



## BUENA PARK

---

MON. 7:30-9:30 AM  
BELLIS PARK

---

MON. 9:00-11:00 AM  
PEAK PARK

---

WED. 5:30-6:15 PM  
LINDBERGH PARK

---

SUN. 3:00-3:45 PM  
SAN MARINO PARK

---

SUN. 4:00-5:00 PM  
PEAK PARK

# MAXIMIZE YOUR WORKOUT FREE PHYSICAL ACTIVITY COACHING

February 17 to May 10, 2020

Get help from CSUF Kinesiology students to set goals, create a plan, create or modify your workout using the exercise equipment at your local park and help you become more physically active.

Find us dressed in orange at the exercise equipment at your local park.

Please note coaches will not be present from March 30-April 5.



Move More, Eat Healthy



Follow us on Instagram  
@kin\_act or on Facebook  
Or contact Dr. Wilson at 657-  
278-8329 to learn more

[http://hhd.fullerton.edu/knes/  
ResearchLabs/atepl/schedules  
.htm](http://hhd.fullerton.edu/knes/ResearchLabs/atepl/schedules.htm)



# MAXIMICE SU ENTRENAMIENTO ¡CONSEJOS DE ACTIVIDAD FISICA GRATIS!

**Febrero 17 to Mayo 10, 2020**

Estudiantes de la Universidad de CSUF (estudiantes de Kinesiología) estarán ofreciendo consejos para crear metas, crear planes, y modificaciones en sus entrenamientos utilizando las máquinas de ejercicio en sus parques locales.

Nos pueden encontrar vestidos de naranjado en los parques con máquinas de ejercicio.

Tenga en cuenta que los entrenadores no estarán presente Marzo 30-Abril 5.



**Move More, Eat Healthy**



## BUENA PARK

---

LUNES 7:30-9:30 AM  
BELLIS PARK

---

LUNES 9:00-11:00 AM  
PEAK PARK

---

MIÉRCOLES 5:30-6:15  
PM LINDBERGH PARK

---

DOMINGO 3:00-3:45  
PM SAN MARINO PARK

---

DOMINGO 4:00-5:00  
PM PEAK PARK

Síganos en Instagram o  
Facebook: @kin\_act  
Para más información  
contacte: Dr. Wilson  
657-278-8329

[http://hhd.fullerton.edu/knes/  
ResearchLabs/atepl/schedules  
.htm](http://hhd.fullerton.edu/knes/ResearchLabs/atepl/schedules.htm)