



# FREE ZUMBA CLASSES

SOUTH AUSTIN RECREATION CENTER  
1100 CUMBERLAND RD. AUSTIN, TX 78704

Tuesdays 6:00 PM – 7:00 PM

*Spring Session  
Jan 21– May 15*

ZUMBA® is a fusion of Latin and International music/dance themes that create a dynamic and exciting workout. The routines feature aerobic/fitness interval training with a combination of fast and slow rhythms that tone and sculpt the body. All fitness levels are welcome!

Please arrive 5-10 minutes early to first class. Childcare is not provided.



**STRONGER**  
AUSTIN

FOR MORE INFORMATION VISIT  
[WWW.STRONGERAUSTIN.ORG](http://WWW.STRONGERAUSTIN.ORG)

This institution is an equal opportunity provider. This material was funded by USDA's Supplemental Nutrition Assistance Program—SNAP. To receive assistance purchasing healthy food, sign up for SNAP benefits at [yourtexasbenefits.com](http://yourtexasbenefits.com).

The City of Austin is proud to comply with the American Disability Act. If you require assistance for participation in our programs or use of our facilities, please call (512) 974-3914.

# CLASES DE ZUMBA GRATIS

SOUTH AUSTIN RECREATION CENTER  
1100 CUMBERLAND RD. AUSTIN, TX 78704

Martes 6:00 PM - 7:00 PM

*Sesión de primavera  
Enero 21 - Mayo 15*

ZUMBA® es una fusión de temas de música y baile latinos e internacionales que crean un entrenamiento dinámico y emocionante. Las rutinas incluyen entrenamiento de intervalos aeróbicos / de ejercicios con una combinación de ritmos rápidos y lentos que tonifican y esculpen el cuerpo. ¡Todos los niveles de condición física son bienvenidos!

Por favor llegue 5-10 minutos antes a la primera clase.  
Cuidado de niños no es provisto.



**STRONGER**  
AUSTIN

PARA MÁS INFORMACIÓN VISITE  
[WWW.STRONGERAUSTIN.ORG](http://WWW.STRONGERAUSTIN.ORG)

Esta institución ofrece igualdad de oportunidades. Este material se desarrolló con fondos proporcionados por el Supplemental Nutrition Assistance Program (SNAP en inglés) del Departamento de Agricultura de los EE.UU. Para recibir ayuda para comprar alimentos saludables, inscribese para obtener los beneficios de SNAP en [yourtexasbenefits.com](http://yourtexasbenefits.com)

Con orgullo, la ciudad de Austin cumple con la ley para los discapacitados "Americans with Disabilities Act." Si usted requiere asistencia para participar en nuestros programas o para el uso de nuestras facilidades, por favor llame al (512) 974-3914.