



# Guía de Programación Verano 2025



*Información sobre  
campamentos adentro*

SÍGANOS EN:



*Asistencia de tarifas  
disponible*

# 2025 SUMMER PROGRAMS



**Middle School U**

**Join the summer fun!**

**June 16-August 15**

**Course Options Include:**

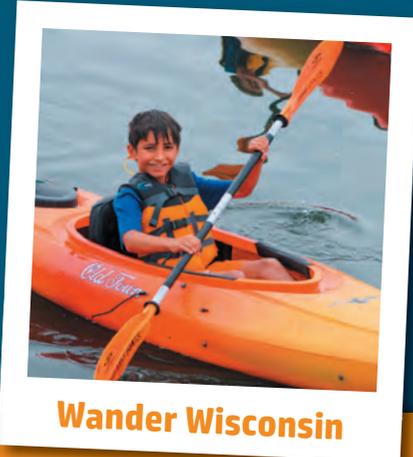
- Cooking | Baking | 3D Printing | Amigurumi
- Rock Climbing | Escape Rooms | LARPing
- And many more!**

**Half-day & full-day options available for your middle schooler**

*Other programs for campers ages 5-11:*



**Day Camps**



**Wander Wisconsin**



**Theater Immersion Camp**

**FIND MORE INFORMATION AND REGISTER AT [WISCONSINYOUTHCOMPANY.ORG](http://WISCONSINYOUTHCOMPANY.ORG)**

**OR SCAN THIS QR CODE**



# GUÍA DE PROGRAMACIÓN DE MSCR VERANO 2025

608.204.3000 O MSCR.ORG



## MSCR Central

328 E Lakeside Street

Madison, WI 53715

Lunes - Viernes

8 am - 5 pm

608.204.3000

## Comienza el registro

Lunes 10 de marzo a las 12pm

para residentes de MMSD y

Lunes 24 de marzo a las 12pm

para no residentes de MMSD.

**SUPERINTENDENTE DE MMSD:** Dr. Joe Gothard

**DIRECTORA EJECUTIVA DE MSCR:** Mary Roth

### JUNTA EDUCATIVA DE MMSD:

Nichelle Nichols, *Presidenta*, Maia Pearson, *Vice-Presidenta*, Nicki Vander Meulen, Laura Simkin, *Secretarias*, Ali Janae Muldrow, *Tesorera*, Savion Castro, Blair Mosner Feltham, Megan Finando, *Representantes Estudiantiles*

### MIEMBROS DE LA JUNTA DE "FRIENDS OF MSCR":

Danessa Bishop, Zakiya Catlin, Matthew Fornoff, Joe Johnson, Amber Kolner, John Laubmeier, Caitlyn Liu, Kirsten Miller, Brad Olson, Erin Peot, Jake Sedlak y Mary Walsh

### COMITÉ ASESOR DE CIUDADANOS DE MSCR:

Jackie Bastyr Cooper, Jan Ford, Lindsey Kourafas, Bessie Splitt, Blair Mosner Feltham, *Representante de la Junta de Educación*

## PREESCOLARES Y JUVENILES

Acuáticos	22 - 24
Artes y Enriquecimiento Preescolares - Niño + Adulto	5, 8-9
Artes y Enriquecimiento - Juveniles	10 - 13
Campamentos	C1-C16
Fitness	14 - 15
Exteriores - Botes Pontones	28 - 29
Actividades al Aire Libre	25
Fútbol y Deportes	15 - 21

## ADULTOS

Recreación Adaptada	6-7
Acuáticos	22 - 24
Artes y Enriquecimiento	31-37
Excursiones Diurnas	32
Fitness	38 - 41
Goodman-Rotary 50+ Fitness	42 - 48
Exteriores - Experiencias Personalizables	26
Exteriores - Botes Pontones	28 - 29
Actividades al Aire Libre y Remo	25, 27
Deportes - Ligas, Pickleball y Tenis	50 - 52

## FAMILIA/MULTI-EDADES

Acuáticos	22 - 24
Artes y Enriquecimiento Preescolares - Niño + Adulto	5, 12 - 13
Fitness	5, 14 - 15
Exteriores - Botes Pontones	28 - 29
Actividades al Aire Libre	25
Deportes - Niño + Adulto	16 - 17

## REGISTRACIÓN

"Friends of MSCR"	53
Formulario de Solicitud de Asistencia de Pagos	58
Formulario Complementario de Campamentos	56
Servicios de Inclusión	54
Sitios de Programación de MSCR	5
Pólizas y Procedimientos	55
Formulario de Registro	57

### Cómo Registrarse

El registro comienza a las 12 pm.

1. Regístrese en línea en [mscr.org](http://mscr.org). Esta es la mejor opción para clientes interesados en actividades de alta demanda.

O

2. Complete un Formulario de Registro de MSCR en papel (que se encuentra en la parte posterior de la Guía) y devuelva su formulario y método de pago a MSCR de una de las siguientes maneras:

- Correo de EEUU a MSCR Central, 328 E Lakeside St, Madison, WI 53715
- Envíe una foto o scan del formulario por email a [mscr@madison.k12.wi.us](mailto:mscr@madison.k12.wi.us)
- Envíe un fax a 608-204-0557
- Entréguelo en MSCR Central, MSCR East o MSCR West

### ASISTENCIA CON TARIFAS

Cómo solicitar asistencia con las tarifas:

Para solicitar asistencia con las tarifas, complete el Formulario de Solicitud de Asistencia de Pagos que se encuentra en la parte posterior de la Guía de Programación y devuélvalo a MSCR junto con su Formulario de Registro siguiendo las instrucciones de la Opción 2 mencionado anteriormente. No se requiere documentación adicional.

Tenga en cuenta: para tener la mejor oportunidad de inscribirse en su programa preferido, devuelva su Formulario de Solicitud de Asistencia de Pagos a MSCR antes del primer día de inscripción el lunes 10 de marzo.

Estimada Comunidad de Madison,

Cuando se cierra la escuela durante el verano, es nuestra hora de brillar en MSCR. Como un departamento del Distrito Escolar Metropolitano de Madison, ofrecemos oportunidades recreativas para miembros de la comunidad de todas las edades y habilidades por todo el año. Pero en verano, las cosas sí se calientan.

Este año, estamos especialmente animados de celebrar el quincuagésimo aniversario de Art Cart, una tradición querida en Madison! Por medio siglo, en asociación con el Museo de Arte Contemporáneo de Madison, Art Cart nos ha llevado experiencias creativas de hacer arte al aire libre en los parques y patios de recreo por la ciudad. Usted puede encontrar Art Cart, junto con nuestros otros programas móviles -Play on the Move y Clay on the Move - a lo largo de la ciudad todo el verano.

¿Buscando algo diferente? Explore un taller de arte intergaláctica o de animación cuadro por cuadro, métase en un campamento de deportes, venga a un club de high school, o tome una nueva clase de fitness o lección de tenis. Sean lo que sean sus intereses, encontrará algo divertido en MSCR.

¡Dele a MSCR la oportunidad de ayudarle a usted y a su familia a descubrir diversión este verano!

Atentamente,

Mary Roth, Directora Ejecutiva de MSCR



Estimadas Familias y Miembros de la Comunidad,

Aunque quedan solamente unos meses hasta el verano, el equipo de MSCR ya ha estado bien metido en la planificación de oportunidades para los estudiantes. MSCR es conocido por su programación dinámica y campamentos para los grados K-9, y su equipo está listo para brindar crecimiento y exploración. ¡Nuestros campamentos tienen como destaque artes visuales y creativas, actividades al aire libre, deportes, ciencias y más.

Aquí van programas para animar sus planes: Elementary School

- Fascination Station
- Super Center Arts Camp
- Camp Compass
- Campamento Tall Oaks
- Deportes Espectaculares

Middle School

- Mundo Integral de Deportes
- Campamento Aventura
- Middle School on the Move
- Jardinería de Invernadero
- Campamento de Artes Creativas

Hay varias oportunidades también para estudiantes de high school, incluyendo aventuras al aire libre, jardinería, deportes y más.

MSCR hace tiempos que es una parte importante de MMSD y sirve más de 14 mil miembros de la comunidad. Con todas las opciones disponibles, les animamos a revisar esta guía para descubrir como se puede involucrar. ¡Esperamos verles en MSCR!

En espíritu de colaboración,

Joe Gothard, Ed. D., Superintendente



**La Misión de MSCR: Aumentar la calidad de vida para individuos en el Distrito Escolar Metropolitano de Madison y para la comunidad al brindar oportunidades de recreación y enriquecimiento accesibles para todos por todo el año.**

## Centros de Programación de MSCR

**MSCR Central**  
328 E Lakeside Street

**MSCR East**  
4620 Cottage Grove Rd

**MSCR West**  
7333 West Towne Way

**Varían las horas de las instalaciones de MSCR favor de visitar [mscr.org](http://mscr.org) para saber las horas específicas de diferentes centros.**



## MSCR at Community Centers



**Allied Learning Center, 2237 Allied Dr, 608-204-6561**

MSCR proporciona programación de afterschool desde kínder a quinto grado y programación de verano que sirva a estudiantes de kínder a octavo grado que viven en el barrio Allied. Allied Learning Center tiene conexiones comunitarias profundas con MMSD, Joining Forces for Families, El Departamento Policial de Madison, Madison Public Library y la Universidad de Wisconsin.

**Meadowood Neighborhood Center, 5740 Raymond Rd, 608-467-8360**

MSCR opera el Meadowood Neighborhood Center en colaboración con la Ciudad de Madison al lado sur oeste del Meadowood Shopping Center. El propósito es brindar actividades seguras y supervisadas para los jóvenes después de la escuela y durante las noches. El centro también ofrece programas de arte y enriquecimiento, clases de fitness y un lugar para que se vean los vecinos y grupos.

**Warner Park Community Recreation Center, 1625 Northport Dr, 608-245-3670**

MSCR, en colaboración con la División de Parques de la Ciudad de Madison, ofrece programas recreativos en el Warner Park Community Recreation Center. Tarjetas de identificación que se consiguen con una foto y una tarifa, se requieren en Warner Park CRC. MSCR no da descuentos a los miembros de WPCRC. Los formularios para sacar identificación están disponibles en [mscr.org/our-programs/mscr-neighborhood-centers](http://mscr.org/our-programs/mscr-neighborhood-centers) o puede llegar en persona.

## PROGRAMAS MÓVILES DE MSCR

“MSCR on the Move” ofrece actividades públicas de recreación y de artes para todas las edades. Esto incluye programación en los parques y las escuelas dentro del Distrito Escolar Metropolitano de Madison, dando prioridad a áreas que tienen acceso limitado a recursos recreativos. Aunque “MSCR on the Move” tiene como objetivo servir a niños de 3 años en adelante, el personal es entrenado a adaptar proyectos a una amplia gama de edades incluyendo desde niños preescolares a los de middle school. La colaboración de la familia es invitada, los guardianes tienen que quedarse con su hijo/a. Por favor revise [mscr.org](http://mscr.org) en mayo para los itinerarios.

### “CLAY ON THE MOVE”

“Clay on the Move” es un programa móvil y gratuito de cerámica. ¡Descubra el mundo de la arcilla! Para adultos y jóvenes de 10 años en adelante, intente la rueda y aprenda técnicas del torno. Es para todas las edades, métase de lleno en proyectos manuales y aprenda a pellizcar, urdir y enrollar. Todos los proyectos se crean por tener la experiencia, pero no se llevan a casa. Los proyectos con arcilla se reciclan para futuras oportunidades.

### “PLAY ON THE MOVE”

“Play on the Move” es un programa móvil gratuito sin registración previa. Nuestro van trae equipos únicos para juegos organizados y actividades físicas. También se puede jugar a su gusto para animar la imaginación y tener experiencias interactivas. “Play on the Move” procura llevar oportunidades equitativas de jugar a más familias en Madison.

### “ART CART” - ¡CELEBRANDO 50 AÑOS!

Art Cart es un programa de arte itinerante gratuito que brinda experiencias creativas de creación de arte al aire libre para niños de 3 años en adelante y sus familias. Las actividades incluyen proyectos grupales e individuales, con una variedad de materiales. Durante un verano típico, los viernes por la tarde se presenta el vaciado de yeso en la playa y la tercera semana de julio se presenta el repintado de Vilas Park Shoe, ¡una tradición de Madison!

“Art Cart” ocurre en colaboración con el Museo de Arte Contemporáneo de Madison. “Art Cart” aparece en Wisconsin Life de PBS! Vaya a [pbs.org/show/wisconsin-life](http://pbs.org/show/wisconsin-life) para ver este emocionante video.

#### ¡CELEBRE 50 AÑOS DE ART CART!

Únase a nosotros para dos eventos familiares gratuitos: Inicie la temporada de verano de Art Cart en el Museo de Arte Contemporánea de Madison en 227 State Street el 7 de junio de 10am-2pm con una jornada abierta gratuita y un proyecto comunitario de arte. ¡La celebración continúa mientras MSCR y MMoCA revelan el Vilas Park Shoe en 1602 Vilas Park Dr a finales de julio con más proyectos de arte y diversión familiar! ¡Permanezca atento para detalles de una fiesta de cumpleaños!



### MADISON MÓVIL

Madison Móvil es un grupo colaborativo que consiste en programas móviles con:

- MSCR “Clay on the Move”
- MSCR “Play on the Move”
- MSCR y el Museo de Arte Contemporáneo de Madison- “Art Cart”
- MSCR Kits de la Naturaleza
- Proyecto de Lectura de Madison - Gran Autobús Rojo de Lectura
- Departamento de Recursos Naturales - “Fishmobile”
- Dane County Library Service y Madison Public Library - Dream Bus
- División de Parques de Madison - Sina Davis Películas en el Parque
- Museo Infantil de Madison - “MCM Roadshow”
- El Distrito Escolar Metropolitano de Madison - Juega y Aprende

Este grupo trabaja colaborativamente para llevar actividades móviles gratuitas a una multitud de vecindarios, dando prioridad a los de más necesidad. Las organizaciones trabajan juntos con grupos de interés para ampliar el alcance de servicios para beneficiar a la comunidad. Vaya a [mscr.org](http://mscr.org) para ver más eventos colaborativos y encuentros.

Madison Móvil es anfitrión para tres eventos este verano.

- Lunes 16 de junio en Brittingham Park 5-7pm (Película a las 6:45pm)
- Martes 17 de junio en Elver Park 5-7pm (Película a las 6:45pm)
- Miércoles 18 de junio en Warner Park 5-7pm





MSCR ofrece recreación económica y comunitaria por todo el año y programas sociales, físicos y educativos para individuos de todo tipo de habilidades. Los programas están abiertos a individuos con discapacidades de 13 años en adelante y sus cuidadores.

Criterios esenciales de elegibilidad se pueden encontrar en [mscr.org/programs/adapted-recreation](https://mscr.org/programs/adapted-recreation)

### EJERCICIOS DE SILLA

Aumente su rango de movimiento a través de ejercicios de estiramiento y fuerza. Participe ya sea sentado o de pie, los ejercicios se adaptan según sea necesario. Salte 7/4.

### CITY CLUB

Conozca nuevos amigos mientras disfruta de las manualidades, el ejercicio, las excursiones y otras actividades divertidas y atractivas.

### ESCALADA

¡Una introducción a escaladas y a estar suspendido en el aire! Las oportunidades incluyen un columpio gigante, una pared de escaladas, una "ardilla voladora," una red de cargas y una tirolesa. El personal puede acomodar una variedad de niveles de habilidad. Para esta actividad, por favor vea los Criterios Esenciales de Elegibilidad.

### DANZA Y MOVIMIENTO

Clase de bajo impacto con música y pasos básicos para un excelente entrenamiento cardiovascular y de tonificación muscular. Todos los niveles de condición física son bienvenidos.

### INTERIORES - BOCCE

Bocce es un juego italiano popular en que se hace rodar una pelota de bocce cerca de una pelota recibidora. Aprenda las reglas y después desarrolle más sus habilidades en nuestras canchas interiores de bocce. Para esta actividad, por favor vea los Criterios Esenciales de Elegibilidad.

### REMO

¡No se requiere experiencia en una canoa o kayak! Los participantes están programados por un bloque de tiempo de una hora después de completar el perfil del participante. Equipos adaptados de remo están disponibles, incluyen sillas universales de remo, portarremos exterior, kayaks en tándem, banco de transferencia y múltiples adaptaciones de remo. El personal puede acomodar varios niveles de habilidad. Para esta actividad, por favor vea los Criterios Esenciales de Elegibilidad.

### PICKLEBALL

Aprenda las bases de este juego popular con entrenamiento y juegos. Equipo proporcionado. Para esta actividad, por favor vea los Criterios Esenciales de Elegibilidad.

### VIAJE DE BOTE PONTÓN

Vaya de crucero por el lago y disfrute de las vistas del Capitolio y la Terraza de Monona, la universidad en el horizonte y los acantilados. Voluntarios de MSCR lideran este programa.

### CERÁMICA

Experimente técnicas de construcción manual con pellizco, bobina y losa. No se requiere experiencia. Materiales proporcionados. Los proyectos están disponibles para recogerse 3 semanas después del final de la clase.

### NATACIÓN RECREATIVA (CAMINATA SOBRE EL AGUA)

Clase diseñada para personas con discapacidades cognitivas y/o físicas. Haga ejercicio de forma individual con el apoyo del personal proporcionado por MSCR, o con el apoyo de la familia/cuidador. Lo mejor para los no nadadores que se beneficiarían de una piscina de agua tibia. El personal de MSCR evalúa las habilidades individuales de los participantes.

### YOGA

Concéntrese en formas de yoga para reducir el estrés y la ansiedad. Aumente la conciencia corporal, el equilibrio y la fuerza en un ambiente divertido.

### CLASES DE NATACIÓN EDADES 5-13

Dirigida a jóvenes con discapacidades que se beneficiarían de un grupo muy pequeño o lecciones individualizadas, esta clase brinda instrucción basada en las metas de los nadadores y el nivel de comodidad en el agua. Los nadadores que hayan tenido éxito en las lecciones regulares de natación para jóvenes de MSCR no deben inscribirse en esta clase. Esta clase no está abierta para registrarse por Internet. Por favor llame al 608-204-3030 para más información. Para esta actividad, por favor vea los Criterios Esenciales de Elegibilidad.

### NATACIÓN FAMILIAR ADAPTADA - ¡GRATIS! PISCINA DE GOODMAN, 325 W OLIN AVE

11 de julio, 5:30-7pm, 1 de agosto, 5:30-7pm y 16 de agosto, 10-11:30am

Abierto a personas con discapacidades y sus cuidadores y familias.

