltham.ma.us. Costo: \$ 42.00

AVENTURA AL AIRE LIBRE

Grades K-3

Miércoles, 3:30-4:30 p.m.

5, 12, 19, 26 de enero; 2, 9, 16 de febrero

Parque Prospect Hill, 314 Totten Pond Road

Instructora: Kara Greeley

¡Salgamos y tengamos una aventura! ¡Caminaremos, exploraremos y nos divertiremos en el increíble patio de recreo! Vístase para el clima y traiga una botella de agua.

Costo: \$ 42.00

MIÉRCOLES DE FÚTBOL

Grados 3-6

Miércoles, 3:30 – 4:30 p.m.

5, 12, 19, 26 de enero; 2, 9, 16 de febrero

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Instructor: Ben Kiwanuka

¿Disfrutas del fútbol y te gusta divertirse al mismo tiempo? ¡Únete a nosotros para divertidos miércoles de fútbol! Esta es una excelente manera de practicar tus habilidades, aprender nuevas habilidades y divertirse. Realizaremos ejercicios de habilidad, juegos divertidos y elegiremos equipos pequeños cada semana al azar, y permitiremos el juego libre. No hay porteros y el entrenamiento es mínimo.

Costo: \$ 42.00

ME GUSTA MOVERME

@ 510 Moody Street

Grados 2-5

Miércoles, 3:30-4:30 p.m.

5, 12, 19, 26 de enero; 2, 9, 16 de febrero

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Instructor: Adam Dallaire

¡Prepárate para correr, esquivar, y lanzar! Utilizaremos muchos espacios diferentes en el Centro Comunitario para jugar juegos como capturar la bandera, bola gaga, boliche y más. Por favor trae zapatillas de deporte y una botella de agua. Costo: \$42.00

CAMBIADORES DE HISTORIAS

Cada niño tiene una historia que contar ...

Grados 1-3

Miércoles, 3:45 – 5:00 p.m.

5, 12, 19, 26 de enero; 2, 9, 16 de febrero

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Instructora: Kimberly Strafford

Story Shifters es un programa de construcción de teatro único. El grupo toma un cuento popular, un cuento de hadas o un género bien conocido, y cambia ciertos aspectos. El resultado final es una nueva historia escrita e interpretada por los participantes. Los jóvenes explorarán los diferentes aspectos de la producción teatral a lo largo de este curso de siete semanas. La clase culminará con un intercambio para familiares y amigos. Costo: \$ 70.00

PROGRAMAS

ENERGÍA CREATIVA

Grados K-2

Jueves, 3:30-4:30 p.m.*

6, 13, 20, 27 de enero; 3, 10, 17 de febrero

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Instructora: Kathy Gross

¡Este programa se trata de liberar energía, tanto física como creativa! Pasaremos el comienzo de la clase corriendo, jugando, rebotando en la casa de rebote, etc. El resto del tiempo lo dedicaremos a liberar algo de energía creativa a través de proyectos de arte semanales dirigidos a la primaria más joven.

* La recogida está disponible en la escuela Dual Language.

Envíe un correo electrónico a Kathy después de inscribirse para coordinar a kgross@city.waltham.ma.us.

Costo: \$ 42.00

CUERDAS Y COSAS

Grados 3-5

Jueves, 3:30-5:00 p.m.

6, 13, 20, 27 de enero; 3, 10, 17 de febrero

Parque Prospect Hill, 314 Totten Pond Road

Instructora: Kara Greeley

¿Te ENCANTA hacer proyectos con diferentes tipos de cuerda?

¡Gimp, hilo dental, hilo, y mucho más! Tejer, trenzar, anudar, hacer ganchillo, lo que sea,

¡para eso está Strings & Things! Pasaremos tiempo cada semana aprendiendo y haciendo un montón de divertidos proyectos de cuerdas! ¡Estas serán habilidades y proyectos divertidos que estarán contigo por el resto de tu vida!

Costo: \$ 48.00

ENTRA A LA ZONA

Grados 3-5

Jueves, 3:30-4:30 p.m.*

6, 13, 20, 27 de enero; 3, 10, 17 de febrero

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Instructor: Adam Dallaire

Este programa es una introducción a todas las actividades divertidas que se llevan a cabo en nuestro programa "Chill Zone". ¡Cada semana haremos cosas como boliche, Gaga Ball, Skate n Scoot y mucho más!

