



Segundo Sábado Del Mes

8:00AM-9:15 AM • Blain Park- 3101 S. Court St. • Visalia, CA 93277

Los eventos de enero y febrero se llevarán a cabo en Kaweah Health Lifestyle Fitness Center, 5105 W. Cypress Ave., Visalia, CA 93277.

Tema de Salud	Fechas 2026
10 de enero	Metas Saludables
14 de febrero	Salud del Corazón
14 de marzo	Cancer de Colon
11 de abril	Jardineria
9 de mayo	Asma
13 de junio	Control de Peso
11 de julio	Salud de la Piel
8 de agosto	Manejo del Estrés
12 de septiembre	Envejecer Saludable
10 de octubre	Cancer de Mama
14 de noviembre	Diabetes y la Salud Bucal
12 de diciembre	El Duelo y Dias Festivos

Tomaremos unos minutos para aprender sobre un tema de salud actual, y luego pasaremos el resto de la hora disfrutando de una caminata saludable a tu propio ritmo y distancia. ¡Es una excelente manera de mantenerte activo, aprender sobre salud y conocer nuevos amigos! ¡Los eventos son GRATUITOS y abiertos para todos!

Registro: 8 AM
Calentamiento: 8:15 AM
Platica: 8:30 AM
¡Aperitivos Saludables y Premios!

WALKwith a **DOC.org**



walkwithadoc.org | Yavianed@KaweahHealth.org | (559) 624-2758