No se requiere registración previa.

### EL SEMESTRE DE VERANO DE MMSD Y PROGRAMAS DE MSCR - 608-663-1914

La sesión de 2024 del Semestre de Verano del Distrito Escolar Metropolitano de Madison es un programa de día completo en colaboración con Madison School & Community Recreation (MSCR); incluye Centros de Recreación y Enriquecimiento de Verano (SREC) para estudiantes de escuelas primarias y Centros de Recursos para la Juventud (YRC) para estudiantes de "middle school". Esta es una oportunidad voluntaria por invitación con cupos limitados y que se procesa por orden de llegada. Los participantes recibirán instrucción adicional en lectoescritura y matemáticas, explorarán las artes y participarán en oportunidades de recreación y enriquecimiento por seis semanas este verano. No hay escuela ni hay MSCR el viernes 4 de julio.

#### Información de Matrícula para el Semestre de Verano de MMSD:

Invitaciones/Matrícula para Grados 4K-8: La matrícula para el Semestre de Verano abre el jueves 3 de abril,

#### Fechas del Semestre de Verano:

Grados 4K-5: Lunes -Viernes, 23 de junio a 31 de julio, 8am-12pm Escuela de MMSD, 12-4pm MSCR

Grados 6-8: Lunes -Jueves, 23 de junio a 31 de julio, 8am-12pm Escuela de MMSD, 12-4pm MSCR Viernes 8am-4pm MSCR.

Grados 9-12: Lunes -Jueves, 23 de junio a 30 de julio, El horario varía según los cursos.

Comuníquese con la oficina de MMSD del Semestre de Verano con preguntas adicionales al 608-663-1914 o [summerschool@madison.k12.wi.us](mailto:summerschool@madison.k12.wi.us).

Los participantes que asisten al semestre de verano pueden registrarse para los campamentos de MSCR que tendrán lugar en agosto. Regístrese en [mscr.org](https://mscr.org) o puede completar un Formulario de Registración de MSCR. ¿Y si usted se inscribió para un campamento de MSCR antes de matricular para el Semestre de Verano? Matricúlese para el Semestre de Verano, y después comuníquese con MSCR en [mscr@madison.k12.wi.us](mailto:mscr@madison.k12.wi.us) para cancelar la matrícula para el campamento de MSCR sin ninguna multa.

Edad	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
13+	Ejercicios de silla	MSCR West	Vie	6/27-8/15	10-11am	\$42	42581
13+	City Club	MSCR West	Mie	6/25-8/13	4-5:45pm	\$58	42582
13+	City Club	MSCR East	Jue	6/26-8/14	4-5:45pm	\$58	42583
13+	Escalada	MSCR Kennedy Challenge Course	Sa	6/7	9:30am-12pm	\$15	42585
13+	Escalada	MSCR Kennedy Challenge Course	Sa	8/9	9:30am-12pm	\$15	42586
13+	Danza y Movimiento	MSCR West	Lu	6/23-8/11	4:30-5:30pm	\$48	42587
13+	Danza y Movimiento	MSCR Central	Ma	6/24-8/12	4:30-5:30pm	\$48	42588
13+	Interiores - Bocce	MSCR West	Mie	6/25-8/13	5:30-6:30pm	\$48	42589
13+	Remo	Olin	Ma	6/24	2-7pm	\$10	42591
13+	Remo	Olin	Jue	7/17	2-7pm	\$10	42592
13+	Remo	Olin	Mie	8/13	2-7pm	\$10	42593
13+	Pickleball	MSCR West	Ma	6/24-8/12	3:30-4:30pm	\$48	42594
13+	Viaje de bote pontón	Tenney Boat Pier	Jue	7/10	3-4:30pm	\$8	42595
13+	Viaje de bote pontón	Tenney Boat Pier	Mie	8/6	4-5:30pm	\$8	42596
13+	Cerámica	MSCR West	Mie	7/9-7/23	2:30-3:45pm	\$44	42590
13+	Natación recreativa (caminata - agua)	Lapham	Lu	6/23-8/11	7:10-8:10pm	\$74	42600
13+	Natación recreativa (caminata - agua)	Lapham	Ma	6/24-8/12	7:10-8:10pm	\$74	42601
13+	Natación recreativa (caminata - agua)	Lapham	Mie	6/25-8/13	7:10-8:10pm	\$74	42602
13+	Yoga	MSCR Central	Lu	6/23-8/11	4:30-5:30pm	\$48	42603
13+	Yoga	MSCR West	Jue	6/26-8/14	3:45-4:45pm	\$48	42604
5-13	Clases de natación edades 5-13	Goodman Pool	Vie	6/20-8/22	9:30-10am	\$86	42597
5-13	Clases de natación edades 5-13	Goodman Pool	Vie	6/20-8/22	10:10-10:40am	\$86	42598
5-13	Clases de natación edades 5-13	Goodman Pool	Vie	6/20-8/22	10:50-11:20am	\$86	42599



HAGA UN  
IMPACTO EN LA  
JUVENTUD



ÚNASE A  
NUESTRO EQUIPO  
[MSCR.ORG/JOBS](https://mscr.org/jobs)

Estas clases son Niño + Adulto. Solamente el niño registrado y un adulto pueden asistir. Para la seguridad de todos y la calidad de las clases, hermanos, incluyendo infantes y/o amigos, no se permiten asistir a las clases, estar en la sala o dejarse desatendidos en el edificio a cualquier hora.

## CLASES DE NIÑO + ADULTO

### ANIMALES Y ARTE DE A HASTA Z- NIÑO + ADULTO

¡Prepárese para el mundo silvestre con esta clase enfocada en crear animalitos! Aprenda hechos divertidos sobre un animal nuevo cada semana, y después suelte su imaginación para crear una interpretación animal artística.

### MOVIMIENTO CREATIVO - NIÑO + ADULTO

Los niños exploran formas divertidas de mover sus cuerpos. Las actividades incluyen aprender a moverse con música, movimientos que incorporan animales, formas, estaciones y mucho más.

### BAILE CONMIGO - NIÑO + ADULTO

¡Use los juegos, las canciones, los accesorios y más para explorar cómo mueven los cuerpos! Esta clase es diseñada para que un adulto y un niño disfruten juntos de música y movimiento al aprender también conceptos artísticos para principiantes. Cada clase se basa en una habilidad desarrollada a través del baile, el canto y la alfabetización. Desarrolle la coordinación, aprenda a moverse en el espacio y a divertirse con la música. ¡Es una manera fantástica para introducir a su pequeño bailarín a las artes! Por favor use calcetines y ropa cómoda que permita la libre circulación.

### TALLER DE CAMPO DE FLORES - NIÑO + ADULTO

Desarrolle su relación y habilidades como artista al explorar técnicas de medios mixtos para crear un paisaje lleno de flores.

### TALLER DE FUEGOS ARTIFICIALES DEL 4 DE JULIO - NIÑO + ADULTO

Artistas jóvenes usan la técnica de "resistencia en cera" usando las acuarelas para pintar sobre diseños hechos en lápices de cera para revelar un cielo nocturno del cuatro de julio.

### TALLER DE ARTE INTERGALÁCTICA - NIÑO + ADULTO

¡Prepárese para la diversión de explorar las profundidades del espacio ultraterrestre y de su imaginación! Descubra nuevas maneras de divertirse con proyectos maravillosos durante este taller con tema espacial.



### MUEVA CONMIGO - NIÑO + ADULTO

Diseñado para usar propiocepción de desarrollo y conceptos de apego para promover lazos y conexiones. Los participantes pueden esperar juegos táctiles usando movimientos motores gruesos y finos, y el uso de accesorios que invitan la comunicación, la imaginación y acompañamiento musical. Los cuidadores aprenden técnicas que se pueden trasladar al entorno del hogar.

### MSCR MAKES - JOYEROS JUVENILES - NIÑO + ADULTO

¡Explore métodos de hacer su propia arte vestible!

### MSCR MAKES - PINTORES PEQUEÑOS - NIÑO + ADULTO

Explore diferentes métodos de pintar y tipos de pintura.

### MSCR MAKES - ESCULTORES CHIQUITOS - NIÑO + ADULTO

Explore diferentes métodos y materiales para hacer arte en tres dimensiones. Escultores Chiquitos es una clase de forma abierta de arte de proceso en que trabajar con materiales y pasar tiempo juntos es igualmente importante que el producto final.

### MOSAICOS DE ARCOIRIS - MEZCLANDO COLORES - NIÑO + ADULTO

Los artistas jóvenes aprenden sobre los colores primarios para hacer colores secundarios al mezclar la pintura. Explore, pinte y cree proyectos de arte, y después termine con un collage de mosaico de arcoíris con nubes mullidas.

## CLASES DE NIÑO + ADULTO

Edad	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
6m-3años	Mueva conmigo - Niño + Adulto	MSCR Central	Mie	6/25-7/16	4:30-5:15pm	\$25	43866
6m-3años	Mueva conmigo - Niño + Adulto	MSCR Central	Mie	7/23-8/20	4:30-5:15pm	\$25	43867
18m-2 1/2 años	Baile conmigo - Niño + Adulto	MSCR East	Ma	6/24-8/12	9-9:30am	\$38	44059
2-3	Movimiento creativo - Niño + Adulto	MSCR West	Lu	6/23-8/11	9:30-10am	\$38	43553
2-3	Movimiento creativo - Niño + Adulto	MSCR East	Ma	6/24-8/12	4:45-5:15pm	\$38	43807
3-4	Animales y arte de A hasta Z- Niño + Adulto	MSCR Central	Mie	7/23-8/13	10:15-11am	\$32	43554
3-4	Movimiento creativo - Niño + Adulto	MSCR East	Ma	6/24-8/12	4-4:30pm	\$38	43555
3-5	Taller de campo de flores - Niño + Adulto	MSCR East	Lu	6/23	9-9:45am	\$12	43594
3-5	Taller de campo de flores - Niño + Adulto	MSCR East	Mie	6/25	4:30-5:15pm	\$12	43595
3-5	Taller fuegos artificiales 4 de Julio - Niño + Adulto	MSCR East	Lu	6/30	9-10am	\$12	43592
3-5	Taller fuegos artificiales 4 de Julio - Niño + Adulto	MSCR East	Mie	7/2	4:30-5:30pm	\$12	43593
3-7	Taller de arte intergaláctica - Niño + Adulto	MSCR Central	Jue	7/10	5-5:45pm	\$12	43534
3-5	MSCR Makes - pintores pequeños - Niño + Adulto	MSCR Central	Jue	7/31	5-5:45pm	\$12	43686
3-5	MSCR Makes - Joyeros juveniles - Niño + Adulto	MSCR Central	Jue	8/7	5-5:45pm	\$12	43606
3-5	MSCR Makes - escultores - Niño + Adulto	MSCR Central	Jue	8/14	5-5:45pm	\$12	43687
3-5	Arcoiris - mezclando colores - Niño + Adulto	MSCR East	Lu	7/7-7/21	9-9:45am	\$24	43684
3-5	Arcoiris - mezclando colores - Niño + Adulto	MSCR East	Mie	7/23-8/13	4:30-5:15pm	\$24	43685

**CLASES PREESCOLARES****ANIMALES Y ARTE DE A HASTA Z-**

¡Prepárese para el mundo silvestre con esta clase enfocada en crear animalitos! Aprenda hechos divertidos sobre un animal nuevo cada semana, y después suelte su imaginación para crear una interpretación animal artística.

**CLASES DE DANZA Y MOVIMIENTO PREESCOLARES****PRE-BALLET**

Las clases alimentan la creatividad y amor al movimiento de un bailarín al exponerle a habilidades esenciales para todos los bailarines que incluyen escuchar activamente, la coordinación, conciencia espacial, ritmo y técnicas básicas de ballet. Si su niño no está listo para una clase independiente, recomendamos una clase de Niño + Adulto.

Edad	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
<b>ARTES PREESCOLARES</b>							
4-5	Animales y arte de A hasta Z	MSCR Central	Mie	7/23-8/13	9-9:45am	\$32	43806
<b>DANZA PREESCOLAR</b>							
3	Pre-Ballet	MSCR East	Lu	6/23-8/11	9-9:30am	\$38	43575
3	Pre-Ballet	MSCR West	Lu	6/23-8/11	10:15-10:45am	\$38	43572
3	Pre-Ballet	Madison Youth Arts Center	Ma	6/24-8/12	9-9:30am	\$38	43585
3	Pre-Ballet	MSCR East	Ma	6/24-8/12	9:45-10:15am	\$38	44060
3	Pre-Ballet	MSCR West	Mie	6/25-8/13	3:15-3:45pm	\$38	43581
3	Pre-Ballet	MSCR East	Mie	6/25-8/13	4-4:30pm	\$38	43577
3	Pre-Ballet	MSCR Central	Jue	7/10-8/7	4:30-5pm	\$24	44072
4-5	Pre-Ballet	MSCR East	Lu	6/23-8/11	9:45-10:25am	\$48	43576
4-5	Pre-Ballet	MSCR West	Lu	6/23-8/11	11-11:40am	\$48	43573
4-5	Pre-Ballet	MSCR West	Ma	6/24-8/12	9-9:40am	\$48	43582
4-5	Pre-Ballet	MSCR East	Ma	6/24-8/12	10:30-11:10am	\$48	44061
4-5	Pre-Ballet	MSCR East	Ma	6/24-8/12	3:05-3:45pm	\$48	43864
4-5	Pre-Ballet	MSCR Central	Mie	7/9-8/6	9-9:40am	\$30	44071
4-5	Pre-Ballet	MSCR East	Jue	6/26-8/14	4-4:40pm	\$42	44065
4-5	Pre-Ballet	Madison Youth Arts Center	Jue	6/26-8/14	4:45-5:25pm	\$42	43586

**¡CELEBRE 50 AÑOS DE ART CART!**

Únase a nosotros para dos eventos familiares gratuitos:

Inicie la temporada de verano de Art Cart en el Museo de Arte Contemporánea de Madison en 227 State Street el 7 de junio de 10am-2pm con una jornada abierta gratuita y un proyecto comunitario de arte. ¡La celebración continúa mientras MSCR y MMoCA revelan el Vilas Park Shoe en 1602 Vilas Park Dr a finales de julio con más proyectos de arte y diversión familiar!

¡Permanezca atento para detalles de una fiesta de cumpleaños!





## BAILE Y MOVIMIENTO

### BALLET

Los participantes aprenderán habilidades y posiciones básicas de ballet. Los jóvenes también aprenderán a combinar la técnica con el equilibrio, la coordinación y el ritmo.

### BALLET/TAP

Esta clase brinda una oportunidad económica para que los participantes experimenten ballet y tap! Los participantes dividen su tiempo entre 25 minutos de ballet y 25 minutos de tap. Durante las porciones ballet de la clase, los participantes aprenden habilidades y posiciones básicas de ballet, y también combinan la técnica con el equilibrio, la coordinación y el ritmo. ¡Las porciones tap de la clase se enfocan en aprender pasos, ritmos y combinaciones básicas para mover los pies!

### BATUTA - HABILIDADES AVANZADAS

Para giradores con experiencia previa girando batutas. Esta clase va más allá de trucos con una sola batuta y se enfoca en enseñar nuevos trucos de dos o tres batutas y con la batuta en forma de aro. Inscripción simultánea en la clase "Batutas Continuación" está bien y se recomienda. La batuta aro se incluye en la tarifa de la clase.

### BATUTA - PRINCIPIANTES

Intente girar batuta. Comience con las bases de desarrollar una técnica correcta, de la coordinación entre manos y ojos, de aprender nuevos trucos, y divertirse a través de movimientos creativos. La batuta está a la venta en la primera clase.

### BATUTA - CONTINUACIÓN

Continúe desarrollando habilidades y dominando los trucos que se aprendieron en clases anteriores. Aprenda a combinar las habilidades. La clase sirve a los participantes que ya completaron una clase de batutas de MSCR o tienen experiencia previa.

### PORRISMO ¡NUEVO!

¡Sonrisas destellantes y animación llena de espíritu! Esta clase de porrismo para principiantes está diseñada para niños enérgicos que adoran moverse y divertirse. Aprenda porras básicas, saltos increíbles, y movimientos dinámicos al desarrollar coordinación, ritmo y trabajo en equipo. ¡Prepárese para brillar sobre y lejos del tapete!

### PREPARACIÓN DE EQUIPO DE BAILE ¡NUEVO!

¿Cómo es estar en un equipo de baile? ¡Esta clase le ayuda a lograr sus metas! Cubre todas las habilidades esenciales: movimientos ágiles, rutinas de alta energía y una técnica de pompones llena de espíritu. Desarrolle fuerza, flexibilidad y confianza. ¡Domine los movimientos para las pruebas, ensayos y más allá!

### HIP HOP

Hip Hop comenzó en los años 60 y 70 como un estilo inspirado por el baile tradicional africano. A medida que este estilo de baile ha aumentado en popularidad, incorporó aspectos de muchos bailes incluyendo moderno, tap y swing, en combinación con música para crear una forma compleja de arte. En esta clase de alta energía, los participantes ganan una introducción a estilos de hip hop mientras se enfocan en el ritmo y movimientos estilizados.

### JAZZ

El baile jazz surgió como un estilo social de baile afro-americano al final del siglo 20. Este estilo originalmente combinaba pasos tradicionales de baile africano con técnicas de baile de salón. Los participantes aprenden las bases del baile jazz. ¡El curso presenta una variedad de técnicas de jazz que incluyen giros, saltos y combinaciones!

### JAZZ/HIP HOP

Esta clase combina el estilo de baile hip hop de alta energía, concentrándose en el ritmo y movimientos estilizados junto con la técnica de jazz que incluye giros, saltos y combinaciones.

### LÍRICA

Danza lírica es un estilo que combina técnicas de ballet y jazz. Se baila con música y letra para inspirar la expresión de emociones fuertes. Los bailarines buscan mejorar su técnica de baile junto con coreografía y autoexpresión.

### TEATRO MUSICAL ¡NUEVO!

¡Es hora del espectáculo! Esta clase animadora introduce a los actores jóvenes al mundo del teatro musical. Aprende técnicas básicas de baile, desarrolle una presencia escénica y aprenda coreografía simple de musicales populares. ¡Es una manera fantástica de desarrollar la confianza, la creatividad y el amor por las artes escénicas!

### POMPONES

Pompones es un estilo de baile que combina movimientos de brazos agudos y precisos con la técnica de jazz, enfocándose en saltos, patadas, giros y brincos. Genial para un bailarín interesado en combinar habilidades de bailes con energía y entusiasmo. Comienza con una sección de calentamiento y estiramiento para mejorar la flexibilidad y la resistencia cardiovascular.

