

HEALTHY LIVING

MAY 2026 • WATSONVILLE FAMILY YMCA

No Place Like *This Place*™



Step into a night of fun at our Family Formal! Dance, play games, enjoy tasty snacks, and make lasting memories all while supporting our Financial Assistance Program so every family can be part of the Watsonville Family YMCA.

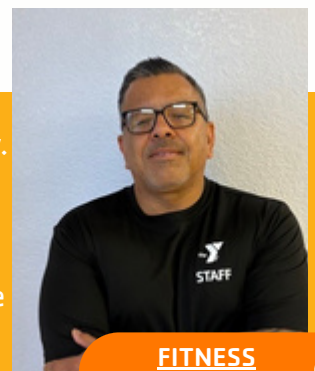
Bring a friend!

Good energy is meant to be shared! From May 18–31, **BRING A FRIEND** to experience the Y for free. Show them your workouts, your classes, your community. If they join, we'll waive their joiner fee and you'll be **ENTERED IN A DRAWING** for Y swag!

Visit the front desk to register!

Welcome Mark!

My Name is Mark Vasquez, and I was born and raised in Monterey County. I now work and live in Santa Cruz County, and I have been involved in the fitness field teaching kids and adults for over 3 decades now, from coaching high school wrestling and football, and teaching Martial Arts. It was a natural transition to teach Kickboxing and Bootcamps, which I have been doing for 10 years now. I'm happy and excited to share my experience with the Watsonville YMCA community.



[FITNESS SCHEDULE](#)



Zumba-thon 2026



Thank you to everyone who joined us for our disco-themed Zumba-thon! The dance floor was alive with energy, and it was incredible to see our community come together for such a fun and uplifting event. We truly appreciate your support. Because of you, we can continue expanding access to YMCA programs, helping more families in our community belong, grow, and thrive.



May Highlights

This May we are celebrating our Member of the Month Elizabeth Rio, Kid of the Month Leah, and Staff of the Month Elba Herrera! We are so grateful for the energy, kindness, and community spirit each of you brings to the YMCA. Your impact is felt in every corner of our building, from the front desk to the gym floor and throughout our programs.



Summer is right around the corner

Starting **JUNE 8TH**, we'll welcome kids into the YMCA for 8 weeks of fun, learning, and activity all summer long. Please help us create a safe, welcoming space as our facility becomes a vibrant hub of youth programs, energy, and community connection. Still looking for something for your little one to be part of this summer? We may still have a few spots available!

Bloom Through May!

MAY 1ST - 31ST



Fitness Challenge Card is back! Try a new exercise each day, and once you complete 20 of 25 you'll earn a prize!

Active Wellness Program



As a valued member, you're already part of our community and now you can invite loved ones to enjoy free fitness classes, free health screenings, and access to fresh food resources.

UMPCOMING FREE HEALTH SCREENING:
Monday, May 4th from 9am-12pm

Active Wellness
Program Fitness
Classes



Fundamentals of dance

Fundamentals of Dance is a fun, supportive way to introduce young members to movement while building confidence, coordination, and creativity. Dancers will also have opportunities to showcase their skills at YMCA events.

DETAILS!



Scan or click the QR Code to visit our webpage.



VIDA SALUDABLE

MAYO DE 2026 • YMCA FAMILIAR DE WATSONVILLE

No hay sitio como este.™



Pasa a la recepción para inscribirte!

Vente a disfrutar una noche llena de diversión en nuestro Family Formal. Baila, juega, disfruta botanas ricas y crea recuerdos inolvidables mientras apoyas nuestro Programa de Asistencia Financiera, para que todas las familias puedan ser parte del YMCA de Watsonville.

¡Invita a un amigo!

¡La buena energía está hecha para compartirse! Del 18 al 31 de mayo, **trae a un amigo** para que experimente el Y gratis. Muéstrale tus entrenamientos, tus clases y tu comunidad. Si se inscribe, eliminaremos su cuota de inscripción y tú serás **ingresado en un sorteo** para ganar artículos del Y.

¡Bienvenido, Mark!

Me llamo Mark Vásquez, nací y crecí en el Condado de Monterey. Actualmente trabajo y vivo en el Condado de Santa Cruz, y llevo más de 30 años en el ámbito del fitness, enseñando a niños y adultos. He sido coach de lucha libre y fútbol americano en preparatoria, además de instructor de artes marciales. Fue una transición natural empezar a dar clases de kickboxing y bootcamps, lo cual he estado haciendo por los últimos 10 años. Estoy muy contento y emocionado de compartir mi experiencia con la comunidad del YMCA de Watsonville.



HORARIO DE ENTRENAMIENTO 

Maratón de Zumba 2026



Gracias a todos los que nos acompañaron en nuestro Zumbatón con temática disco. La pista de baile estuvo llena de energía, y fue increíble ver a nuestra comunidad unirse para un evento tan divertido y motivador. De verdad apreciamos su apoyo. Gracias a ustedes, podemos seguir ampliando el acceso a los programas del YMCA, ayudando a más familias de nuestra comunidad a pertenecer, crecer y salir adelante.



Destacados de mayo

Este mayo celebramos a nuestra Miembro del Mes, Elizabeth Rio; a la Niña del Mes, Leah; y a nuestra Empleada del Mes, Elba Herrera. Nos sentimos muy agradecidos por la energía, amabilidad y espíritu de comunidad que cada una de ustedes aporta al YMCA. Su impacto se siente en cada rincón de nuestro espacio, desde la recepción hasta el área de ejercicio y en todos nuestros programas.



El verano ya casi llega.

A partir del **8 de junio**, estaremos recibiendo a los niños en el YMCA para 8 semanas de diversión, aprendizaje y actividad durante todo el verano. Por favor ayúdanos a crear un espacio seguro y acogedor, ya que nuestras instalaciones se llenarán de energía, programas juveniles y conexión con la comunidad ¿Todavía estás buscando algo para que tu pequeño sea parte este verano? ¡Puede que aún tengamos algunos lugares disponibles!

¡Brilla durante todo mayo!

DEL 1 AL 31 DE MAYO



¡Regresa la Tarjeta del Reto de Fitness! Prueba un ejercicio nuevo cada día y, una vez que completes 20 de los 25, ¡ganarás un premio!

Programa de Bienestar Dinámico



Como miembro valioso, ya formas parte de nuestra comunidad y ahora puedes invitar a tus seres queridos a disfrutar de clases de fitness gratuitas, exámenes de salud sin costo y acceso a recursos de alimentos frescos.

PRÓXIMO EXAMEN DE SALUD GRATIS:
Lunes 4 de mayo, de 9 a.m. a 12 p.m.

[Programa Activo de Bienestar y Clases de Fitness](#)



Fundamentos de la danza

Fundamentos de Danza es una forma divertida y de apoyo para introducir a los jóvenes miembros al movimiento, mientras desarrollan confianza, coordinación y creatividad. Los bailarines también tendrán la oportunidad de mostrar sus habilidades en eventos del YMCA.

¡DETALLES!



Escanea o haz clic en el código QR para visitar nuestra página web.

