

Gilbert Lindsay Recreation Center

429 E. 42ND PLACE, LOS ANGELES, CA 90011

PHONE: 323.846.7584 EMAIL: gilbertlindsay.recreationcenter@lacity.org

Instagram : @gilbertlindsayrc

MOVE. GROVE. IMPROVE.

ADULT FITNESS & WORKOUT CLUB

MONDAY - THURSDAY

7:00PM-8:30PM

Energizing group workouts designed for all fitness levels.

Improve strength, stamina, and flexibility while having FUN
in a supportive environment.



SCAN ME TO REGISTER!

\$15

PER WEEK

-Information on this flyer is subject to change without prior notice.

-“Persons with disabilities are welcome to participate in our programs. Reasonable accommodations will be made with prior arrangements. Please be aware that some accommodations may take 30 days or longer. Please submit your request for an accommodation as soon as possible.”

-Achieving gender equity through a continuous commitment to girls and women in sports.

-Participation in fitness classes involves varying degrees of accidental injury risks. The City of Los Angeles Department of Recreation and Parks (RAP) is not responsible for any injury to any person suffered while warming up or participating in exercise and fitness classes for any reason whatsoever. Each adult participant certifies upon registration that he/she is physically capable of participating in a class. Parents and/or legal guardians are solely responsible for ensuring participants who are their legal minors are physically capable of participating in a class. RAP recommends that every participant speak with a physician and receive a physical prior to participating in any exercise and fitness class.

-“Full refunds are only issued when the Recreation Center cancels the activity.
A 15% cancellation fee is assessed for all refunds.”



Gilbert Lindsay Recreation Center

429 E. 42ND PLACE, LOS ANGELES, CA 90011

PHONE: 323.846.7584 EMAIL: gilbertlindsay.recreationcenter@lacity.org

Instagram : @gilbertlindsayrc

MOVE. DISFRUTAR. MEJORAR.

CLUB DE FITNESS & EJERCICIO PARA ADULTOS

LUNES-JUEVES
7:00PM-8:30PM

Entrenamientos grupales energizantes diseñados para todos los niveles de condición física.

Mejora tu fuerza, resistencia y flexibilidad mientras
te diviertes en un ambiente de apoyo.



SCAN ME TO REGISTER!

\$15
POR SEMANA

-La información de este folleto está sujeta a cambios sin previo aviso.

Las personas con discapacidad son bienvenidas a participar en nuestros programas. Se realizarán adaptaciones razonables con previa solicitud. Tenga en cuenta que algunas adaptaciones pueden tardar 30 días o más. Envíe su solicitud de adaptación lo antes posible.

-Lograr la equidad de género a través de un compromiso continuo con las niñas y las mujeres en el deporte.

-Participar en clases de fitness conlleva diversos riesgos de lesiones accidentales. El Departamento de Recreación y Parques de la Ciudad de Los Ángeles (RAP) no se responsabiliza de ninguna lesión que sufra ninguna persona durante el calentamiento o la participación en clases de ejercicio y fitness, por ningún motivo. Al inscribirse, cada participante adulto certifica que es físicamente capaz de participar en una clase. Los padres o tutores legales son los únicos responsables de garantizar que los participantes menores de edad sean físicamente capaces de participar en una clase. El RAP recomienda que todos los participantes consulten con un médico y se realicen un examen físico antes de participar en cualquier clase de ejercicio y fitness.

-Los reembolsos completos solo se otorgan cuando el Centro Recreativo cancela la actividad. Se aplica un cargo por cancelación del 15% a todos los reembolsos.