### TAP

¡Una oportunidad económica para experimentar el baile! El curso introduce pasos básicos de tap, ritmos y combinaciones para mover los pies.

¿USTED BUSCA UN EMPLEO FLEXIBLE, DIVERTIDO Y GRATIFICANTE?

¡MSCR lo tiene para usted!



Aprenda más y aplique



MSCR.ORG/JOBS



Grado	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
1-3	Ballet	MSCR East	Lu	6/23-8/11	10:40-11:30am	\$53	43547
1-3	Ballet	MSCR East	Ma	6/24-8/12	11:25-12:15pm	\$53	44062
1-3	Ballet	MSCR West	Mie	6/25-8/13	2:10-3pm	\$53	43548
1-3	Ballet	Madison Youth Arts Center	Jue	6/26-8/14	5:30-6:20pm	\$46	43564
1-3	Ballet	MSCR Central	Jue	7/10-8/7	5:15-6:05pm	\$33	43549
4-6	Ballet	MSCR East	Lu	6/23-8/11	11:45am-12:45pm	\$59	43836
4-6	Ballet	Madison Youth Arts Center	Ma	6/24-8/12	10:50-11:50am	\$59	43821
4-6	Ballet	MSCR West	Mie	6/25-8/13	4-5pm	\$59	43545
4-6	Ballet	MSCR Central	Jue	7/10-8/7	6:20-7:20pm	\$37	43811
1-2	Ballet/Tap	MSCR East	Ma	6/24-8/12	6:30-7:20pm	\$53	43546
7-12	Batuta - Habilidades avanzadas	MSCR West	Lu	6/23-8/11	6:50-7:30pm	\$46	43550
1-5	Batuta - Principiantes	MSCR West	Lu	6/23-8/11	4:30-5:30pm	\$59	43551
3-10	Batuta - Continuación	MSCR West	Lu	6/23-8/11	5:45-6:45pm	\$59	43552
1-3	Porrismo	MSCR East	Ma	6/24-8/12	6:30-7:15pm	\$51	44057
4-6	Porrismo	MSCR East	Ma	6/24-8/12	7:30-8:15pm	\$51	44058
7-9	Preparación de equipo de baile	MSCR West	Lu	6/23-8/11	6:50-7:50pm	\$59	43559
4-6	Hip Hop	MSCR East	Lu	6/23-8/11	7:45-8:45pm	\$59	44070
1-3	Jazz	MSCR West	Lu	6/23-8/11	4:30-5:20pm	\$53	43565
1-3	Jazz	Madison Youth Arts Center	Ma	6/24-8/12	9:45-10:35am	\$53	43563
1-3	Jazz	MSCR East	Mie	6/25-8/13	4:45-5:35pm	\$53	43562
1-3	Jazz	MSCR Central	Mie	7/9-8/6	9:55-10:45am	\$33	43567
4-6	Jazz	MSCR West	Lu	6/23-8/11	5:35-6:35pm	\$59	43566
4-6	Jazz	MSCR East	Mie	6/25-8/13	5:50-6:50pm	\$59	43853
4-6	Jazz	Madison Youth Arts Center	Jue	6/26-8/14	6:35-7:35pm	\$52	43865
4-6	Jazz	MSCR Central	Mie	7/9-8/6	11am-12pm	\$37	43813
1-3	Jazz/Hip Hop	MSCR East	Lu	6/23-8/11	6:30-7:20pm	\$53	44069
4-9	Lírica	MSCR East	Mie	6/25-8/13	7:05-8:05pm	\$59	43568
4-9	Lírica	Madison Youth Arts Center	Jue	6/26-8/14	7:50-8:50pm	\$52	43823
1-2	Teatro musical	MSCR East	Jue	6/26-8/14	4:55-5:40pm	\$45	44066
1-3	Teatro musical	MSCR West	Mie	6/25-8/13	6:45-7:30pm	\$51	44063
3-5	Teatro musical	MSCR East	Jue	6/26-8/14	5:55-6:40pm	\$45	44067
4-6	Teatro musical	MSCR West	Mie	6/25-8/13	7:45-8:30pm	\$51	44064
5-9	Pompones	MSCR Central	Jue	7/10-8/7	7:35-8:35pm	\$37	43812
1-3	Tap	MSCR West	Ma	6/24-8/12	9:55-10:45am	\$53	43589
4-6	Tap	MSCR West	Ma	6/24-8/12	11am-12pm	\$59	43590

## ENRIQUECIMIENTO Y MÚSICA

### ARTE Y MOVIMIENTO

¡Suelte su artista interior como Heather Hansen o Jackson Pollock! Explore el arte del movimiento y deje una marca en esta clase centrada en el expresionismo abstracto. ¡Use una variedad de materiales y procesos para crear proyectos divertidos!

### EUFORIA DE CESTOS

Aprenda técnicas fundamentales y patrones esenciales para crear un cesto único.

### LIENZOS Y MANUALIDADES

¡Todo mundo tiene un artista interior! Vaya más allá del lienzo en esta clase al explorar no solamente técnicas de pintura y habilidades de dibujar, sino también la diversión de las manualidades. De vida a su creatividad usando todos tipos de medios y suministros para hacer todos tipos de manualidades.

### CREACIONES PERSONALIZADAS DE PUNTO EN CRUZ

En esta clase animadora, los participantes aprenden a diseñar su propio patrón de punto en cruz y a darle vida. Desde bosquejar su idea en papel cuadriculado a bordar con hilos coloridos, ejerza la creatividad paso por paso.

### DIBUJOS - PRINCIPIANTES

Deje de lado garabatos y dibujitos sin brillo! Aumente la sofisticación de sus dibujos con esta clase introductoria enfocada en habilidades fundamentales de dibujar que se necesitan para agregar estilo, carácter y sabor a sus esbozos!

### ATADO DE MOSCAS

¡Únase a nosotros para una clase super divertida y aprenda el arte de atado de moscas! Aprenda a atar las moscas, un señuelo de pesca que incita a los peces locales a morder el anzuelo. Aprenda habilidades básicas de atar un nuevo tipo de señuelo cada clase. Practique la técnica, use su creatividad y use materiales que tiene a la mano para modificar por si las moscas.

### INTRODUCCIÓN A AMIGURUMI

Amigurumi es el arte japonés de tejer a crochet criaturas pequeñas de lana llenas de materiales. Esta clase enseña cómo tejer puntos fundamentales de crochet, dominar técnicas esenciales de amigurumi, como seguir un patrón y crear sus propios peluches para valorar. ¡Esta clase es perfecta para quienes aman las manualidades y quieren desarrollar una nueva afición!

### APRECIACIÓN DE MÚSICA ¡NUEVO!

Métase de lleno en la historia, los elementos y el significado cultural de varios géneros musicales, desde clásico a jazz y rock a pop. Aprenda sobre términos musicales y familias de instrumentos. Esta clase esclarecedora aumenta la experiencia de escuchar música y agudiza su comprensión del arte de la música.

### CABEZAS DE MONSTRUO BOBAS DE PAPEL MACHÉ ¡NUEVO!

¡Suelte su fabricante de monstruos interior! En esta clase de arte enredada, cree cabezas de monstruo bobas de papel maché. Empiece con esculpir caras de monstruo únicas usando globos y papel maché. Una vez que se seque, agregue detalles para dar vida a sus creaciones.

### CREACIONES ENCOGIDAS DE ARTE

¡Prepárese para encoger a sus creaciones en esta clase de arte animadora! Use plástico especial para transformar sus dibujos en encantos pequeños coloridos, llaveros y más. ¡Haga una colección en miniatura de obras maestras!

### ¡LINDOS BOSQUEJOS!

Aprenda a usar formas, líneas y texturas sencillas para crear imágenes ligeras, al desarrollar habilidades para producir cuadernos de bosquejos, tarjetas de saludo, arte enmarcada y más! Usando arte sencilla de línea y acuarelas, produzca diseños adorables de los cuales puede enorgullecerse.

### UKULELE - PRINCIPIANTES

Los participantes aprenden a afinar su instrumento, tocar varios acordes de ukelele, aplaudir ritmos con notas y silencios, tocar varias canciones sencillas y familiarizarse con la notación musical. ¡Se sugiere a los participantes componer sus propias canciones también! La clase termina con una performance de ukelele para la familia y los amigos. Todo el equipo proporcionado.

### UKULELE - CONTINUACIÓN

Este curso agrega al conocimiento musical y las habilidades de la clase principiante. Aprenda progresiones de acordes en diferentes tonos y aprenda un repertorio de canciones. ¡Se recomienda componer una canción también! Pre-requisitos: Saber afinar su propio instrumento, tocar múltiples acordes, hacer palmadas de ritmos con notas y pausas, saber más de una canción sencilla con acordes y estar familiarizado con la notación musical.

Grado	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
1-3	Arte y movimiento	MSCR Central	Mie	6/25-7/16	9-9:45am	\$32	43604
4-6	Arte y movimiento	MSCR Central	Mie	6/25-7/16	10:15-11am	\$32	43605
*9-12	Euforia de cestos	MSCR West	Lu	6/23-8/11	7-9pm	\$130	43541
1-3	Lienzos y manualidades	MSCR East	Vie	6/27-8/15	9-10am	\$48	43542
4-6	Lienzos y manualidades	MSCR East	Vie	6/27-8/15	10:15-11:30am	\$56	43543
7-9	Lienzos y manualidades	MSCR East	Vie	6/27-8/15	11:45am-1:15pm	\$64	43859
1-3	Lienzos y manualidades	MSCR West	Jue	6/26-8/14	4:30-5:30pm	\$48	43607
4-6	Lienzos y manualidades	MSCR West	Jue	6/26-8/14	5:45-7pm	\$56	43861
7-9	Lienzos y manualidades	MSCR West	Jue	6/26-8/14	7:15-8:45pm	\$64	43862
5-12	Creaciones de punto en cruz	MSCR West	Mie	6/25-7/2	6-7:30pm	\$16	43612
4-8	Dibujos - Principiantes	MSCR East	Lu	6/23-8/11	4:30-5:30pm	\$78	43610
*9-12	Atado de moscas	MSCR West	Mie	7/9-7/30	6-7:30pm	\$48	43601
6-12	Introducción a amigurumi	MSCR West	Ma	6/24-7/15	10-11:30am	\$50	43561
4-8	Apreciación de música	MSCR East	Lu	6/23-8/11	6-7pm	\$64	43629
*9-12	Apreciación de música	MSCR East	Lu	6/23-8/11	7:15-8:15pm	\$64	43820
3-5	Cabezas de monstruo bobas	MSCR East	Lu	7/14-8/4	10:15-11:15am	\$28	43535
3-5	Cabezas de monstruo bobas	MSCR East	Mie	7/23-8/13	5:45-6:45pm	\$28	43536
4-7	Creaciones encogidas de arte	MSCR Central	Ma	7/22-8/5	5:30-6:45pm	\$25	43625
4-7	Creaciones encogidas de arte	MSCR West	Lu	6/23-7/7	5:30-6:45pm	\$25	43626
5-9	¡Lindos bosquejos!	MSCR West	Ma	8/5-8/19	12:1-3:00pm	\$35	43622
3-6	Ukulele - Principiantes	MSCR Central	Jue	6/26-8/14	4-5pm	\$48	43631
3-6	Ukulele - Continuación	MSCR Central	Jue	6/26-8/14	5:15-6:15pm	\$48	43809
4-7	Garabatos monstruosos	MSCR East	Lu	6/23-7/7	10:15-11:15am	\$26	43537
4-7	Garabatos monstruosos	MSCR East	Mie	6/25-7/9	5:45-6:45pm	\$26	43538
*9-12	Maravillas quemadas en madera	MSCR West	Lu	7/14-8/11	5-6:30pm	\$100	43628

**GARABATOS MONSTRUOSOS DE ACUARELAS**

Las acuarelas se utilizan de una manera diferente para este proyecto: pequeños charcos de agua se diseñan al azar sobre papel de acuarelas. La pintura se aplica a los charcos a través del proceso del corrido desde el pincel saturado de pintura hasta el charco. (No se usan las pinceladas). Varios colores se pueden aplicar al mismo charco, lo cual permite que la pintura se mezcle con el color vecino o que corra dentro. Una vez que se seque el proyecto, los artistas usan Sharpies de tinta negra para transformar las formas orgánicas del charco en monstruos necios!

**MARAVILLAS QUEMADAS EN MADERA ¡NUEVO!**

Esta clase es para principiantes que buscan explorar el arte de la pirografía. Aprenda cómo usar herramientas de quema de madera para crear diseños y patrones bonitos en la madera. Cubrimos lo básico, incluyendo la seguridad, la técnica y el sombreado, para que usted pueda empezar a crear con confianza sus propias piezas únicas.

**CERÁMICA****MANUALIDADES - NIÑO + ADULTO**

Experimente técnicas cerámicas manuales de pellizco, bobina y losa para crear piezas de arte junto con su niño. Todo el trabajo tiene que completarse en el estudio. El adulto tiene que participar con el niño en un proyecto de clase indicado. Registrar solamente al niño.

**MANUALIDADES JUVENILES**

¡No se requiere experiencia con arcilla! Experimente técnicas cerámicas manuales de pellizco, bobina y losa.

**RUEDA JUVENIL**

Practique centrar la rueda para trabajar en crear proyectos.

**COSTURA****COSTURA A MANO- AMIGOS DE FIELTRO**

En esta clase divertida y creativa, ¡los participantes aprenden técnicas básicas de costura a mano al crear criaturas adorables de fieltro! ¡Aprendan a coser puntos sencillos como la punta recta y la puntada trasera y usen sus nuevas habilidades para dar vida a sus amigos únicos de fieltro! Esta clase es perfecta para los principiantes y una manera excelente para desarrollar habilidades motoras finas y para expresar su creatividad.

**COSTURA JUVENIL 1**

Aprenda las bases de coser a máquina incluyendo roscar la máquina, bobinar y controlar la velocidad mientras trabaja en una bolsa para lápices y una bolsa con cordón. Todos los materiales y la máquina de coser proporcionados.

**TALLERES****TALLER INTRODUCTORIO AL ARTE PERFORMATIVO**

Esta clase ofrece una exploración inmersiva de los conceptos y técnicas claves por detrás del medio performativo. Los que asisten se meten en ejercicios creativos centrados en el cuerpo, el espacio y en la interacción con el público, los cuales desafían los límites de la autoexpresión y la historia del arte performativo mientras se desarrollan performances experimentales. No se requiere experiencia previa, nada más hay que estar dispuesto a explorar y asumir riesgos creativos.

**TALLER INTRODUCTORIO A LA ANIMACIÓN EN VOLUMEN**

Los participantes aprenden lo esencial de crear películas de animación en volumen, desde el guión gráfico hasta dar vida a personajes y objetos marco por marco. Explore técnicas como la plastianimación y la animación de objetos.

**TALLER DE DIARIOS CON TRASTOS ¡NUEVO!**

¿Usted es coleccionador de papeles para recuerdos, o quiere encontrar una manera de reciclar los trastos del correo? ¡En este taller, aprenda cómo transformar los desechos de papel en diarios que son obras de arte! Use papel de retazos, bolsas de papel, cajas de cereal, etc. para crear proyectos. Se recomienda a los participantes llevar cualquier tipo de papel que quieran incluir en el diario. Todos los otros materiales incluidos.

**EN EXTERIORES****FOTOGRAFÍA CON EL CELULAR ¡NUEVO!**

¡Suelte su teléfono interior! Esta clase le enseña a sacar fotos deslumbrantes usando la cámara del celular. Aprenda sobre la composición, la iluminación, técnicas de editar y más. Descubra el arte de la fotografía móvil y comparta su visión única con el mundo. ¡Por favor lleve su celular a la clase!

**EXPLORACIONES DE LA CIANOTIPIA**

Ideal para los interesados en el arte, la fotografía y en explorar procesos creativos, esta clase de arte emocionante enseña el proceso fascinante de impresiones cianotipias. Descubra esta técnica fotográfica histórica que usa la luz del sol y la química para crear imágenes bellas en blanco y azul. Aprenda las técnicas, experimente con materiales diferentes y cree obras únicas de arte usando la luz del sol y química sencilla. \*Las actividades están sujetas a cambio debido a las condiciones climáticas.

Grado	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
<b>CERÁMICA</b>							
K-2	Manualidades - Niño + Adulto	MSCR West	Lu	6/23-7/14	4:45-6pm	\$58	43614
K-2	Manualidades - Niño + Adulto	Warner Park CRC	Vie	7/11-7/25	9-10:15am	\$44	43613
K-2	Manualidades - Niño + Adulto	MSCR West	Jue	7/24-8/14	4:45-6pm	\$58	43615
K-2	Manualidades - Niño + Adulto	Warner Park CRC	Vie	8/1-8/15	9-10:15am	\$44	43868
2-5	Manualidades juveniles	MSCR West	Lu	6/23-7/14	3-4:15pm	\$58	43617
2-5	Manualidades juveniles	Warner Park CRC	Vie	7/11-7/25	10:30-11:45am	\$44	43616
2-5	Manualidades juveniles	MSCR West	Jue	7/24-8/14	3-4:15pm	\$58	43618
2-5	Manualidades juveniles	Warner Park CRC	Vie	8/1-8/15	10:30-11:45am	\$44	43869
6-12	Rueda juvenil	MSCR West	Mie	7/9-8/13	4-6pm	\$105	43620
6-12	Rueda juvenil	Warner Park CRC	Lu	7/14-8/11	5:45-7:45pm	\$88	44031
<b>COSTURA</b>							
6-12	Costura a mano- Amigos de fieltro	MSCR West	Ma	7/22-8/5	10-11:30am	\$47	43560
4-9	Costura juvenil 1	MSCR West	Ma	6/24-7/8	6:30-8pm	\$45	43635
<b>TALLERES JUVENILES Y ADOLESCENTES</b>							
9-12	Taller introductorio al arte performativo	MSCR Central	Ma	7/15	5:30-8:30pm	\$21	43539
6-8	Taller de la animación en volumen	MSCR Central	Ma	8/12	5:30-8:30pm	\$21	43540
5-9	Taller de diarios con trastos	MSCR Central	Vie	7/18	9:30-11am	\$18	43623
<b>CLASES JUVENILES EN EXTERIORES</b>							
Grado	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
6-12	Fotografía con el celular	MSCR Central	Jue	7/24-8/14	10-11:30am	\$52	43597
6-12	Exploraciones de la cianotipia	MSCR Central	Jue	7/10-7/17	10-11:30am	\$30	43600



### YOGA FAMILIAR

Exploren el yoga juntos en un entorno lúdico con libros de cuentos, juegos de yoga, posturas y yoga en pareja. ¡Aumente la conciencia corporal, la fuerza y la flexibilidad con poses, atención plena y técnicas de respiración! Registre a cada niño, debe asistir sólo un cuidador por familia. Por favor traiga su propio tapete.

