

ACTIVIDADES GRATUITAS

CALENDARIO MENSUAL
OCTUBRE

A·PRÉNDETE
EN **FUNDIDORA** 

TODOS LOS

ACTIVIDAD GRATUITA

LUNES

5, 12, 19 y 26 de octubre

**TALLER
DE PINTURA**
6:00 P.M.



Recuerda traer: acuarelas,
pinceles, papel opalina
y un vaso reusable para agua.
Coach: @eliezer_blanco1

**CARDIO
DANCE**
8:00 P.M.



Recuerda traer: ropa cómoda
e hidratación
Coach: @rpcoachmty

La ubicación dentro del parque se compartirá el día del curso
en nuestras historias.

TODOS LOS

ACTIVIDAD GRATUITA

MARTES

6, 13, 20 y 27 de octubre

VINYASA YOGA

6:30 P.M.



Recuerda traer: tapete para yoga, ropa cómoda e hidratación.

Coach: @sukhayogamar

MEDITACIÓN GUIADA

7:20 P.M.



Recuerda traer: tapete para yoga, usar ropa cómoda e hidratación.

Coach: @athan.garper

La ubicación dentro del parque se compartirá el día del curso en nuestras historias.

TODOS LOS

ACTIVIDAD GRATUITA

MIÉRCOLES

7, 14, 21 y 28 de octubre

**IMPROVISACIÓN
TEATRAL**
6:00 P.M.

Recuerda traer: **ropa cómoda
e hidratación.**

Coach: [@improregia](#)



**LENGUA
DE SEÑAS**
7:00 P.M.



Coach: [@lore.barajas](#)

**CARDIO
DANCE**
8:00 P.M.



Recuerda traer: **ropa cómoda
e hidratación.**

Coach: [@rpcoachmtty](#)

La ubicación dentro del parque se compartirá el día del curso
en nuestras historias.

TODOS LOS

ACTIVIDAD GRATUITA

JUEVES

1, 15, 22 y 29 de octubre



**FOTOGRAFÍA
CON CELULAR
6:00 P.M.**

Temática: terror

Recuerda traer: tu celular
con batería al 100% y tener
espacio libre de almacenamiento,
ropa cómoda, tenis o calzado
para caminar e hidratación



La ubicación dentro del parque se compartirá el día del curso
en nuestras historias.

TODOS LOS

ACTIVIDAD GRATUITA

VIERNES

2, 9, 16, 23 y 30 de octubre

VINYASA YOGA

6:30 P.M.



Recuerda traer: tapete para yoga,
ropa cómoda e hidratación

Coach: @sukhayogamar

MEDITACIÓN GUIADA

7:20 P.M.



Recuerda traer: tapete para yoga,
ropa cómoda e hidratación.

Coach: @athan.garper

DEFENSA PERSONAL

8:00 P.M.



Recuerda traer: ropa cómoda
e hidratación

Coach: @Shifu_naceanceno

La ubicación dentro del parque se compartirá el día del curso
en nuestras historias.

ACTIVIDAD GRATUITA

EVENTOS ESPECIALES

**FOTOGRAFÍA CON CELULAR
EN EL ARCHIVO HISTÓRICO
8 DE OCTUBRE
4:00 P.M.**

Cupo limitado. Para inscribirte manda "yo" por DM.



**APRENDIENDO A VIVIR
CON MI DUELO
13 DE OCTUBRE
7:00 P.M.**

Coach: @tanatologalolyneyra



**CLUB DE LECTURA
31 DE OCTUBRE
5:00 P.M.**

Coach: @atrapadoensuspaginas



La ubicación dentro del parque se compartirá el día del curso
en nuestras historias.