* La recogida está disponible en la escuela Dual Language.

Envíe un correo electrónico a Kathy después de inscribirse para coordinar a kgross@city.waltham.ma.us.

Costo: \$ 42.00

PICKLEBOL JUNIOR

Grados 3-5

Jueves, 3:30 - 4:30 p.m.*

6, 13, 20, 27 de enero; 3, 10, 17 de febrero

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Instructor: Ben Kiwanuka

Las reglas son simples y el juego es fácil de aprender para los principiantes, pero puede convertirse en un juego competitivo de ritmo rápido para jugadores experimentados. Aprende a jugar a este divertido y emocionante juego y luego pon a prueba tus habilidades en juegos amistosos. Se proporciona todo el equipo necesario.

* La recogida está disponible en la escuela Dual Language.

Envíe un correo electrónico a Kathy después de inscribirse para coordinar a kgross@city.waltham.ma.us.

Costo: \$ 42.00

MARZO MAGICO

Grados K-3

Jueves, 3:30-5:00 p.m.

3, 10, 17, 24, 31 de marzo

Parque Prospect Hill, 314 Totten Pond Road

Instructora: Kara Greeley

¡Este marzo se trata de hadas, unicornios, duendes y todo tipo de magia! ¡Haremos hermosas casas de hadas / gnomos, saldremos a buscar una olla de oro en el bosque encantado, haremos muchas artes y manualidades místicas y jugaremos muchas actividades y juegos divertidos! Las posibilidades son infinitas.

Costo: \$ 35.00

TENIS INTERIOR JUVENIL

Grados K-2

Sábado, 11:00 - 11:50 a.m.

Grados 3-5

Sábado, 12:00 - 12:50 p.m.

Grados 6-8

Sábado, 1:00 - 1:50 p.m.

8, 29 de enero; 5, 12, 26 de febrero; 5, 12, 19 de marzo
(sin programa 15 y 22 de enero y 19 de febrero)

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Instructor: Skyhawks

Sumérgete en el tenis con esta serie de lecciones de tenis bajo techo para principiantes. Se proporcionan raquetas y pelotas.

Costo: \$ 70.00

PROGRAMAS

BÉISBOL DE INVIERNO CAMPAMENTO DE LANZAMIENTO Y CAPTURA

Grados 6-12

Lunes y Jueves, 7:00-8:30 p.m.

7, 10, 14, 17, 21, 24, 28 de febrero; 3, 14, 17 de marzo
(sin programa 7 y 10 de marzo)

Kennedy Middle School, 617 Lexington Street

Instructores: WHS Baseball Coaching Staff

El personal de entrenamiento de béisbol de Waltham High ofrecerá un campamento de lanzamiento y recepción este invierno. La atención se centrará en el acondicionamiento, la mecánica y el desarrollo de habilidades. Cada participante recibirá instrucción individual sobre todos los aspectos del lanzamiento y la recepción.

Costo: \$ 75.00 No residentes: \$ 90.00

SOFTBOL PARA NIÑAS CAMPAMENTO DE DESARROLLO DE HABILIDADES

Grados 5-12

Martes, 7:00-8:30 p.m.

8, 15, 22 de febrero; 1, 15 de marzo (sin programa 8 de marzo)

Kennedy Middle School, 617 Lexington Street

Instructores: WHS Softball Coaches

Los atletas de los grados 5-12 están invitados a participar en este campamento de cinco semanas. El campamento se enfocará en la mecánica de batear, fildear, lanzar y atrapar.

Costo: \$ 40.00 No residentes: \$ 55.00

VÓLEIBOL

Grados 5-8

Wednesday, 7:00 p.m. – 8:30 p.m.

January 19, 26; February 2, 9

Kennedy Middle School, 617 Lexington Street

Instructor: Chuck Smerlas

Este programa de voleibol enseñará habilidades y ejercicios y tendrá tiempo de juego. Los jugadores deben traer una botella de agua y rodilleras. Costo: \$ 36.00

PICKLEBOL JUNIOR

Grados 6-12

Viernes, 3:30 – 4:30 p.m.

7, 21, 28 de enero; 4, 11, 18 de febrero; 4 de marzo

(sin programa 14 de enero y 25 de febrero)

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Instructor: Ben Kiwanuka

Las reglas son simples y el juego es fácil de aprender para los principiantes, pero puede convertirse en un juego competitivo de ritmo rápido para jugadores experimentados. Aprende a jugar a este divertido y emocionante juego y luego pon a prueba tus habilidades en juegos amistosos. Se proporciona todo el equipo necesario.