### CAPOEIRA PARA TODOS LOS NIVELES

Esta clase es abierta a los principiantes y también incorpora habilidades de experiencias previas con capoeira. Capoeira es un arte marcial afro-brasileño que tiene 500 años y que combina elementos de autodefensa, danza y movimientos acrobáticos al ritmo palpitante de música tradicional. Avance desde movimientos de animales y ritmo básico 1-2-3 a ginga (el movimiento central de la capoeira), volteretas, escapes, patadas y canciones básicas.

### CAPOEIRA NIVEL 1

Esta clase está dirigida a principiantes. La capoeira combina elementos de defensa personal, danza y movimientos acrobáticos al ritmo palpitante de la música tradicional en vivo. Avanza desde movimientos de animales y ritmo básico 1-2-3 hasta ginga (el movimiento central de la capoeira), volteretas, escapes, patadas y canciones básicas.

### CAPOEIRA NIVEL 2

Esta clase es una continuación de Capoeira Nivel 1. Se requiere experiencia previa con capoeira.

### CLUB DE CARRERA

Este grupo está dirigido a corredores principiantes e intermedios que buscan un entrenamiento dirigido. Cada entrenamiento se enfoca en desarrollar habilidades para correr, entrenamientos de resistencia, juegos de carrera y más. Jóvenes de 5 a 7 años: el objetivo es aumentar la resistencia para correr/caminar de 1,5 a 2 millas o 20 minutos sin parar al final de la sesión. Jóvenes de 8 a 13 años: el objetivo es aumentar la resistencia para correr/caminar 3 millas o 30 minutos sin parar al final de la sesión.

### FUERZA Y ACONDICIONAMIENTO

Aprenda las técnicas adecuadas de entrenamiento de fuerza para desarrollar músculo a través del entrenamiento con pesas y ejercicios de acondicionamiento. Esta clase es perfecta para los jóvenes que quieren ganar confianza y mantenerse activos. Ideal para principiantes que quieren aprender a usar correctamente pesas libres y varios equipos de fitness.

### RUTINAS DE PISO

La clase es ideal para perfeccionar bases de rutinas de piso, habilidades de estiramiento y movimiento al participar en carreras de obstáculos simples, juegos y actividades. Habilidades progresivas de rutinas de piso son usadas para aumentar la coordinación, conciencia corporal y habilidades motoras gruesas. Use ropa cómoda que permita la libre circulación.

Edad	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
5-12	Capoeira Nivel 1	MSCR Central	Lu	6/23-8/18	4:30-5:15pm	\$45	42865
5-12	Capoeira Nivel 2	MSCR Central	Lu	6/23-8/18	5:30-6:15pm	\$45	42867
8-13	Fuerza y acondicionamiento	MSCR East	Ma	6/24-8/19	5-5:45pm	\$45	42891
8-13	Club de carrera Este	Demetral Park	Ma	6/24-8/19	5:30-6:15pm	\$45	42887
3-6	Yoga familiar	MSCR West	Ma	6/24-8/19	6:15-7pm	\$45	42869
8-13	Fuerza y acondicionamiento	MSCR West	Mie	6/25-8/20	5-5:45pm	\$40	42890
8-13	Club de carrera	MSCR Central	Mie	6/25-8/20	5:30-6:15pm	\$45	42886
5-7	Club de carrera Oeste	Elver Park	Jue	6/26-8/21	4:30-5:15pm	\$40	42889
4	Rutinas de piso	MSCR West	Jue	6/26-8/21	5-5:30pm	\$40	42893
5-12	Capoeira - para todos los niveles	Warner Park	Jue	6/26-8/21	5-5:45pm	\$40	43847
8-13	Club de carrera Oeste	Elver Park	Jue	6/26-8/21	5:30-6:15pm	\$40	43849
5	Rutinas de piso	MSCR West	Jue	6/26-8/21	5:40-6:10pm	\$40	43843
5-7	Club de Carrera Este	Demetral Park	Jue	6/26-8/21	6:15-7pm	\$40	42888
6	Rutinas de piso	MSCR West	Jue	6/26-8/21	6:20-7:05pm	\$40	43844

**APRENDA A MONTAR EN BICI**

¿Su hijo está listo para dejar atrás las ruedas de soporte en la bici? ¿Se ha cansado usted de seguirle por la vereda? ¡Aprenda técnicas fáciles y prácticas para que su hijo monte la bici solo en las dos ruedas! Este método innovador incluye el equilibrio, el deslizamiento y el pedaleo. Los participantes reciben instrucción y tiempo para practicar. Los niños tienen que ir acompañados por alguien mayor de 16 años. Tiene que traer una bicicleta que permita al participante sentarse con los dos pies planos sobre la tierra. Los participantes tienen que traer cascos. Si no puede traer casco, por favor comunicarse con nosotros. Los tamaños de las clases se limitan a 10 participantes máximo por clase para reducir las distracciones, los atascos en la vía y para abrir espacio de orientarse por el personal cuando sea necesario. Si su participante tiene una discapacidad y puede que necesite más acomodos siéntase libre de comunicarse con nosotros. Trabajaremos con usted para brindar acomodos razonables. Debido a los cupos limitados, la registración se limita a una sola clase por participante. Si necesita más práctica al concluir la clase, comuníquese con nosotros para ver si hay cupos adicionales para otra clase. Auspiciado por Pacific Cycle.



Edad	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
4-8	Aprenda Bici	Huegel	Ma	7/1	5-6:15pm	\$15	42874
9-13	Aprenda Bici	Huegel	Ma	7/1	6:30-7:45pm	\$15	42875
4-8	Aprenda Bici	Kennedy	Ma	7/8	5-6:15pm	\$15	42880
9-13	Aprenda Bici	Kennedy	Ma	7/8	6:30-7:45pm	\$15	42881
4-8	Aprenda Bici	Lincoln	Jue	7/10	5-6:15pm	\$15	42872
4-8	Aprenda Bici	Lincoln	Jue	7/10	6:30-7:45pm	\$15	42873
4-8	Aprenda Bici	Huegel	Ma	7/15	5-6:15pm	\$15	42876
4-8	Aprenda Bici	Huegel	Ma	7/15	6:30-7:45pm	\$15	42877
4-8	Aprenda Bici	Kennedy	Ma	7/22	5-6:15pm	\$15	42882
4-8	Aprenda Bici	Kennedy	Ma	7/22	6:30-7:45pm	\$15	42883
4-8	Aprenda Bici	Lincoln	Ma	7/29	5-6:15pm	\$15	42870
9-13	Aprenda Bici	Lincoln	Ma	7/29	6:30-7:45pm	\$15	42871
4-8	Aprenda Bici	Huegel	Ma	8/5	5-6:15pm	\$15	42878
4-8	Aprenda Bici	Huegel	Ma	8/5	6:30-7:45pm	\$15	42879
4-8	Aprenda Bici	Kennedy	Ma	8/12	5-6:15pm	\$15	42884
4-8	Aprenda Bici	Kennedy	Ma	8/12	6:30-7:45pm	\$15	42885

**DEPORTES JUVENILES 608-229.6820****SUPERHÉROES DEL GIMNASIO**

¡Evite el calor explorando todos sus juegos favoritos en el gimnasio en un ambiente enérgico y apoyador! Capture la bandera, fútbol de copa mundial, dodgeball de eliminación, juegos numerosos del corre que te pilló y más se juegan en esta clase dinámica de alta velocidad. Salte 7/4.

Grado	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso#
3-6	Superhéroes del Gimnasio	MSCR West	Lu-Mie-Vie	6/23-6/27	9-11am	\$80	43805
3-6	Superhéroes del Gimnasio	MSCR West	Lu/Mie	6/30-7/3	9-11am	\$64	43810
3-6	Superhéroes del Gimnasio	MSCR West	Lu-Mie-Vie	7/7-7/11	9-11am	\$80	43814
3-6	Superhéroes del Gimnasio	MSCR West	Lu-Mie-Vie	7/14-7/18	9-11am	\$80	43815
3-6	Superhéroes del Gimnasio	MSCR West	Lu-Mie-Vie	7/21-7/25	9-11am	\$80	43816
3-6	Superhéroes del Gimnasio	MSCR West	Lu-Mie-Vie	7/28-8/1	9-11am	\$80	43817
3-6	Superhéroes del Gimnasio	MSCR West	Lu-Mie-Vie	8/4-8/8	9-11am	\$80	43818
3-6	Superhéroes del Gimnasio	MSCR West	Lu-Mie-Vie	8/11-8/15	9-11am	\$80	43819



## LIGAS DE DEPORTES JUVENILES

Deportes Juveniles de MSCR inspira a la juventud a llevar vidas activas y saludables y a hacer amigos a través de deportes, ligas y clases.

Las ligas de deportes juveniles de MSCR brinda una experiencia a los participantes que enfatiza el desarrollo de las habilidades y el carácter a través de ligas recreativas no-competitivas. Nuestras ligas juveniles promueven la diversión, la participación, el espíritu deportivo y jugar de forma justa. MSCR ofrece ligas de fútbol, beisbol, t-ball y futbol americano de banderita a lo largo del año.

- Los horarios de los partidos se envían una semana antes del inicio de la temporada.
- Inscríbase como individuo para asignarle un equipo o pida unirse a un equipo con sus amigos.
- ¡Siempre se necesitan entrenadores voluntarios!
- Encuentre más información para inscribirse en las ligas en [mscryouthsportsleagues.org](http://mscryouthsportsleagues.org)



## LIGAS DE FÚTBOL

Las ligas de fútbol juvenil están diseñadas para proporcionar programas de fútbol recreativos y vecinales a jugadores de todos los niveles de habilidad. Nuestras ligas comunitarias procuran unir a jugadores, familias y entrenadores para disfrutar y aprender las bases del fútbol. No hay pruebas, puntuación ni récords -nada mas a divertirse. El personal de MSCR pone las fechas de los partidos, proporciona árbitros y apoya a los entrenadores voluntarios a lo largo de cada temporada. Los entrenadores voluntarios también pueden escoger fechas para prácticas, pero no son obligatorias.

Liga	División	Edad	Fechas	Día	Horario
3v3	U4	3-4	7/13-8/17	Do	1, 2, 3 o 4pm
3v3	U6	5-6			
6v6	U8	7-8	7/12-8/16	Sa	9, 10:15, 11:30am o 12:45pm
6v6	U10	9-10			
6v6	U12	11-12			
6v6	U14	13-14			

Locaciones	Canchas Tentativas
Este	Kennedy, Lapham y Nuestro Mundo
Oeste	Chavez, Cherokee, Crestwood, Stephens y Toki

Tipo de Inscripción	Fechas de Inscripción	Tarifa de Residente	Tarifa de No-Residente
Anticipado	5/5-6/1	\$55	\$82.50
Regular	6/2-6/9	\$60	\$90
Tardío	6/10-6/13	\$70	\$105

### INSCRIBIRSE PARA LAS LIGAS DEPORTIVAS

Vaya a [mscryouthsportsleagues.org](http://mscryouthsportsleagues.org) o vaya a MSCR East, MSCR Central o MSCR West para registrarse en papel.

Todos los entrenadores voluntarios deben registrarse en [mscryouthsportsleagues.org](http://mscryouthsportsleagues.org)

## TBALL Y "COACH PITCH"

608-204-3026

### TBALL

La liga instruccional de T-ball de MSCR enfatiza trabajo en equipo, desarrollo de habilidades y diversión. Entrenadores voluntarios dedicados y el personal de MSCR se enfocan en enseñar los fundamentos del beisbol en un ambiente positivo y animador. Las primeras 2 semanas del programa son prácticas organizadas y después 5 semanas de partidos.



### "COACH PITCH"

¡Introduzca a su niño al mundo emocionante del beisbol con nuestro programa de "coach pitch"! Esta liga divertida no-competitiva se enfoca en enseñar los fundamentos del deporte en un ambiente apoyador y atractivo. El programa comienza con 2 semanas de practicas para desarrollar habilidades esenciales, luego seguido por 5 partidos. Nuestro énfasis es en el espíritu deportivo, el trabajo en equipo y disfrutar del juego. Entrenadores voluntarios y personal de MSCR lideran el programa.

### LIGAS DE T-BALL

Grado	Locación	Día	Fecha	Horario
K-1	Midvale	Lu	6/16-7/28	5:30-8pm
K-1	Elvehjem	Lu	6/16-7/28	5:30-8pm
K-1	Midvale	Mie	6/18-7/30	5:30-8pm
K-1	Elvehjem	Mie	6/18-7/30	5:30-8pm

### LIGAS DE "COACH PITCH"

Grado	Locación	Día	Fecha	Horario
2-3	Midvale	Ma	6/17-7/29	5:30-8pm
2-3	Elvehjem	Ma	6/17-7/29	5:30-8pm

### TARIFAS

Tipo de Inscripción	Fechas de Inscripción	Tarifa de Residente	Tarifa de No-Residente
Anticipado	3/10-5/11	\$41	\$61.50
Regular	5/12-5/25	\$46	\$69

## HABILIDADES DEPORTIVAS

**HABILIDADES DEPORTIVAS DE "T-BALL"**

Habilidades Deportivas de "T-Ball" es un programa introductorio de beisbol apropiado para niños de 3-5 años. El programa prepara los niños para T-Ball y beisbol organizados. Enseña las habilidades en un ambiente que no es ni competitivo ni amenazador. Las habilidades enseñadas incluyen correr, batear, lanzar y agarrar. Guardianes y niños trabajan juntos uno a uno en una atmósfera de diversión. No se juegan partidos en este programa.

**CLÍNICA DE ATLETISMO**

Esta clínica es diseñada para quien ingresa de kínder a 8º grado. Sean los participantes principiantes o atletas experimentados, esta clínica brinda instrucción para muchos eventos de atletismo. El programa aspira a ayudar a la juventud en desarrollar habilidades específicas. Salte 6/19 y 7/3.

**CLÍNICA DE HABILIDADES DE ULTIMATE FRISBEE**

Ultimate Frisbee es el deporte del futuro, y MSCR ofrece una serie de programas juveniles diseñados para ayudar a todos los niños a meterse en el espíritu de este deporte. Ultimate es el único deporte que requiera dos jugadores para anotar. Con elementos del fútbol, fútbol americano y básquetbol, ultimate enseña a la juventud a tener un buen carácter deportivo. Los jóvenes aprenden los fundamentos y a comprender su posición en la cancha. Los grupos tienen instrucción por las primeras 6 semanas. Las últimas dos semanas, juegan partidos oficiales de Ultimate Frisbee.

Edad	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
<b>HABILIDADES DEPORTIVAS</b>							
3-5	Habilidades de "T-Ball"	Elvehjem	Lu	6/16-7/21	4:45-5:15pm	\$25	43638
3-5	Habilidades de "T-Ball"	Midvale	Lu	6/16-7/21	4:45-5:15pm	\$25	43655
3-5	Habilidades de "T-Ball"	Midvale	Lu	6/16-7/21	5-5:30pm	\$25	43656
3-5	Habilidades de "T-Ball"	Midvale	Lu	6/16-7/21	5:45-6:15pm	\$25	43657
3-5	Habilidades de "T-Ball"	Midvale	Lu	6/16-7/21	6:30-7pm	\$25	43658
3-5	Habilidades de "T-Ball"	Elvehjem	Ma	6/17-7/22	4:45-5:15pm	\$25	43643
3-5	Habilidades de "T-Ball"	Elvehjem	Ma	6/17-7/22	5:30-6pm	\$25	43644
3-5	Habilidades de "T-Ball"	Elvehjem	Ma	6/17-7/22	6:15-6:45pm	\$25	43645
3-5	Habilidades de "T-Ball"	Midvale	Ma	6/17-7/22	4:45-5:15pm	\$25	43647
3-5	Habilidades de "T-Ball"	Midvale	Ma	6/17-7/22	5-5:30pm	\$25	43648
3-5	Habilidades de "T-Ball"	Midvale	Ma	6/17-7/22	5:45-6:15pm	\$25	43649
3-5	Habilidades de "T-Ball"	Midvale	Ma	6/17-7/22	6:30-7pm	\$25	43650
3-5	Habilidades de "T-Ball"	Elvehjem	Mie	6/18-7/23	4:45-5:15pm	\$25	43642
3-5	Habilidades de "T-Ball"	Midvale	Mie	6/18-7/23	4:45-5:15pm	\$25	43651
3-5	Habilidades de "T-Ball"	Midvale	Mie	6/18-7/23	5-5:30pm	\$25	43652
3-5	Habilidades de "T-Ball"	Midvale	Mie	6/18-7/23	5:45-6:15pm	\$25	43653
3-5	Habilidades de "T-Ball"	Midvale	Mie	6/18-7/23	6:30-7pm	\$25	43654
3-5	Habilidades de "T-Ball"	Elvehjem	Jue	6/26-8/7	4:45-5:15pm	\$25	43639
3-5	Habilidades de "T-Ball"	Elvehjem	Jue	6/26-8/7	5:30-6pm	\$25	43640
3-5	Habilidades de "T-Ball"	Elvehjem	Jue	6/26-8/7	6:15-6:45pm	\$25	43641
3-5	Habilidades de "T-Ball"	Midvale	Jue	6/26-8/7	4:45-5:15pm	\$25	43801
3-5	Habilidades de "T-Ball"	Midvale	Jue	6/26-8/7	5:30-6pm	\$25	43802
3-5	Habilidades de "T-Ball"	Midvale	Jue	6/26-8/7	6:15-6:45pm	\$25	43803
Grado	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
<b>CLÍNICAS DE HABILIDADES DE ULTIMATE FRISBEE</b>							
K-2	Habilidades de Ultimate Frisbee	Toki	Lu	6/16-7/28	5:15-5:45pm	\$41	43664
3-5	Habilidades de Ultimate Frisbee	Toki	Lu	6/16-7/28	6-6:45pm	\$41	43665
6-8	Habilidades de Ultimate Frisbee	Toki	Lu	6/16-7/28	7-7:45pm	\$41	43666
K-2	Habilidades de Ultimate Frisbee	Whitehorse	Jue	6/26-8/7	5:15-5:45pm	\$35	43661
3-5	Habilidades de Ultimate Frisbee	Whitehorse	Jue	6/26-8/7	6-6:45pm	\$35	43662
6-8	Habilidades de Ultimate Frisbee	Whitehorse	Jue	6/26-8/7	7-7:45pm	\$35	43663
<b>CLÍNICAS DE ATLETISMO</b>							
K-8	Clínica de atletismo	Lussier Stadium	Lu, Mie	6/16-7/30	6-7:15pm	\$45	43660
K-8	Clínica de atletismo	Mansfield Athletic Complex	Ma, Jue	6/17-7/31	6-7:15pm	\$45	43659

## TENIS JUVENIL



### PRINCIPIANTE

Una clase introductoria que cubre las bases de jugar, las reglas, la coordinación entre manos y ojos y golpes básicos. Da énfasis en el contacto con la pelota y mantener a la pelota en juego.

