

Únete a nosotros en la Caminata Con Un Doctor

¡Simplemente salir a caminar es una de las mejores cosas que puedes hacer por tu salud!

Únase a nosotros en Del Lago Park el tercer sábado de cada mes a las 8 a.m.

Este grupo de caminata GRATUITO es un lugar divertido y seguro para dar un paseo, aprender sobre la salud con un profesional de la salud local y conocer nuevos amigos.



2024

Enero 20- Estableciendo Metas

Febrero 17- Conexión Social

Marzo 16- Leer Etiquetas De Alimentos

Abril 20- Música y Salud

Mayo 18- Caminar y Salud Mental

Junio 8- Dormir

Julio 20- Hidratación

Agosto 17- Yoga Y Estiramiento

Septiembre 21- Salud Ambiental

Octubre 19- Salud De Los Niños

Noviembre 16- Duelo En Días Festivos

Diciembre 21- Salud Física En El Invierno



Registración: 8am Calentamiento: 8:05am Educación: 8:30am

Ubicación: Parke Del Lago 1700 N Laspina Ave, Tulare, CA 93274