Costo: \$ 42.00

ESQUÍ PARA ADOLESCENTES Y SNOWBOARD

Grados 7-9

Viernes, 3:00-8:00 p.m.

7, 14, 21, 28 de enero; 4, 11, 18 de febrero

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Instructor: Adam Dallaire

¡Únete a nosotros para esquiar y hacer snowboard este invierno! La camioneta de recreación saldrá de 510 Moody Street a las 3:15 p.m. y regresará a las 8:00 p.m. Este programa es solo un boleto de elevación sin lecciones, por lo que se sugiere experiencia previa. Por favor traiga algunos bocadillos y una botella de agua o siéntase libre de comprar comida y bebida en el albergue en Nashoba Valley.

Costo: \$ 280.00

E.L.I.T.E.

(Programa de Liderazgo)

Grados 5-7

Miércoles, 4:45 p.m. - 6:00 p.m.

5, 12, 19, 26 de enero; 2, 9, 16 de febrero

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

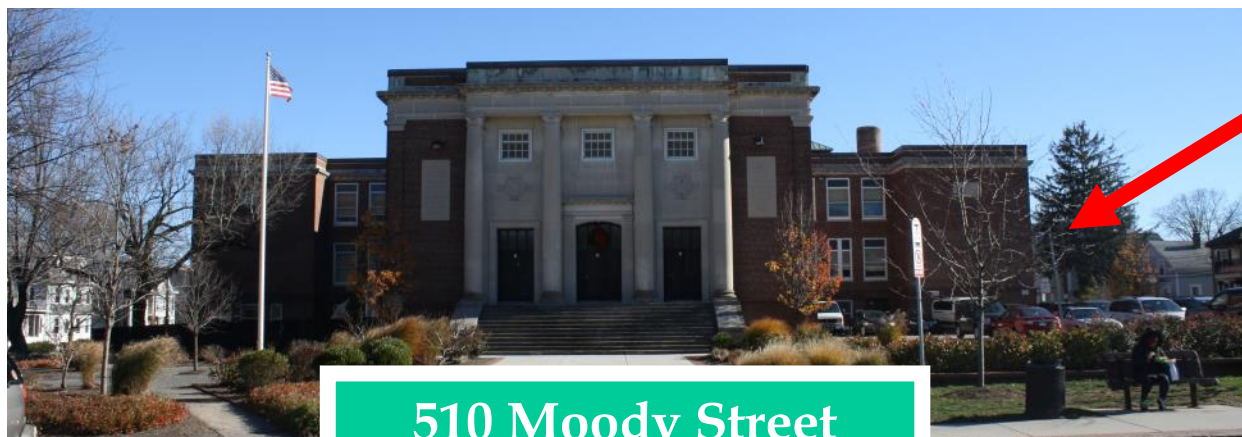
Instructor: Ben Kiwanuka

Este programa de liderazgo es para los jóvenes de Waltham que ingresan al quinto, sexto y séptimo grado. El objetivo del programa es brindar a los jóvenes participantes la oportunidad de fortalecer las habilidades sociales, mejorar la confianza mientras se mantienen altos estándares de carácter y desarrollo de habilidades que cumplirán y satisfarán las futuras necesidades de liderazgo de la comunidad. Participaremos en una serie de actividades semanales desafiantes y emocionantes para lograr los objetivos antes mencionados. Este programa también servirá como una gran herramienta para aquellos que estén interesados en ser futuros LEAP así como instructores del programa.

Costo: \$ 48.00

PROGRAMAS

CHILL ZONE



510 Moody Street



GRADOS 6-8

Viernes, 3:30-8:00

Sabado, 1:30-4:00

Chill Zone es un programa gratuito para los estudiantes de Waltham en los grados seis al doce. Chill Zone ofrece grandes oportunidades para la socialización y la aptitud física en un entorno seguro y supervisado. Consulte el sitio web del Departamento de Recreación para ver los calendarios de eventos mensuales.

Nota: Se permitirá entrada a los miembros anteriores de Chill Zone por un día sin papeleo. La documentación de membresía debe devolverse en la siguiente visita para poder asistir. Los NUEVOS miembros deben completar TODOS los trámites de membresía antes de ingresar. Las membresías son válidas por dos años.