### PRINCIPIANTE /INTERMEDIO

Habilidades principiantes e intermedias son bienvenidas. Se divide a los participantes en grupo según las habilidades en el primer día.

### INTERMEDIO

Para jugadores con experiencia en el tenis. Continuación del desarrollo de fundamentos, al incorporar técnicas más avanzadas como un globo y una volea. Da énfasis en refinar las habilidades y desarrollar estrategias.

### PRE-COMPETITIVO

Para jugadores interesados en explorar el tenis como deporte para la escuela secundaria. Da énfasis en desarrollar estrategias, jugar en la red y usar técnicas avanzadas al jugar un partido.

### PAQUETE USTA

Para el verano de 2025, ¡tenemos paquetes de equipos adicionales de tenis! Para los jóvenes participantes, hay raquetas de tenis adecuadas para su edad y una camiseta USTA incluidas. Compre en [mscr.org](http://mscr.org), vea los números de curso abajo.

## POLÍTICA METEOROLÓGICA

En el caso de inclemencias de tiempo, los instructores determinan las cancelaciones de las clases y ocurre para cada clase individual. Los participantes reciben un correo electrónico y/o una llamada automática en el caso de una cancelación. No hay clases de reemplazo; si se cancela una sesión, los participantes son compensados. Si tiene alguna pregunta, por favor llame al 608-204-3026.

## CLASES DE TENIS DE DÍA EN EL ESTE

### DOOR CREEK PARK

Día y Fecha	Horario	Gr	Clase	Tarifa	Curso #	
Lu-Jue 6/23-7/3	8:30-9:15am	K-2	Pri/Intermedio	\$63	43305	
		3-5	Principiante	\$63	43306	
	10:30-11:15am	3-5	Intermedio	\$63	43307	
		6-9	Principiante	\$63	43308	
		6-9	Intermedio	\$63	43309	
		K-2	Pri/Intermedio	\$63	43310	
Lu-Jue 7/7-7/17	8:30-9:15am	6-9	Principiante	\$63	43311	
		6-9	Intermedio	\$63	43312	
	10:30-11:15am	K-2	Pri/Intermedio	\$63	43313	
		3-5	Principiante	\$63	43314	
		3-5	Intermedio	\$63	43315	
		6-9	Principiante	\$63	43317	
Lu-Jue 7/21-7/31	8:30-9:15am	6-9	Principiante	\$63	43318	
		6-9	Intermedio	\$63	43318	
	10:30-11:15am	6-9	Principiante	\$63	43317	
		6-9	Intermedio	\$63	43318	
		3-5	Principiante	\$63	43399	
		3-5	Intermedio	\$63	43409	
Lu-Jue 8/4-8/14	8:30-9:15am	6-9	Principiante	\$63	43410	
		6-9	Intermedio	\$63	43422	
	10:30-11:15am	K-2	Pri/Intermedio	\$63	43423	
		11:30am-12:15pm	K-5	Principiante	\$63	43425
		K-5	Intermedio	\$63	43426	
		6-9	Pre-Competitivo	\$63	43424	
Lu-Jue 8/4-8/14	8:30-9:15am	K-2	Pri/Intermedio	\$63	43427	
		9:30-10:15am	3-5	Principiante	\$63	43428
	10:30-11:15am	3-5	Intermedio	\$63	43429	
		6-9	Principiante	\$63	43487	
		6-9	Intermedio	\$63	43497	
		11:30am-12:15pm	K-5	Principiante	\$63	43513
K-5	Intermedio	\$63	43519			
6-9	Pre-Competitivo	\$63	43498			

### PAQUETES DE EQUIPOS USTA - ¡NUEVO!

Incluye una raqueta y una camiseta. Compre en [mscr.org](http://mscr.org)  
Para garantizar entrega para el 23 de junio, por favor regístrese para el 19 de mayo.

Sesión	Fecha	Tarifa	Curso #
--------	-------	--------	---------

#### Paquetes de Clases de Día

Sesión1: Lu-Jue	6/23-7/3	\$45	43526
Sesión 2: Lu-Jue	7/7-7/17	\$45	43527
Sesión 3: Lu-Jue	7/21-7/31	\$45	43528
Sesión 4: Lu-Jue	8/4-8/14	\$45	43529

#### Paquetes de Clases de Tarde

Sesión	Fecha	Tarifa	Curso #
Lunes	6/23-8/11	\$45	43525
Martes	6/24-8/12	\$45	43531
Miércoles	6/25-8/13	\$45	43532
Jueves	6/26-8/14	\$45	43530

## TENIS JUVENIL EN EL ESTE

## HERITAGE HEIGHTS PARK

Día y Fecha	Horario	Gr	Clase	Tarifa	Curso #
Lu-Jue 6/23-7/3	8:30-9:15am	K-2	Pri/Intermedio	\$63	43875
	9:30-10:15am	3-5	Principiante	\$63	43881
		3-5	Intermedio	\$63	43892
Lu-Jue 7/7-7/17	10:45-11:30am	3-5	Principiante	\$63	43882
		3-5	Intermedio	\$63	43893
	11:45am-12:30pm	6-9	Principiante	\$63	43883
		6-9	Intermedio	\$63	43894
Lu-Jue 7/21-7/31	8:30-9:15am	3-5	Principiante	\$63	43884
		3-5	Intermedio	\$63	43895
	9:30-10:15am	6-9	Principiante	\$63	43885
		6-9	Intermedio	\$63	43896
		6-9	Pre-Competitivo	\$63	43906
Lu-Jue 8/4-8/14	10:45-11:30am	6-9	Principiante	\$63	43886
		6-9	Intermedio	\$63	43897
	11:45am-12:30pm	K-5	Principiante	\$63	43887
		K-5	Intermedio	\$63	43898
		6-9	Pre-Competitivo	\$63	43906

## KENNEDY PARK

Día y Fecha	Horario	Gr	Clase	Tarifa	Curso #
Lu-Jue 6/23-7/3	10:45-11:30am	6-9	Principiante	\$63	43888
		6-9	Intermedio	\$63	43901
	11:45am-12:30pm	K-2	Pri/Intermedio	\$63	43876
Lu-Jue 7/7-7/17	8:30-9:15am	6-9	Principiante	\$63	43889
		6-9	Intermedio	\$63	43903
	9:30-10:15am	K-2	Pri/Intermedio	\$63	43878
Lu-Jue 7/21-7/31	10:45-11:30am	K-2	Pri/Intermedio	\$63	43879
		6-9	Pre-Competitivo	\$63	43907
	11:45am-12:30pm	K-5	Principiante	\$63	43890
		K-5	Intermedio	\$63	43904
Lu-Jue 8/4-8/14	8:30-9:15am	K-2	Pri/Intermedio	\$63	43880
	9:30-10:15am	3-5	Principiante	\$63	43891
		3-5	Intermedio	\$63	43905

## CLASES DE TENIS DE TARDE EN EL ESTE

## LA FOLLETTE HIGH SCHOOL

Día y Fecha	Horario	Gr	Clase	Tarifa	Curso#
Lu 6/23-8/11	5-5:45pm	6-9	Principiante	\$63	43374
		6-9	Intermedio	\$63	43462
	6-6:45pm	K-5	Principiante	\$63	43375
Ma 6/24-8/12	5-5:45pm	6-9	Principiante	\$63	43357
		6-9	Intermedio	\$63	43464
	6-6:45pm	K-5	Principiante	\$63	43358
Mie 6/25-8/13	5-5:45pm	6-9	Intermedio	\$63	43451
		K-5	Principiante	\$63	43378
	6-6:45pm	K-5	Intermedio	\$63	43466
Jue 6/26-8/14	5-5:45pm	6-9	Principiante	\$63	43380
		6-9	Intermedio	\$63	43450
		K-5	Principiante	\$63	43376
	6-6:45pm	K-5	Intermedio	\$63	43449
		6-9	Principiante	\$63	43377
6-9	Intermedio	\$63	43468		

## OLBRICH PARK

Día y Fecha	Horario	Gr	Clase	Tarifa	Curso#
Lu-Jue 6/23-7/3	8:30-9:15am	K-2	Pri/Intermedio	\$63	43953
	9:30-10:15am	3-5	Principiante	\$63	43958
		3-5	Intermedio	\$63	43969
		6-9	Principiante	\$63	43959
	11:30am-12:15pm	6-9	Intermedio	\$63	43970
Lu-Jue 7/7-7/17	8:30-9:15am	K-5	Pri/Intermedio	\$63	43954
		6-9	Principiante	\$63	43960
	9:30-10:15am	6-9	Intermedio	\$63	43971
		K-2	Pri/Intermedio	\$63	43955
		3-5	Principiante	\$63	43961
Lu-Jue 7/21-7/31	10:30-11:15am	3-5	Intermedio	\$63	43972
		6-9	Principiante	\$63	43962
	11:30am-12:15pm	6-9	Intermedio	\$63	43973
		3-5	Principiante	\$63	43963
		3-5	Intermedio	\$63	43974
Lu-Jue 8/4-8/14	8:30-9:15am	6-9	Principiante	\$63	43964
		6-9	Intermedio	\$63	43975
	9:30-10:15am	K-2	Pri/Intermedio	\$63	43956
		K-5	Principiante	\$63	43965
		K-5	Intermedio	\$63	43976
Lu-Jue 8/4-8/14	10:30-11:15am	6-9	Pre-Competitivo	\$63	43980
		6-9	Principiante	\$63	43957
	11:30am-12:15pm	3-5	Principiante	\$63	43966
		3-5	Intermedio	\$63	43977
		6-9	Principiante	\$63	43967
Lu-Jue 8/4-8/14	8:30-9:15am	6-9	Intermedio	\$63	43978
		K-5	Principiante	\$63	43968
	9:30-10:15am	K-5	Intermedio	\$63	43979
		6-9	Pre-Competitivo	\$63	43981
		6-9	Principiante	\$63	43968

## CLASES DE TENIS DE DÍA EN EL OESTE

### ELVER PARK

Día y Fecha	Horario	Gr	Clase	Tarifa	Curso #
Lu-Jue 6/23-7/3	8:30-9:15am	K-2	Pri/Intermedio	\$63	43982
	9:30-10:15am	3-5	Principiante	\$63	43987
		3-5	Intermedio	\$63	43998
	10:30-11:15am	6-9	Principiante	\$63	43988
		6-9	Intermedio	\$63	43999
11:30am-12:15pm	K-5	Pri/Intermedio	\$63	43983	
Lu-Jue 7/7-7/17	8:30-9:15am	6-9	Principiante	\$63	43989
	9:30-10:15am	6-9	Intermedio	\$63	44000
		K-2	Pri/Intermedio	\$63	43984
	10:30-11:15am	3-5	Principiante	\$63	43990
		3-5	Intermedio	\$63	44001
11:30am-12:15pm	6-9	Principiante	\$63	43991	
Lu-Jue 7/21-7/31	8:30-9:15am	3-5	Principiante	\$63	43992
		3-5	Intermedio	\$63	44003
	9:30-10:15am	6-9	Principiante	\$63	43993
		6-9	Intermedio	\$63	44004
	10:30-11:15am	K-2	Pri/Intermedio	\$63	43985
	11:30am-12:15pm	K-5	Principiante	\$63	43994
		K-5	Intermedio	\$63	44005
	6-9	Pre-Competitivo	\$63	44009	
		8:30-9:15am	K-2	Pri/Intermedio	\$63
	9:30-10:15am	3-5	Principiante	\$63	43995
3-5		Intermedio	\$63	44006	
10:30-11:15am	6-9	Principiante	\$63	43996	
	6-9	Intermedio	\$63	44007	
11:30am-12:15pm	K-5	Principiante	\$63	43997	
	K-5	Intermedio	\$63	44008	
	6-9	Pre-Competitivo	\$63	44010	

### QUANN PARK

Día y Fecha	Horario	Gr	Clase	Tarifa	Curso #
Lu-Jue 6/23-7/3	8:30-9:15am	K-2	Pri/Intermedio	\$63	43909
	9:30-10:15am	3-5	Principiante	\$63	43915
		3-5	Intermedio	\$63	43936
	10:30-11:15am	6-9	Principiante	\$63	43916
		6-9	Intermedio	\$63	43937
11:30am-12:15pm	K-2	Pri/Intermedio	\$63	43910	
Lu-Jue 7/7-7/17	8:30-9:15am	6-9	Principiante	\$63	43917
	9:30-10:15am	6-9	Intermedio	\$63	43938
		K-2	Pri/Intermedio	\$63	43911
	10:30-11:15am	3-5	Principiante	\$63	43918
		3-5	Intermedio	\$63	43939
11:30am-12:15pm	6-9	Principiante	\$63	43919	
Lu-Jue 7/21-7/31	8:30-9:15am	3-5	Principiante	\$63	43920
		3-5	Intermedio	\$63	43941
	9:30-10:15am	6-9	Principiante	\$63	43921
		6-9	Intermedio	\$63	43942
	10:30-11:15am	K-2	Pri/Intermedio	\$63	43913
	11:30am-12:15pm	K-5	Principiante	\$63	43922
		K-5	Intermedio	\$63	43943
	6-9	Pre-Competitivo	\$63	43935	
		8:30-9:15am	K-2	Pri/Intermedio	\$63
	9:30-10:15am	3-5	Principiante	\$63	43923
3-5		Intermedio	\$63	43944	
10:30-11:15am	6-9	Principiante	\$63	43924	
	6-9	Intermedio	\$63	43945	
11:30am-12:15pm	K-5	Principiante	\$63	43925	
	K-5	Intermedio	\$63	43946	
	6-9	Pre-Competitivo	\$63	43932	



SE NECESITA PERSONAL PARA CURSO DE CICLISMO

¡ENSEÑE A LOS JÓVENES A ANDAR EN BICICLETA CON SEGURIDAD Y CONFIANZA!

MSCR APLIQUE EN MSCR.ORG

## CLASES DE TENIS JUVENIL DE DÍA Y DE TARDE EN EL OESTE

## CLASES DE TENIS DE DÍA

## RENNEBOHM PARK

Día y Fecha	Horario	Gr	Clase	Tarifa	Curso #
Lu-Jue 6/23-7/3	8:30-9:15am	K-2	Pri/Intermedio	\$63	43291
	9:30-10:15am	3-5	Principiante	\$63	43292
		3-5	Intermedio	\$63	43414
	10:30-11:15am	6-9	Principiante	\$63	43293
		6-9	Intermedio	\$63	43415
11:30am-12:15pm	K-2	Pri/Intermedio	\$63	43294	
Lu-Jue 7/7-7/17	8:30-9:15am	6-9	Principiante	\$63	43295
		6-9	Intermedio	\$63	43416
	9:30-10:15am	K-2	Pri/Intermedio	\$63	43296
	10:30-11:15am	3-5	Principiante	\$63	43297
		3-5	Intermedio	\$63	43417
11:30am-12:15pm	6-9	Principiante	\$63	43299	
Lu-Jue 7/21-7/31	8:30-9:15am	3-5	Principiante	\$63	43398
		3-5	Intermedio	\$63	43486
	9:30-10:15am	6-9	Principiante	\$63	43303
		6-9	Intermedio	\$63	43419
	10:30-11:15am	K-5	Pri/Intermedio	\$63	43301
11:30am-12:15pm	K-5	Principiante	\$63	43411	
Lu-Jue 8/4-8/14	8:30-9:15am	K-5	Intermedio	\$63	43412
		6-9	Pre-Competitivo	\$63	43517
	9:30-10:15am	K-2	Pri/Intermedio	\$63	43302
		3-5	Principiante	\$63	43304
	10:30-11:15am	3-5	Intermedio	\$63	43418
6-9		Intermedio	\$63	43420	
11:30am-12:15pm	6-9	Intermedio	\$63	43421	
	K-5	Principiante	\$63	43499	
	K-5	Intermedio	\$63	43500	
		6-9	Pre-Competitivo	\$63	43518

## CLASES DE TENIS DE TARDE

## MEMORIAL HIGH SCHOOL

Día y Fecha	Horario	Gr	Clase	Tarifa	Curso #
Lu 6/23-8/11	5-5:45pm	6-9	Principiante	\$63	43390
		6-9	Intermedio	\$63	43478
	6-6:45pm	K-5	Principiante	\$63	43391
		K-5	Intermedio	\$63	43479
Mie 6/25-8/13	5-5:45pm	K-5	Principiante	\$63	43394
		K-5	Intermedio	\$63	43482
	6-6:45pm	6-9	Principiante	\$63	43512
		6-9	Intermedio	\$63	43483

## WEST HIGH SCHOOL

Día y Fecha	Horario	Gr	Clase	Tarifa	Curso #
Ma 6/24-8/12	5-5:45pm	6-9	Principiante	\$63	43384
		6-9	Intermedio	\$63	43472
	6-6:45pm	K-5	Principiante	\$63	43383
		K-2	Intermedio	\$63	43473
Jue 6/26-8/14	5-5:45pm	K-2	Principiante	\$63	43388
		K-2	Intermedio	\$63	43476
	6-6:45pm	6-9	Principiante	\$63	43386
		6-9	Intermedio	\$63	43474

## ¡CELEBRE 50 AÑOS DE ART CART!

Únase a nosotros para dos eventos familiares gratuitos:  
 Inicie la temporada de verano de Art Cart en el Museo de Arte Contemporánea de Madison en 227 State Street el 7 de junio de 10am-2pm con una jornada abierta gratuita y un proyecto comunitario de arte. ¡La celebración continúa mientras MSCR y MMoCA revelan el Vilas Park Shoe en 1602 Vilas Park Dr a finales de julio con más proyectos de arte y diversión familiar!  
 ¡Permanezca atento para detalles de una fiesta de cumpleaños!



**PÓLIZAS Y PROCEDIMIENTOS**

Los programas acuáticos de MSCR ofrecen clases de natación para todas las edades, siguiendo los estándares de la Cruz Roja Americana, más una variedad de programas especializados y de fitness acuático para adultos.

