

REGÍSTRATE AHORA

IT'S
TIME
TEXAS

TEXAS IS
BEST WHEN
TEXANS ARE
HEALTHY



IT'S TIME TEXAS CLASES VIRTUALES DE ACTIVIDAD FÍSICA Y NUTRICIÓN



Seis días a la semana



Todos los niveles de condición física



Español/
Inglés

It's Time Texas ofrece clases de ejercicio físico y programas de educación nutricional de forma **GRATUITA** para que los participantes no tengan barreras financieras y la salud sea accesible para todas las personas de Texas. Las clases están disponibles seis días a la semana en español e inglés y están diseñadas para satisfacer las necesidades de las personas de Texas de cualquier condición física.

LA META: ¡SALUD PARA TODOS!

- Zumba
- Kickboxing
- Cardio y fuerza
- Yoga
- MixedFit
- ¡Y más!

¡PARA INSCRIBIRSE Y ASISTIR A LAS CLASES, ESCANEE EL CÓDIGO QR A CONTINUACIÓN!



Esta institución ofrece igualdad de oportunidades. Este material fue financiado por el Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria de USDA - SNAP. Para obtener ayuda con la compra de alimentos saludables, inscribese en yourtexasbenefits.com para recibir los beneficios de SNAP.