Nota: Todos los miembros deben registrarse en persona con un padre/tutor legal. Chill Zone no permite invitados que no sean miembros registrados.

LOS FORMULARIOS DE MEMBRESÍA SE PUEDEN ENCONTRAR EN:

<https://www.city.waltham.ma.us/recreation-department/pages/chill-zone-after-chill>

PROGRAMAS

ARTES MARCIALES PARA ADULTOS

Adultos 18+

Lunes, 6:00-7:00 p.m.

3, 10, 24, 31 de enero

(sin programa 17 de enero)

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Instructor: Steve Nugent Karate Institute

Únase a nosotros para una clase desafiante pero divertida que mejorará su flexibilidad, fuerza, equilibrio, resistencia cardiovascular y velocidad. Los estudiantes no solo aprenden defensa personal, sino también peleas en torneos, kickboxing y peleas terrestres. Edades 16+. Se proporcionarán uniformes y cinturones de forma gratuita.

Costo: \$ 56.00

ZUMBA

Adultos 18+

Martes y Jueves, 5:30-6:30 p.m.

4 de enero– 31 de marzo

(sin programa 22 y 24 de febrero)

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Instructora: Jen Williams

Se requiere preinscripción. Zumba es una clase de baile y fitness de inspiración latina que incorpora movimientos de baile y música latinos e internacionales, creando un ejercicio dinámico, emocionante y eficaz. ¡Esta clase de quema de calorías de 60 minutos pasa muy rápido porque estás demasiado ocupado divirtiéndote! Esta clase está diseñada para todos y cualquier nivel de condición física. ¡Prepárate para sudar!

Costo: \$5.00 por clase. No residentes \$6.00

YOGA PARA TODOS LOS NIVELES

Adultos 18+

Miercoles, 6:00 – 7:00 p.m.

5, 12, 19, 26 de enero; 2, 9, 16 de febrero; 2 de marzo

(sin programa 23 de febrero)

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Instructora: Emma Gardiner

Esta clase de yoga es para todos los estudiantes, desde principiantes hasta yoguis experimentados. Las poses se entrelazan en un flujo de estilo vinyasa para ayudarte a entrar en tu cuerpo y salir de tu cabeza. Durante la clase nos moveremos, respiraremos, nos divertiremos y descansaremos. Esta clase te dejará con una sensación de gratitud y calma que podrás llevar al resto de tu semana.

Costo: \$ 64.00

PICKLEBALL ADULTO

Adultos 18+

Jueves, 4:30– 6:00 p.m. Y/O

Sabado, 9:00– 11:00 a.m.

Jueves: 6, 13, 20, 27 de enero; 3, 10, 17 de Febrero

Sabado: 8, 29 de enero; 5, 12, 26 de febrero; 5, 12 de marzo

(sin programa 15 y 22 de enero y 19 de febrero)

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Instructor: Ben Kiwanuka

Las reglas son simples y el juego es fácil de aprender para los principiantes, pero puede convertirse en un juego competitivo de ritmo rápido para jugadores experimentados. Aprenda a jugar a este divertido y emocionante juego y luego ponga a prueba sus habilidades en juegos amistosos. Se proporciona todo el equipo necesario.

Jueves: \$48.00

Sábados: \$56.00

BÁDMINTON

Adultos 18+

Sabado, 12:00 -2:00 p.m.

8, 29 de enero; 5, 12, 26 de febrero; 5, 12 de marzo

(sin programa 15 y 22 de enero y 19 de febrero)

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

Supervisor: Ben Kiwanuka

Todos los niveles de habilidad son bienvenidos. Por favor use zapatos deportivos/ tenis y diviértase jugando al bádminton.

Costo: \$56.00



FITNESS ROOM

Adultos 18+

Lunes-Viernes

9:00 a.m.– 4:00 p.m.