**REGISTRACIÓN**

Para las lecciones de preescolar y jóvenes, hay que registrarse por un horario específico. Los nadadores nuevos en MSCR o que no han tomado lecciones del año calendario anterior se evalúan para determinar su ubicación en la clase.

**QUÉ TRAER**

Los participantes deben llegar listos y traer su propio traje y toalla. Los clientes pueden traer bolsas y toallas al área de espectadores. MSCR y la Ciudad de Madison no son responsables por ningún artículo perdido o dañado.

**ANTES DE NADAR**

Las duchas deben tomarse antes de nadar y el cabello largo debe estar sujeto. Los baños para hombres, mujeres y todos los géneros están disponibles para cambiarse después de las lecciones. MSCR afirma el derecho de las personas a usar instalaciones que se alineen con su identidad de género.

**IMPACTO DEL CLIMA Y LAS CANCELACIONES**

En el caso de que se cancela una clase, los participantes reciben un crédito por esa clase. No se agendan clases de reemplazo.



**NIÑO + ADULTO**

Se requiere la participación activa de adultos.

**LITTLE DIPPERS (6 MESES - 2 AÑOS)**

Una clase introductoria que familiariza a los niños con el agua y les enseña habilidades de preparación para nadar. Brinda información de seguridad para los tutores y enseña técnicas para orientar a los niños en el agua.

**SHRIMP DIP (3-4 AÑOS)**

Para preparar a los niños para las lecciones de preescolar o jóvenes, esta clase proporciona un puente hacia la natación independiente al disminuir gradualmente el apoyo de los adultos en el agua.

**NADA CONMIGO (5-13 AÑOS)**

Una clase de transición para jóvenes que no están listos para la instrucción independiente. Los instructores trabajan con cada familia individualmente en un plan de transición a las lecciones de natación para jóvenes. Los jóvenes aprenden estilos básicos de natación y sobre seguridad en el agua, siguiendo de cerca las habilidades del Nivel 1 de la Cruz Roja.

\*Nadadores que tomaron clases regulares de natación no deben matricularse en esta clase. No está abierta al registro por internet. Llame al 608-204-3019.

**PREESCOLARES (3 - 5 AÑOS)**

Prerrequisito: tiene que ser entrenado en usar el baño y estar cómodo en el agua sin adulto. Se enfatiza el descubrimiento del movimiento independiente en el agua, según la edad de desarrollo del niño. Si su hijo no está listo para participar sin un adulto en el agua, considere una clase de Niño + Adulto.

**CLASES DE NATACIÓN PARA JÓVENES (5-13 AÑOS)**

MSCR es un proveedor autorizado de la Cruz Roja Americana. Se utiliza una variedad de técnicas para nadar en todos los niveles para fomentar el descubrimiento del movimiento independiente y a desarrollar la resistencia.

**NIVEL 1: INTRODUCCIÓN A LAS HABILIDADES ACUÁTICAS**

No es necesario saber nadar. Introduce habilidades acuáticas básicas. Comience a desarrollar actitudes positivas, hábitos de natación efectivos y prácticas seguras dentro y alrededor del agua.

**NIVEL 2: HABILIDADES ACUÁTICAS FUNDAMENTALES**

Brinda a los participantes el éxito con las habilidades fundamentales y de locomoción en el agua, incluido cómo flotar y deslizarse sin apoyo y recuperar una posición vertical.

**NIVEL 3: DESARROLLO DE BRAZADAS**

Se basa en habilidades anteriores al proporcionar práctica guiada adicional en aguas más profundas. Habilidades de ejemplo: respiración rotatoria, pisada, espalda elemental y entradas de cabeza en aguas profundas.

**NIVEL 4: MEJORAMIENTO DE BRAZADAS**

Ayuda a desarrollar confianza en las brazadas aprendidas en niveles anteriores y mejora otras habilidades acuáticas. Habilidades de ejemplo: estilo crol, brazada lateral, brazada mariposa y clavados en superficie.

**NIVEL 5: REFINAMIENTO DEL BRAZADAS**

Enseña cómo coordinar y refinar los trazos. Habilidades de ejemplo: volteretas, remadas y clavados de ángulo poco profundo.

**ADULTOS**

**INSTRUCCIÓN DE NATACIÓN ADOLESCENTES/ADULTOS (EADADES 13+)**

Esta clase orienta a los nadadores al medio acuático para sentirse cómodos en el agua en un grupo reducido. La instrucción se individualiza según los objetivos y los niveles de competencia de los nadadores.

**APTITUD ACUÁTICA PARA ADULTOS**

Edades de 13 a 17 años pueden registrarse con un adulto participante.

**ACUA CIRCUITO**

Esta clase incluye cardio y acondicionamiento muscular usando fideos y mancuernas acuáticas. Entrenamiento de resistencia e intervalos, seguido de trabajo de fuerza y un breve enfriamiento. No es necesario ser nadador para participar, ya que la clase se lleva a cabo en aguas poco profundas.

**EJERCICIOS DE AGUA PROFUNDA**

Entrenamiento aeróbico sin el impacto y la tensión en las articulaciones. Resistencia, fuerza y lo básico seguido de un enfriamiento. Se proporcionan cinturones de flotación, pero debe sentirse cómodo en aguas profundas.

**NATACIÓN MASTERS (EDAD 18+)**

Un entorno estructurado para nadadores de cualquier condición física y nivel. El entrenador proporciona entrenamientos que enfatizan la resistencia y desarrollan la brazada. Los participantes deben poder nadar 500 yardas sin parar. Los ejercicios típicos son de 1800-2500 yardas.

**EJERCICIOS DE AGUA TIBIA**

Estas clases especialmente diseñadas promueven la tonificación, un aumento en la resistencia, flexibilidad y fuerza para participantes activos en una piscina de agua tibia. Después de rutinas de calentamiento, use dispositivos de flotación para la resistencia y disfrute de las actividades de enfriamiento.

**TARIFAS DE NATACIÓN ABIERTA**

Se requiere pase para natación abierta. Se puede comprar en MSCR o al salvavidas de turno en cualquier sitio. Nada de efectivo, se aceptan cheques, giros postales o tarjetas de crédito. Los pases son válidos en todos los grupos de MMSD y son transferibles; no son reembolsables y no se vencen. \$25 por 14 perforaciones (1=joven 2=adulto). Todos los participantes deben completar un formulario de exención de responsabilidad y contacto de emergencia.

**HORARIO DE NATACIÓN PARA ADULTOS**

Los mayores de 13 años y que pueden nadar como parte de un régimen de ejercicios son bienvenidos durante el tiempo de natación.

**23 de junio - 7 de agosto**

Los lunes	West HS	6 - 8pm
Los jueves	La Follette HS	6 - 8pm

Lecciones de natación adaptadas de 5 a 13 años.

Lecciones para jóvenes con discapacidades que se beneficiarían de un pequeño grupo. Los viernes por la mañana en la Piscina de Goodman.

Por favor vea "clases de natación" en la sección "Recreación Adaptada."

**Piscina de Goodman, 325 W Olin Ave - Use el Portón para Clases de Natación  
(a la izquierda de la Entrada Principal)**

**Clases Juveniles de Día**

Día y Fecha	Horario	Clase	Tarifa	Curso #
Lu-Jue 6/23-7/3	9-9:30am	Clases Juveniles - Edades 5-13	\$52	42741
	9:40-10:10am	Clases Juveniles - Edades 5-13	\$52	42742
	10:20-10:50am	Little Dippers - Niño + Adulto	\$59	42694
		Clases Preescolares - Edades 3-5	\$62	42710
11-11:30am	Little Dippers - Niño + Adulto	\$59	42695	
	Clases Preescolares - Edades 3-5	\$62	42711	
Lu-Jue 7/7-7/17	9-9:30am	Clases Juveniles - Edades 5-13	\$52	42743
	9:40-10:10am	Clases Juveniles - Edades 5-13	\$52	42744
	10:20-10:50am	Clases Preescolares - Edades 3-5	\$62	42716
		Shrimp Dip - Niño + Adulto	\$59	42724
11-11:30am	Little Dippers - Niño + Adulto	\$59	42696	
	Clases Preescolares - Edades 3-5	\$62	42717	
Lu-Jue 7/21-7/31	9-9:30am	Clases Juveniles - Edades 5-13	\$52	42745
	9:40-10:10am	Clases Juveniles - Edades 5-13	\$52	42746
	10:20-10:50am	Little Dippers - Niño + Adulto	\$59	42697
		Clases Preescolares - Edades 3-5	\$62	42718
	11-11:30am	Little Dippers - Niño + Adulto	\$59	42698
Clases Preescolares - Edades 3-5		\$62	42719	
Lu-Jue 8/4-8/14	9-9:30am	Clases Juveniles - Edades 5-13	\$52	42747
	9:40-10:10am	Clases Juveniles - Edades 5-13	\$52	42748
	10:20-10:50am	Little Dippers - Niño + Adulto	\$59	42726
		Clases Preescolares - Edades 3-5	\$62	42720
	11-11:30am	Clases Preescolares - Edades 3-5	\$62	42721
Shrimp Dip - Niño + Adulto		\$59	42725	

**Clases para Adultos de Tarde**

Día y Fecha	Horario	Clase	Tarifa	Curso #
Lunes 6/23-8/18	6-6:45pm	Aptitud- Aguas Profundas	\$52	42682
	7-8pm	Aptitud - Acua Circuito	\$56	42676
Martes 6/24-8/19	6-7pm	Aptitud - Acua Circuito	\$56	42677
	7:15-8pm	Aptitud- Aguas Profundas	\$52	42683
Miércoles 6/25-8/20	6-6:45pm	Aptitud- Aguas Profundas	\$52	42684
	7-8pm	Aptitud - Acua Circuito	\$56	42678
	7:20-8pm	Natación Adolescentes/ Adultos - Edades 13+	\$90	42736
Jueves 6/26-8/21	6-7pm	Aptitud - Acua Circuito	\$56	42679
	7:15-8pm	Aptitud- Aguas Profundas	\$52	42685

**Clases Juveniles de Tarde**

Día y Fecha	Horario	Clase	Tarifa	Curso #
Martes 6/24-8/19	6-6:30pm	Nada Conmigo - Niño + Adulto	\$67	42732
		Little Dippers - Niño + Adulto	\$67	42693
		Clases Preescolares - Edades 3-5	\$69	42713
	6:40-7:10pm	Clases Juveniles - Edades 5-13	\$59	42738
Miércoles 6/25-8/20	7:20-7:50pm	Clases Juveniles - Edades 5-13	\$59	42739
	6-6:30pm	Clases Juveniles - Edades 5-13	\$59	42740
Miércoles 6/25-8/20	6:40-7:10pm	Clases Juveniles - Edades 5-13	\$59	42762

**NATACIÓN FAMILIAR ADAPTADA - ¡GRATIS!****PISCINA DE GOODMAN, 325 W****OLIN AVE**

11 de julio, 5:30-7pm,  
1 de agosto, 5:30-7pm  
16 de agosto, 10-11:30am



Abierto a personas con discapacidades y sus cuidadores y familias.

No se requiere una registraci3n previa.

### Piscina de Lapham Elementary School

1045 E Dayton St - Use la puerta en Mifflin St, cerca de Ingersoll St

#### Clases para adultos de tarde

Día y Fecha	Horario	Clase	Tarifa	Curso #
Jue 6/26-8/7	7:10-8:10pm	Ejercicios de agua tibia	\$44	42749

#### Clases juveniles de tarde

Día y Fecha	Horario	Clase	Tarifa	Curso #
Lunes 6/23-8/4	4:30-5pm	Little Dippers - Niño + Adulto	\$52	42689
	5:10-5:40pm	Clases Preescolares - Edades 3-5	\$54	42702
	5:50-6:20pm	Shrimp Dip - Niño + Adulto	\$52	42727
	6:30-7pm	Clases Preescolares - Edades 3-5	\$54	42703
Martes 6/24-8/5	4:30-5pm	Clases Preescolares - Edades 3-5	\$54	42704
	5:10-5:40pm	Little Dippers - Niño + Adulto	\$52	42690
	5:50-6:20pm	Clases Preescolares - Edades 3-5	\$54	42705
	6:30-7pm	Shrimp Dip - Niño + Adulto	\$52	42728
Miércoles 6/25-8/6	4:30-5pm	Little Dippers - Niño + Adulto	\$52	42691
	5:10-5:40pm	Clases Preescolares - Edades 3-5	\$54	42706
	5:50-6:20pm	Little Dippers - Niño + Adulto	\$52	42692
	6:30-7pm	Clases Preescolares - Edades 3-5	\$54	42707
Jueves 6/26-8/7	4:30-5pm	Little Dippers - Niño + Adulto	\$52	42699
	5:10-5:40pm	Clases Preescolares - Edades 3-5	\$54	42708
	5:50-6:20pm	Little Dippers - Niño + Adulto	\$52	42700
	6:30-7pm	Clases Preescolares - Edades 3-5	\$54	42709

**Para las lecciones de preescolar y jóvenes, hay que registrarse por un horario específico. Los nadadores nuevos en MSCR o que no han tomado lecciones del año calendario anterior se evalúan para determinar su ubicación en la clase.**

### Piscina de La Follete High School

702 Pflaum Rd - Use la entrada de los atletas, en la esquina noreste

#### Clases para adultos de tarde

Día y Fecha	Horario	Clase	Tarifa	Curso #
Lunes 6/23-8/4	7:20-8pm	Natación Adolescentes/ Adultos - Edades 13+	\$70	42735
Jueves 6/26-8/7	6-6:45pm	Aptitud - Aguas Profundas	\$40	42687
	7-8pm	Aptitud - Acua Circuito	\$44	42681

#### Clases juveniles de tarde

Día y Fecha	Horario	Clase	Tarifa	Curso #
Lunes 6/23-8/4	5:20-5:50pm	Clases Preescolares - Edades 3-5	\$54	42714
		Nada Conmigo - Niño + Adulto	\$52	42734
	6-6:30pm	Clases Juveniles - Edades 5-13	\$46	42757
	6:40-7:10pm	Clases Juveniles - Edades 5-13	\$46	42758

### Piscina de West High School

30 Ash St - Use la entrada de los atletas en Regent St, cerca de Highland Ave

#### Clases para adultos de día

Día y Fecha	Horario	Clase	Tarifa	Curso #
Ma, Jue 6/17-8/7	5:40-7:10am	Natación Masters (2x por semana)	\$102	42701

#### Clases para adultos de tarde

Día y Fecha	Horario	Clase	Tarifa	Curso #
Lunes 6/23-8/4	6-7pm	Aptitud - Acua Circuito	\$44	42680
	7:15-8pm	Aptitud - Aguas Profundas	\$40	42686
Jueves 6/26-8/7	7:20-8pm	Natación Adolescentes/ Adultos - Edades 13+	\$70	42737

#### Clases juveniles de tarde

Día y Fecha	Horario	Clase	Tarifa	Curso #
Jueves 6/26-8/7	5:20-5:50pm	Clases Preescolares - Edades 3-5	\$54	42715
		Nada Conmigo - Niño + Adulto	\$52	42733
	6-6:30pm	Clases Juveniles - Edades 5-13	\$46	42760
	6:40-7:10pm	Clases Juveniles - Edades 5-13	\$46	42761

**ÚNASE A NUESTRO EQUIPO**

AFTERSCHOOL - ACUÁTICOS - FITNESS  
ARTES Y ENRIQUECIMIENTO -  
SERVICIOS DE INCLUSIÓN - DEPORTES

**MSCR.ORG/JOBS**

**ADULTOS****MÁS ALLÁ DEL SENDERO**

Aprenda habilidades tácticas importantes al aire libre de los Instructores de MSCR al Aire Libre incluyendo identificación de plantas venenosas, atar nudos para construir refugios, separación de madera para hacer fuego y navegación usando mapa y brújula. No se requiere experiencia.

**MULTI-EADES/FAMILIA**

Todos los participantes deben registrarse y un adulto mayor de 18 años debe registrarse y participar con los jóvenes. Ideal para edades 5+.

**COCINAR SOBRE UNA FOGATA**

Aprenda el arte de cocinar comidas deliciosas y nutritivas sobre una hoguera. Practique métodos de cocinar y procedimientos de seguridad sobre una fogata a través de una combinación de demostraciones, actividades y una comida compartida cocida sobre la fogata. Aplique técnicas de armar una cocina campestre y principios de no dejar rastro. Más comunicación sobre el menú se incluirá en una fecha más cercana al día del programa. Si está preocupado por restricciones alimentarias, llame al 608-205-3025. Ideal para edades 8+.

**HABILIDADES ESENCIALES AL AIRE LIBRE**

Aprenda habilidades fundamentales al aire libre como hacer un fuego y construir refugios, atar nudos e identificación fácil de las plantas. ¡Únase a nosotros para esta clase interactiva y manual y aplique el conocimiento que usted gana en su próxima aventura al aire libre!

**CAMPAMENTO FAMILIAR**

Sea usted nuevo en acampar o quiera experimentar una pernoctación llena de actividades en Madison School Forest, ¡espere un tiempo memorable con personal acogedor de MSCR! Las actividades de los sábados incluyen aprender habilidades de supervivencia, una caminata nocturna y cocinar en fogatas. El domingo, aprenda a usar un mapa y una brújula, con opciones para completar un curso de orientación y una caminata dirigida por un instructor. Las carpas son proporcionadas, y la tarifa incluye meriendas, la cena y el desayuno. Se envía más información previa al viaje a los participantes registrados antes del programa.

**LUMBRE Y ESTRELLAS**

¡Disfrute de una aventura nocturna en familia liderados por personal de MSCR a través de varias actividades nocturnas como hacer fuego, mirar las estrellas, entender la visión nocturna y hasta una caminata por la noche! Termine la noche comiendo en la fogata.

**ORIENTACIÓN**

Participantes en la orientación encuentran su camino a varios puntos de control usando mapa y una brújula. Puede ser una actividad competitiva o por diversión. MSCR tiene tres cursos que varían en dificultad y duración para que cada grupo pueda elegir. MSCR proporciona mapas de recorrido, 1 o 2 brújulas, marcadores para grabar e indicaciones para encontrar los puntos de control (no se necesita experiencia).

**INMERSIÓN EN AGUA DE ESTANQUE**

¡El comienzo del verano es el momento ideal para ver la vida natural en el Pantano de Cherokee! Las familias descubren los bichos del pantano a través de la inmersión en el estanque, una actividad que usa redes, baldes, cucharas y otras herramientas investigativas para destapar todo lo que hay debajo del agua. Los participantes caminan a los estanques de los humedales para aprender sobre los humedales e inmersión en las aguas de los estanques. Si permite el tiempo, comparemos lo que encontramos en los humedales con lo que encontramos en el río.

