

# LET'S MOM-BA



FOR YOUTH DEVELOPMENT®  
FOR HEALTHY LIVING  
FOR SOCIAL RESPONSIBILITY

## Mommy and Me Movin' & Groovin' Dance Class

**Fitness & fun rolled into one!**  
A great way to get exercise, bond with your baby and socialize with other moms.

This 45 minute class is for mothers of small children and their little ones. Big opportunity to dance together.

**INSTRUCTOR:** Rea Collison

**DAY/TIME:** Thursday; 1pm - 1:45pm

**COST:** \$15 / Facility Member  
\$5 / Program Member

**For more information, contact:**

**Mayra Zendejas**

**831.637.8600**

**[mzendejas@ymcacentralcoast.org](mailto:mzendejas@ymcacentralcoast.org)**



# VAMOS A MOM-BA



POR LA FORMACIÓN DE NIÑOS Y JÓVENES®  
POR UNA VIDA SALUDABLE  
POR LA RESPONSABILIDAD SOCIAL

## Mommy and Me Movin' & Groovin' Clase de baile

Ejercicio y diversión, todo en uno!  
Una gran manera de hacer ejercicio, vínculo  
con su bebé y socializar con otras madres.

Esta clase de 45 minutos es para las madres  
de pequeños y sus bebés.  
Gran Oportunidad para bailar juntos.

**INSTRUCTOR:** Rea Collison

**DÍA/HORA:** jueves; 1pm - 1:45pm

**CUOTA:** \$15 / miembro de facilidad  
\$5 / miembro de programa

**Para más información, contacte:**

**Mayra Zendejas**

**831.637.8600**

**[mzendejas@ymcacentralcoast.org](mailto:mzendejas@ymcacentralcoast.org)**