Departamento de Recreación de Waltham, 510 Moody Street

VETERAN'S MEMORIAL ICE RINK



Skate Rentals: \$7.00
Skate Sharpening: \$8.00

PATINAJE PÚBLICO

El patinaje público comenzará el viernes 19 de noviembre. Horas sujetas a cambios debido a semanas de vacaciones escolares, no días escolares y eventos especiales. Visite el sitio web del Departamento de Recreación o llame al 781-314-3474 para obtener información y el horario completo de la pista. Costo: \$6.00 niños/adultos mayores, \$10.00 adultos

Domingo	2:00 p.m.	A	3:50 p.m.
Martes	10:00 a.m.	A	11:50 a.m.
Miercoles	10:00 a.m.	A	11:50 a.m.
Jueves	10:00 a.m.	A	11:50 a.m.
Viernes	7:00 p.m.	A	8:50 p.m.
Sabado	2:00 p.m.	A	3:50 p.m.



HOCKEY PÚBLICO PARA ADULTOS (mayores de 16 años)

"Stick & Puck" comenzará el martes 14 de septiembre. Requiere equipo completo. Horas Sujeto a cambios debido a semanas de vacaciones escolares, no días escolares y eventos especiales. Visite el sitio web del Departamento de Recreación o llame al 781-314-3474 para obtener información y el horario completo de la pista. Costo: \$10.00

Tuesday– Friday	12:00 p.m.	to	12:50 p.m.
-----------------	------------	----	------------

WALTHAM YOUTH HOCKEY

Walthamyouthhockey.org
617-429-8745

BAYSTATE SKATING SCHOOL

www.BayStateSkatingSchool.org
781-890-8480



www.city.waltham.ma.us/recreation-department/pages/virtual-recreation-department

¡Bienvenidos al Centro de Recreación Virtual de Waltham! Aquí encontrarán una colección de recursos de recreación digitales. El Departamento de Recreación de Waltham también desea ofrecerle a usted y a su familia formas nuevas y creativas de mantenerse ocupados, activos y comprometidos. Esperamos que al poner estos recursos a su alcance, puedan priorizar su salud y bienestar.

PROGRAMAS DE ESQUÍ / SNOWBOARDING



NASHOBA VALLEY - LECCIONES DE ESQUÍ / SNOWBOARDING:

Ofreceremos lecciones de esquí y snowboard para mayores de 7 años en Nashoba Valley Ski Area. Los participantes se agruparán según la edad y el nivel de esquí / snowboarding. Las lecciones de los viernes se llevarán a cabo de 5:45 a 6:45 p.m. con tiempo de esquí extendido disponible después de la lección, de 6:45 a 9:00 p.m. La lección del sábado se llevará a cabo de 9:00 a 10:00 a.m. con tiempo de esquí extendido disponible después de la lección, de 10:00 a.m. a 12:15 p.m. El programa tiene una duración de seis semanas a partir del 7 de enero y el 8 de enero. Se puede alquilar equipo de esquí y snowboard. Consulte la información a continuación. Todo el transporte hacia y desde Nashoba

Siglos 7-17	LECCIONES DE ESQUÍ	Viernes	5:45- 6:45 p.m.	seis semanas a partir del 7 de enero	\$380.00
Siglos 7-17	LECCIONES DE SNOWBOARDING	Viernes	5:45- 6:45 p.m.	seis semanas a partir del 7 de enero	\$380.00
Siglos 7-17	LECCIONES DE ESQUÍ	Sabado	9:00- 10:00 a.m.	seis semanas a partir del 8 de enero	\$420.00
Siglos 7-17	LECCIONES DE SNOWBOARDING	Sabado	9:00- 10:00 a.m.	seis semanas a partir del 8 de enero	\$420.00

NASHOBA VALLEY - EQUIPO DE ESQUÍ Y SNOWBOARD "RESERVAS DE EQUIPO":

Para los participantes en los programas de esquí de Nashoba Valley y lecciones de snowboard. Ven a reservar tu equipo con anticipación. Ponte los esquís, las botas y las tablas esta noche. Recogelos cuando comience tu programa en enero. Un representante de esquí de Nashoba Valley estará en el Edificio de Recreación en 510 Moody Street el viernes 10 de diciembre de 6:00 pm a 7:00 pm para preparar a las personas para el equipo y para responder cualquier pregunta sobre los programas. Si no puede asistir esta noche, llame a Nashoba Valley al (978) 692-3033 para hacer una cita o preguntar sobre otras "reservas de equipo" en otras comunidades. La tarifa incluye el equipo para la duración de las lecciones.

El pago debe realizarse el viernes 10 de diciembre de 2021. Haga cheques a nombre de: Nashoba Valley Ski

ESQUÍ / SNOWBOARDING PARA ADULTOS

Por favor visita www.skinashoba.com