**EXPLORADORES DEL SUELO**

Mire de cerca lo que está debajo de los pies. Conviértase en un científico del suelo por un día: excave, pruebe, construya, juegue y aprenda. Descubra qué bichos viven en la tierra, cómo se "hace" la tierra y complete un proyecto de artesanía del suelo.

**DESCUBRA LAS MARAVILLAS DE COMESTIBLES SILVESTRES**

Únase a nosotros para una aventura divertida e informativa al aire libre en que las familias pueden aprender lo básico del forrajeo seguro y ético en Wisconsin durante los meses de verano. Este programa te guía por la identificación de 3-5 plantas comestibles comunes, técnicas de forrajeo y exploración de la naturaleza.

Edad	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
<b>ADULTOS</b>							
18+	Más allá del sendero	Madison School Forest	Do	6/15	10am-12:30pm	\$12	43198
<b>MULTI-EADES/FAMILIA</b>							
All	Cocinar sobre una fogata	Madison School Forest	Sa	6/7	5-7pm	\$15	43200
All	Habilidades esenciales al aire libre	Madison School Forest	Sa	6/14	10am-12:30pm	\$12	43214
All	Campamento familiar	Madison School Forest	Sa-Do	6/21-6/22	3-12pm	\$30	43201
All	Campamento familiar	Madison School Forest	Sa-Do	7/19-7/20	3-12pm	\$30	43202
All	Campamento familiar	Madison School Forest	Sa-Do	8/9-8/10	3-12pm	\$30	43203
All	Lumbre y estrellas	Madison School Forest	Vie	6/13	7-9pm	\$10	43207
All	Lumbre y estrellas	Madison School Forest	Sa	7/12	7-9pm	\$10	43208
All	Lumbre y estrellas	Madison School Forest	Sa	8/16	7-9pm	\$10	43209
All	Orientación	Madison School Forest	Sa	6/14	1:30-4:30pm	\$8	43210
All	Orientación	Madison School Forest	Sa	7/12	3-6pm	\$8	43211
All	Orientación	Madison School Forest	Sa	8/16	3-6pm	\$8	43212
All	Inmersión en Agua de Estanque	Cherokee Marsh	Do	6/8	10am-12pm	\$10	43234
All	Exploradores del Suelo	Olin Park	Do	7/27	10am-12pm	\$10	43199
All	Descubra comestibles silvestres	Madison School Forest	Sa	6/7	2-4pm	\$10	43213

## EXPERIENCIAS PERSONALIZABLES

¡Traiga un grupo al aire libre con nosotros! MSCR ofrece una variedad de opciones de programas al aire libre para grupos, desde exploradores hasta personal profesional. Trabajamos con usted para diseñar una experiencia personalizada adaptada a las necesidades y objetivos de su grupo. Los instructores de programas al aire libre están capacitados para facilitar oportunidades atractivas y significativas.

### MADISON SCHOOL FOREST

Una joya natural ubicada a las afueras de Madison en la ciudad de Verona. El paisaje en Madison School Forest ofrece más de 300 acres de espacio boscoso al aire libre, senderos y un campamento para albergar a su grupo.

### OPCIONES DEL PROGRAMA:

#### ACAMPAR POR UNA NOCHE

El campamento incluye cabañas rústicas, refugio al aire libre, gran hoguera al aire libre, cocina interior, centro natural con estufa de leña y baños de fosa. Los grupos también son bienvenidos a acampar en el gran campo de hierba.

#### EDUCACIÓN AMBIENTAL

Los instructores guían a los grupos en una variedad de caminatas enfocadas en la educación ambiental o las habilidades de supervivencia al aire libre.

#### PROGRAMAS NOCTURNOS

Desafíe e inspire a los participantes a explorar el aire libre por la noche; entienda la visión nocturna, escuche la vida silvestre, mire las estrellas en el observatorio y disfrute de las fogatas.

#### ORIENTACIÓN

Aprenda habilidades de mapa y brújula mientras navega por uno de los tres cursos establecidos, la dificultad varía de principiante a intermedio.

#### PISTA DE OBSTÁCULOS

Nuestro curso de desafío de campamento permite a los participantes resolver problemas juntos para dominar desafíos. Un muro de escalada está disponible para los grupos más jóvenes. Más adecuado para mayores de 9 años.

#### REMO

Con una flota de canoas y kayaks, ofrecemos oportunidades para explorar lagos y ríos con su grupo. Los instructores llevan los botes a un lugar seleccionado para su grupo y proporcionan remos e instrucciones antes de lanzarse al agua. Adaptamos la experiencia al nivel de su grupo. Puede acomodar hasta 20 participantes. Más adecuado para mayores de 9 años.

¿Interesado en diseñar su propio programa?

Comuníquese con los Especialistas en Programas al Aire Libre:

Emily Peffer: [eapeffer@madison.k12.wi.us](mailto:eapeffer@madison.k12.wi.us),  
o Liz Just: [ekjust@madison.k12.wi.us](mailto:ekjust@madison.k12.wi.us)



### TRABAJO EN EQUIPO

Facilitamos oportunidades de aprendizaje experiencial diseñadas a medida para desarrollar equipos. Trabajamos con grupos corporativos, sin fines de lucro, deportivos y juveniles para diseñar la experiencia de trabajo en equipo que se ajuste a sus necesidades. Hay dos ubicaciones disponibles: Madison School Forest o Kennedy Course en el lado este de Madison. ¡También podemos traer opciones de creación de equipos móviles a su sitio!

Opciones del Programa:

#### CURSO DE DESAFÍO BAJO

Seleccionamos actividades específicas que requieren que los participantes trabajen juntos para lograr objetivos.

#### CURSO DE DESAFÍO BAJO/ALTO

Amplíe el aprendizaje a un día completo tomando uno de nuestros cursos de alto desafío donde su problema de grupo resuelve y se apoya mutuamente hasta 30 pies del suelo.

#### CURSO MÓVIL

Podemos llevar los desafíos a su ubicación y diseñar una experiencia personalizada para su grupo.

#### COLORES REALES

Un taller divertido e interactivo que da una idea de los comportamientos humanos y brinda una comprensión común de las diferencias. Los facilitadores certificados de Real Colors guían a su grupo a través del aprendizaje de sus colores individuales y luego ofrecen una discusión interactiva facilitada sobre cómo estos influyen en las interacciones a diario. Los programas suelen durar hasta tres horas, pero son flexibles según el número de participantes.

**MAKE SOME WAVES!**  
SUMMER 2025  
**GOODMAN WAVES SWIM & DIVE TEAM**

Registration opens April 1  
Ages 5 – 18 • No competitive experience necessary  
Scholarships available • ALL ARE WELCOME!

Register at [GoodmanWaves.com](http://GoodmanWaves.com)

**MADISON PARKS**

## HARMONY VALLEY FARM

COMMUNITY SUPPORTED AGRICULTURE

- ♥ Certified Organic Vegetables, Beef & Pork
- ♥ Simple & Tasty Recipes with Every Delivery
- ♥ Madison Area CSA Deliveries on Thursdays & Saturdays

SIGN UP AT [HARMONYVALLEYFARM.COM](http://HARMONYVALLEYFARM.COM)

**INTRODUCCIÓN A LA CANOA/KAYAK**

Aprenda las bases para comenzar a remar con seguridad. Estas clínicas dan información introductoria sobre botes, equipos de seguridad, seguridad en el agua y técnicas de remo. ¡Si nunca ha estado en un bote, este curso es excelente para comenzar!

**VIAJES DE REMO LOCALES**

Estas son excelentes oportunidades de probar un viaje de remo de un medio día y de desarrollar sus habilidades de remo y su resistencia. Los viajes no duran más de tres horas. Elija canoa o kayak en cualquiera de estos viajes, si es canoa ambos participantes deben registrarse.

**DESCUBRA EL PANTANO CHEROKEE**

Tome un corto viaje por el Pantano Cherokee. Vea vida silvestre local mientras rema. Reunirse en Cherokee Marsh, South Boat Launch.

**EXPLORE EL ARROYO WINGRA**

Explore la vida silvestre en la ciudad remando por el Arroyo Wingra o el Lago Monona. Reunirse en Olin Park Boat Launch.

**EXPLORE LOS MANANTIALES "CAPITAL SPRINGS"**

Rema a través del Área de Recreación de los Manantiales Capital justo al sur de Monona para remar por el Río Yahara. Reunirse en Lottes Park en Monona.

**AVENTURA EN EL RÍO YAHARA**

Vaya en una aventura según las condiciones del agua/viento en el día. Puede que rememos en Monona o en Mendota, dependiendo de las condiciones. Partimos del MSCR Pontoon Boatyard, al lado de Tenney Park.

**VIAJES DE REMO DE AVENTURA**

Salga de Madison con nosotros para remar en algunos lugares impresionantes. Se incluyen viajes; remar dura hasta cuatro horas. Instructores experimentados enseñan las habilidades para navegar el agua y sirven de guías durante los viajes.

**AVENTURA POR EL RÍO BARK**

Disfrute de la claridad bella y sinuosa del segmento del Río Bark desde el lago bajo de Nemahbin a Dousman en un kayak.

**DESCUBRA EL ARROYO BLACK EARTH**

Explore un arroyo veloz en un kayak. Es un remo desafiante que incluye rápidos.

**VAGAR POR EL RÍO WISCONSIN**

Pase un día remando por el río tocayo de Wisconsin, con vistas de los farallones, bancos de arena y vida silvestre.

**REMO ADAPTADO**

Equipos de remo adaptado están disponibles incluyendo asientos de remo, soportes, kayaks en tándem, un banco especial de traslado y adaptaciones múltiples de remo. El personal puede acomodar una variedad de niveles de habilidad. Por favor vea la sección de "Recreación Adaptada" para más información.

Edad	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
16+	Aventura por el río Bark	LaFollette High	Sa	6/28	9am-4pm	\$30	43217
16+	El arroyo Black Earth	Memorial High	Sa	8/23	9am-4pm	\$30	43683
16+	El pantano Cherokee	Cherokee Marsh	Sa	6/7	10am-12pm	\$21	43215
16+	El pantano Cherokee	Cherokee Marsh	Mie	7/16	5-7pm	\$21	43216
16+	Explore manantiales Capital	Lottes Park	Do	7/13	1-4pm	\$25	43218
16+	Explore manantiales Capital	Lottes Park	Ma	8/5	5-8pm	\$25	43219
16+	Explore el arroyo Wingra	Olin Park	Sa	6/14	1-3pm	\$21	43220
16+	Explore el arroyo Wingra	Olin Park	Ma	8/12	5-7pm	\$21	43221
16+	Intro a Canoa/Kayak	Olin Park	Ma	6/3	4-6pm	\$16	43222
16+	Intro a Kayak	Olin Park	Ma	6/17	4-6pm	\$16	43226
16+	Intro a Kayak	Olin Park	Mie	7/23	5-7pm	\$16	43228
16+	Intro a Kayak	Olin Park	Sa	8/9	10am-12pm	\$16	43229
16+	Intro a Canoa/Kayak	Warner Park	Jue	7/10	5-7pm	\$16	43223
16+	Intro a Kayak	Warner Park	Mie	6/11	4-6pm	\$16	43225
16+	Intro a Kayak	Warner Park	Do	6/22	10am-12pm	\$16	43227
16+	Intro a Canoa/Kayak	Vilas Park	Sa	8/2	10am-12pm	\$16	43224
16+	Vagar por el río Wisconsin	Memorial High	Sa	7/19	9am-4pm	\$30	43231
16+	Vagar por el río Wisconsin	Memorial High	Sa	8/16	9am-4pm	\$30	43230
16+	Aventura en el río Yahara	Tenney Park	Mie	6/25	4-7pm	\$25	43232
16+	Aventura en el río Yahara	Tenney Park	Do	7/27	9am-12pm	\$25	43233

## PASEOS EN BOTES PONTONES



Disfrute de la ciudad de Madison desde el agua en un paseo en pontón! MSCR mantiene 3 botes de pontones en Tenney Park (1615 Sherman Ave) que ofrecen oportunidades para entrar en el agua sin cita previa, con reservaciones privadas y en viajes especiales. Las ubicaciones y los horarios varían, por favor revise las descripciones abajo. Los barcos son accesibles a sillas de ruedas, pero Tenney Park es el único sitio de carga/descarga accesible. Todas las otras ubicaciones no son accesibles a sillas de ruedas. Está prohibido fumar, vapear, masticar tabaco, tomar alcohol y portar armas en la propiedad o en los barcos. Los barcos están equipados con equipos de seguridad, chalecos salvavidas y sillas de cubierta.

Nuestra temporada es de mayo a septiembre, los 7 días de la semana; sin embargo, no operamos los siguientes días festivos: Memorial Day, 4 de julio, Día del Trabajo y Juneteenth. La programación y el acceso a cualquier lago no están garantizados debido al clima o los niveles del agua. Comunicamos los cambios de programa y las cancelaciones por mal tiempo en [mscr.org/pontoon](http://mscr.org/pontoon) y la línea meteorológica de MSCR 608-204-3044 (ext. 4). Si tiene preguntas, contáctenos en [pontoon@madison.k12.wi.us](mailto:pontoon@madison.k12.wi.us)



Los conductores y primeros compañeros son voluntarios. Representan una comunidad de larga duración de miembros entrenados y dedicados. Por favor agradecerles por el trabajo en su paseo. ¿Está interesado en volverse voluntario?

Se aceptan nuevos voluntarios hasta el 1 de junio cada año, favor de comunicarse con la supervisora del programa, Emily Peffer en [eapeffer@madison.k12.wi.us](mailto:eapeffer@madison.k12.wi.us) o al 608-204-4580 para más información.

## RESERVACIONES Y RENTAS

Reserve un pontón para su propia excursión; su reserva incluye conductores voluntarios y primeros oficiales para tripular los barcos para su viaje. Tres barcos están disponibles con un máximo de 15 pasajeros por barco. Aceptamos solicitudes de alquiler a partir del 1 de marzo de cada año en [mscr.org/pontoon](http://mscr.org/pontoon). Complete el formulario de solicitud de reserva de pontones en [mscr.org/pontoon](http://mscr.org/pontoon). La temporada típica es de mayo a septiembre, los 7 días de la semana. Los alquileres de 3 horas están disponibles: 9:30am-12:30pm, 1-4pm, 5-8pm. Los alquileres de 90 minutos están disponibles los días útiles de la semana 10am-11:30am, 1-2:30pm. Las tarifas son por bote. Tarifa estándar de tres horas: \$150. Viajes de 90 minutos: \$100. Póliza para no-residentes de MMSD: Un residente habita una dirección dentro del Distrito Escolar Metropolitano de Madison. Si el alquilador principal no es residente de MMSD, el precio del alquiler aumenta un 50%.

## PASEOS SIN CITA PREVIA

Los paseos van de 1 de junio a 30 de septiembre. Todos los viajes son por orden de llegada, y los pasajeros tienen que estar presentes para reservar asiento. Los paseos cuestan \$5 por persona, pero son gratuitos para niños que tienen 3 años o menos. La tarifa se recoge en el sitio, solamente se aceptan efectivo o cheques. Un número limitado de boletos se puede encontrar en las bibliotecas públicas de Madison y en los centros de MSCR debido a la generosidad de los donantes.

El tamaño máximo de un grupo es de 6, grupos más grandes nos deben contactar para arreglar una renta privada. Los paseos no reservados son sujetos a cancelación debido a niveles inaccesibles de los lagos, el clima o mandatos públicos. Favor de llamar a la línea meteorológica de MSCR para la información más actualizada sobre los programas: 608-2044-3044.

### TENNEY PARK

Paseos de 90 minutos a Monona o a Mendota (dependiendo de la accesibilidad del lago) desde el Tenney Park Boat House. La registraci3n comienza 45 minutos antes de la hora de inicio. Este sitio es accesible a sillas de ruedas.

### OLBRICH PARK

Paseos de 60 minutos en el Lago Monona desde el muelle de Olbrich Park localizado al lado de Atwood Ave., en frente de la entrada a los jardines.

### OLIN PARK

Paseos de 60 minutos en Lago Monona desde el Olin Park Boat Launch, localizado en 302 E Lakeside St. La registraci3n comienza 30 minutos antes del horario posteado.

### WARNER PARK

Paseos de 60 minutos en Lago Mendota desde el Warner Park Boat Launch en 1201 Woodward Dr. La registraci3n comienza 30 minutos antes del horario posteado, registrarse en el muelle en Woodward Dr, no en el lote, para evitar multa.

### TENNEY PARK

#### Domingos

- 1:30-3pm
- 3:15-4:45pm

#### Martes y Jueves

- 5:30-7pm
- 7:15-8:45pm (no hay paseos en sept.)

### OLBRICH PARK

#### Lunes

- 1:30-2:30pm
- 2:45-3:45pm

### OLIN PARK

#### Miercoles

- 1:30-2:30pm
- 2:45-3:45pm

### WARNER PARK

#### Viernes

- 1:30-2:30pm
- 2:45-3:45pm

## VIAJES ESPECIALIZADOS

### VIAJES A RESTAURANTES

Toda la comida viene por su cuenta. Si los restaurantes est3n inaccesibles en la fecha del viaje, se pueden escoger nuevos locales.

### CENA EN BREAKWATER

Únase a nosotros para una cena en Breakwater. \*Note que el acceso a este restaurante requiere subir escaleras.

### CENA EN BUCK AND HONEYS

Únase a nosotros para una cena en Buck and Honeys en Monona.

### ALMUERZO EN CHRISTY'S LANDING

Únase a nosotros para un almuerzo en Christy's Landing. \*Note que el acceso a este restaurante requiere subir escaleras.

### ALMUERZO EN EL BOATHOUSE, HOTEL EDGEWATER

Únase a nosotros para un almuerzo en Boathouse en el Hotel Edgewater.

### LALMUERZO EN UW MEMORIAL UNION

Únase a nosotros para un almuerzo en UW Memorial Union.

### 2 LAGOS CON CRUCERO

Navegue por Monona y Mendota para disfrutar de las vistas del Capitolio y Monona Terrace, UW Skyline, los acantilados y la residencia del gobernador.

### TOUR DEL PAISAJE DEL MONTÍCULO DE EFIGIES (EFFIGY MOUND)

Aprenda sobre el paisaje del montículo de efigies y los cuatros lagos en el área de Robert Birmingham, un arqueólogo pasado del Estado de Wisconsin, actual profesor de antropología en UW-Waukesha y autor de múltiples publicaciones.

### GEOLOGÍA: EL ESTUDIO DE LAS ESTRUCTURAS FÍSICAS DE LA TIERRA

Aprenda sobre el pasado geológico del Lago Mendota con la Dra. Carol McCartney, anteriormente de la organizaci3n inspectora de Wisconsin de la Geología y la Historia Natural y con el Dr. David Mickelson, profesor jubilado.

## PASEOS EN BOTES PONTONES

**LIMNOLOGÍA: EL ESTUDIO DE AGUA DULCE**

Aprenda cómo los científicos monitorean la salud del lago y evalúan causantes de estrés como nutrientes en exceso, el cambio climático, especies invasivas y alteraciones en la orilla. ¡Únase a Tim Asplund, jefe del Monitoreo de Recursos Hídricos de DNR y Justin Chenevert especialista de la Gerencia de Recursos Hídricos de DNR en este tour interactivo!

**AVENTURAS MADISONIANAS DE AVES Y NATURALEZA**

Únase a la organización naturalista Madison Friends of Urban Nature (FUN) en un paseo de bote para destacar flora y fauna desde el agua.

**PINTAR EN PONTONES**

¡Pinte las vistas de Madison al ir de crucero sobre el agua! Aprenda técnicas de acuarela al pasar una mañana en un bote pontón. Todos los niveles son bienvenidos. Materiales proporcionados.

**TOUR DE HISTORIA SOCIAL**

Únase a Don Sanford, autor de "En el cuarto lago, una historia social del Lago Mendota" en un tour del lago Mendota para aprender historias fascinantes sobre visitantes famosos, arquitectura notable e historia de la orilla.

**CRUCERO AL ATARDECER**

Disfruten del atardecer desde el agua.

**Viajes Juveniles Especializados**

Los adultos deben registrarse, pagar y asistir con los jóvenes. Disfrute del viaje con actividades temáticas para la juventud. Todas las edades son bienvenidas pero los ideales son de 4-10 años. Disfraces se pueden llevar, pero no son requisito. Los viajes pueden incluir una parada en banco de comidas.

**NIÑOS ACUÁTICOS**

Explore los lagos como un científico.

**LIBROS EN BOTES**

Lleve su cuento preferido o que se vista como su personaje preferido.

**CUENTOS DE HADAS**

Vístase como un personaje de un cuento de hadas y encuentre magia a bordo.

**SAFARI DE LAGO**

Explore plantas y animales que usted encuentra dentro y alrededor de los lagos.

**HAGA MÚSICA MENDOTA**

Disfrute de hacer música en el agua.

**VIAJE A LA PLAYA DE SCHLUTER**

Disfrute del patio de juegos y visite Monona Bait and Ice Cream Shop.

**SUPERHÉROES**

Lleve su capa para salvar el día.

Edad	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso#
Todas	2 Lagos con crucero	Tenney Boat Pier	Sa	6/7	9am-12pm	\$16	43236
Todas	2 Lagos con crucero	Tenney Boat Pier	Jue	7/24	12-3pm	\$16	43237
Todas	2 Lagos con crucero	Tenney Boat Pier	Sa	8/9	9am-12pm	\$16	49144
Todas	Cena - Breakwater	Tenney Boat Pier	Lu	7/14	5:30-9pm	\$16	43707
Todas	Cena -- Buck and Honeys	Tenney Boat Pier	Mie	6/25	5:30-9pm	\$16	43242
Todas	Cena - Buck and Honeys	Tenney Boat Pier	Mie	8/27	5:30-9pm	\$16	43243
Todas	Montículo de estatuas	Tenney Boat Pier	Vie	7/25	5-8pm	\$17	43245
Todas	Geología	Tenney Boat Pier	Do	7/13	10am-12pm	\$17	43246
Todas	Geología	Tenney Boat Pier	Do	8/17	10am-12pm	\$17	43703
Todas	Limnología	Tenney Boat Pier	Vie	7/25	12:30-3:30pm	\$17	43250
Todas	Limnología	Tenney Boat Pier	Sa	8/23	10am-1pm	\$17	43704
Todas	Limnología	Tenney Boat Pier	Jue	6/26	4-7pm	\$17	43734
Todas	Almuerzo - Christy's Landing	Tenney Boat Pier	Ma	7/15	11:30am-3pm	\$16	43251
Todas	Almuerzo - The Boathouse, Edgewater Hotel	Tenney Boat Pier	Jue	6/12	11:30am-3pm	\$16	43252
Todas	Almuerzo - UW Memorial Union	Tenney Boat Pier	Jue	8/7	11:30am-3pm	\$16	43253
Todas	Aventuras madisonianas de aves y naturaleza	Tenney Boat Pier	Sa	8/2	2-5pm	\$17	43257
Todas	Pintar en pontones	Tenney Boat Pier	Lu	6/16	9am-12pm	\$25	43719
Todas	Pintar en pontones	Tenney Boat Pier	Mie	6/25	9am-12pm	\$25	43720
Todas	Pintar en pontones	Tenney Boat Pier	Mie	7/16	9am-12pm	\$25	43721
Todas	Viaje a la playa de Schluter	Tenney Boat Pier	Sa	6/21	12-2pm	\$13	43259
Todas	Viaje a la playa de Schluter	Tenney Boat Pier	Sa	8/9	12-2pm	\$13	43702
Todas	Tour de historia social	Tenney Boat Pier	Vie	6/13	5-8pm	\$17	43264
Todas	Tour de historia social	Tenney Boat Pier	Lu	7/7	5-8pm	\$17	43263
Todas	Tour de historia social	Tenney Boat Pier	Lu	8/4	5-8pm	\$17	43265
Todas	Crucero al atardecer	Tenney Boat Pier	Vie	6/6	6-9pm	\$16	43260
Todas	Crucero al atardecer	Tenney Boat Pier	Vie	7/18	6-9pm	\$16	43261
Todas	Crucero al atardecer	Tenney Boat Pier	Vie	8/22	6-9pm	\$16	43262
Todas	Niños acuáticos	Tenney Boat Pier	Sa	7/19	9am-11am	\$14	43715
Todas	Niños acuáticos	Tenney Boat Pier	Sa	7/19	12-2pm	\$14	43716
Todas	Libros en botes	Tenney Boat Pier	Sa	6/14	9am-11am	\$14	43247
Todas	Libros en botes	Tenney Boat Pier	Sa	6/14	12-2pm	\$14	43248
Todas	Cuentos de hadas	Tenney Boat Pier	Sa	7/26	9-11am	\$14	43254
Todas	Cuentos de hadas	Tenney Boat Pier	Sa	7/26	12-2pm	\$14	43711
Todas	Safari de lago	Tenney Boat Pier	Sa	8/16	9am-11am	\$14	43255
Todas	Safari de lago	Tenney Boat Pier	Sa	8/16	12-2pm	\$14	43712
Todas	Haga Música Mendota	Tenney Boat Pier	Sa	6/28	9-11am	\$14	43709
Todas	Haga Música Mendota	Tenney Boat Pier	Sa	6/28	12-2pm	\$14	43710
Todas	Superhéroes	Tenney Boat Pier	Sa	8/23	9am-11am	\$14	43713
Todas	Superhéroes	Tenney Boat Pier	Sa	8/23	12-2pm	\$14	43714

Conectar con naturaleza

# MINI CAMPS

Saque a su hijo afuera con nuestros campamentos semanales de dos horas.

Por niños de 4 a 8 años

*Planes de pago y asistencia de matrícula disponibles*

La inscripción se abre en

**MEDIODÍA del 20 de febrero**

Para información del campamento y para registrarse:

[camps@aldoleopoldnaturecenter.org](mailto:camps@aldoleopoldnaturecenter.org)

**ALDO LEOPOLD**  
**NATURE CENTER**  
Engage • Educate • Empower

330 Femrite Drive, Monona  
(608) 221-0404

[aldoleopoldnaturecenter.org](http://aldoleopoldnaturecenter.org)

Revive tu juventud en

# CAMP ALDO

Diseñado específicamente para adultos, disfruta las actividades clásicas de los campamentos de verano y bebidas elaboradas localmente, en un día lleno de aventura y diversión.

*Debe tener 21 años de edad en la fecha del evento.*

**July 12th • 2 - 7pm**

*Las entradas salen a la venta el 1 de abril.*

Visite nuestro sitio de web para información y registrar:

[aldoleopoldnaturecenter.org](http://aldoleopoldnaturecenter.org)

**ALDO LEOPOLD**  
**NATURE CENTER**  
Engage • Educate • Empower

330 Femrite Drive, Monona  
(608) 221-0404





# MSCR Guía de Campamentos

## Verano 2025



SÍGANOS EN:



Asistencia de Pago Disponible

## CAMPAMENTOS DE ESCUELAS PRIMARIAS

Camp Compass Gr 1-6 • E/O	C7
Campamento Tall Oaks Gr 1-5 • S	C8
Fascination Station Gr 1-5 • E/W	C4-C6
Deportes Espectaculares Gr 1-5 • E/O	C10
Campamento Super Center Gr 1-5 • E	C6

## CAMPAMENTOS DE MIDDLE SCHOOL

Campamento de Aventura Gr 6-9 • E/O	C12
Artes Creativas Gr 6-9 • O	C14
Jardinería de Invernadero Gr 6-9 • O	C14
Middle School on the Move Gr 6-9 • E/O	C13
Mundo Integral de Deportes Gr 6-9 • O	C11

## CAMPAMENTOS DE DEPORTES

Deportes Espectaculares Gr 1-5 • E/O	C9
Mundo Integral de Deportes Gr 6-9 • O	C11

## REGISTRACIÓN

Pólizas y Procedimientos	C2 y 54
Formulario de Información Complementaria	55-56
Formulario de Registración	57
Formulario de Solicitud de Asistencia de Tarifas	58



**Grado:** Se refiere al grado escolar al que ingresará el niño en 2025-2026 .

**Locación:** E = Este      N = Norte      O = Oeste/Sur

# PÓLIZAS Y PROCEDIMIENTOS DE LOS CAMPAMENTOS

### COMIENZA EL REGISTRO:

- El lunes 10 de marzo a las 12 pm para residentes de MMSD
- El lunes 24 de marzo a las 12 pm para no-residentes de MMSD

### CÓMO REGISTRARSE:

- Regístrese en línea en [mscr.org](http://mscr.org) o devuelva su formulario y de información complementaria del campamento a MSCR en 328 E Lakeside St, Madison, WI 53715.
- ¿Es la primera vez que se registra en MSCR? Cree su cuenta de cliente en [mscr.org](http://mscr.org) antes de que comience el registro para agilizar su proceso de registro.
- Incluya la primera opción y la alternativa cuando corresponda. Si su primera opción está llena, probaremos su opción alternativa. Si ambas opciones están llenas, se le devolverá la tarifa y se le colocará en la lista de espera.
- Por favor note lo siguiente: El registro para "Camp Compass" no se hace usando el sistema "Active" de registro en el sitio web de MSCR. Por favor vea la página C8 para más información.

### FORMULARIO COMPLEMENTARIO DE CAMPAMENTO - PLANEE POR ADELANTADO PARA AHORRAR TIEMPO

Ahorre tiempo durante el registro para los campamentos completando o actualizando la información complementaria del campamento por adelantado. Regístrese para el curso #42580 entre el 23 de febrero y el 9 de marzo para agregar y actualizar el contacto de emergencia y la información médica de su niño que se requieren para el registro para los campamentos de verano.

**POR FAVOR NOTE:** Completar este proceso no garantiza la registración en los campamentos. Los guardianes tendrán que registrarse para los campamentos mismos el lunes 10 de marzo a partir de las 12pm.

### ASISTENCIA CON TARIFAS:

- Las tarifas pueden ser exentas total o parcialmente según necesidad.
- Los pedidos de asistencia con las tarifas no están disponibles en línea.
- Los pedidos de asistencia con las tarifas no se conceden después del procesamiento de la registración.
- Complete el Formulario de Solicitud de Asistencia con el Formulario de Registración (paginas 57-58) y lleve en persona o envíe por correo a MSCR, 328 E. Lakeside St., Madison, WI 53715

### PLANES DE PAGO

Los planes de pago deben solicitarse mediante un formulario de registro de MSCR y no están disponibles durante el registro en línea.

Se requiere un depósito no reembolsable para cada sesión de campamento de día y se paga al momento de la inscripción, excepto para las familias que solicitan asistencia con la tarifa:

- \$20 por sesión de campamento de día completo
- \$10 por sesión de campamento de medio día

Se requiere un número de tarjeta y se carga automáticamente la semana anterior al campamento por el saldo pendiente. Su firma en el registro autoriza a MSCR a iniciar cargos recurrentes a la tarjeta de crédito según el cronograma indicado.

### HORARIO DE PAGOS PARA LOS CAMPAMENTOS

Fechas de inicio de la sesión del campamento	Semana de rocesamiento de pagos	Fechas de inicio de la sesión del campamento	Semana de rocesamiento de pagos
6/23/25	6/16/25	7/21/25	7/14/25
6/30/25	6/23/25	7/28/25	7/21/25
7/7/25	6/30/25	8/4/25	7/28/25
7/14/25	7/7/25	8/11/25	8/4/25

### CAMBIOS DE REGISTRACION Y REEMBOLSOS DE LOS CAMPAMENTOS

Cualquier cambio a su registración incluyendo cancelaciones, retiradas y traslados se tienen que hacer por escrito y recibirse en la oficina administrativa de MSCR, 328 E Lakeside St o [mscr@madison.k12.wi.us](mailto:mscr@madison.k12.wi.us) por lo menos 7 días antes del comienzo de la sesión.

Reembolsos por retiradas se emiten hasta 7 días antes del comienzo del programa, menos el cargo de servicio indicado abajo:

- \$20 por sesión de campamento de día completo
- \$10 por sesión de campamento de medio día
- \$5 por programa que no sea campamento.

No se emiten reembolsos o créditos sin un aviso 7 días antes del comienzo del programa.

## ¿CÓMO QUIERE ELEGIR SU CAMPAMENTO?

### 1/2 día - Sesiones de una semana

Fascination Station  
Jardinería de Invernadero

### Día completo - Sesiones de una semana

Campamento Tall Oaks  
Super Center  
Campamento Aventura  
Artes Creativas

Middle School on the Move  
Deportes Espectaculares  
Mundo Integral de Deportes

### Día completo - Verano completo

Camp Compass (Gr 1-6)\*

\*Horas extendidas

Por favor note: La registración para Camp Compass se procesa diferente. Por favor vea la página C8 para más información.

## LOCACIONES DE LOS PROGRAMAS

### Este/Norte

Campamento Aventura: Demetral Park  
Camp Compass: Henderson, Lake View, Lowell  
Fascination Station: Nuestro Mundo  
Middle School on the Move: Sherman  
Deportes Espectaculares: Elvehjem  
Super Center: Lapham

### Oeste/Sur

Campamento Aventura: Westmorland Park  
Camp Compass: Anana, Midvale  
Campamento Tall Oaks en School Forest: Lincoln (Parada de autobús)  
Artes Creativas: Hamilton  
Fascination Station: Stephens  
Jardinería de Invernadero: Spring Harbor  
Middle School on the Move: Toki  
Deportes Espectaculares: Van Hise  
Mundo Integral de Deportes: Cherokee

## TIPO DE CAMPAMENTO

### Integral

Camp Compass

### Artes

Artes Creativas  
Super Center

### Aventuras al Aire Libre

Campamento Aventura  
Campamento Tall Oaks  
Jardinería de Invernadero

### Interés Especial

Fascination Station  
Jardinería de Invernadero  
Middle School on the Move

### Deportes

Fascination Station  
Deportes Espectaculares  
Mundo Integral de Deportes

## ¿POR QUÉ PASAR EL VERANO CON MSCR?

### ¡Valor!

- Más de 150 sesiones semanales de campamentos y 5 campamentos durante el verano completo.
- Programas estructurados asequibles y de calidad.
- Opciones para niños de 4 a 14 años.
- Opciones de programación para cada familia, incluido medio día, día completo y cuidado extendido.
- Asistencia con las tarifas y planes de pago disponibles.

### ¡Experiencia!

- Oportunidades para que los campistas se desafíen, extiendan su imaginación y descubran nuevos talentos.
- Actividades para mantener entretenidos a los campistas.
- Personal atento y entusiasmado de compartir sus habilidades e intereses con los campistas.
- La tranquilidad de saber que su hijo está seguro.
- ¡Su fuente de recreación desde 1926!



## SERVICIOS DE INCLUSIÓN

La misión de los Servicios de Inclusión de MSCR es mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidades en el Distrito Escolar Metropolitano de Madison y para la comunidad, brindando oportunidades de recreación y enriquecimiento durante todo el año que sean accesibles para todos. MSCR está comprometido con un enfoque inclusivo de la recreación y proporcionará adaptaciones razonables para mejorar la participación en el programa sin alterar fundamentalmente un programa.

### ¿Qué son los Servicios de Inclusión?

Inclusión significa que las personas con y sin discapacidad participan juntas de la misma manera, en el mismo lugar y disfrutan de los mismos beneficios.

**Consulte la página 53 o**  
**[mscr.org/registration/Inclusion-Services](http://mscr.org/registration/Inclusion-Services)**  
**para mas información.**

## CAMPAMENTO FASCINATION STATION

¡Prepárese para un verano de diversión y aprendizaje en los Campamentos Fascination Station! Experimente lo mejor de dos mundos: programas matutinos de medio día que se meten con profundidad en temas fascinantes como las artes, la naturaleza y la ciencia; y programas de tarde de medio día llenos de deportes y juegos! Inscríbese individualmente para cada programa para tener una experiencia de medio día o combínelos con la Hora de Almuerzo para un día completo de exploración, diversión y juegos.

Por favor note que la hora de entrega de los niños para los campamentos matutinos es de 8am-8:30am y la hora de recoger por la tarde es de 4:30pm-5pm. La registración para la Hora de Almuerzo se cierra una semana antes del comienzo de cada sesión.

Para los campamentos matutinos y de tarde, los jóvenes deben traer una bolsa/mochila etiquetada con su nombre completo en todos los artículos:

- Una merienda para cada sesión matutina y/o de tarde
- Una botella de agua
- Bloqueador solar, repelente de insectos y desinfectante para las manos
- Traje de baño y toalla diariamente
- Gorro de sol y/o lentes de sol
- Un almuerzo que no requiera refrigeración ni calentarse. (para los participantes en la Hora de Almuerzo solamente)

Calzados

Por favor mande a su campista con calzados que cubren los dedos de pie y con tirita de talón que sean ideales para los deportes y para otra actividad física. Crocs, sandalias o calzados semejantes no se recomiendan para el campamento debido a preocupaciones de seguridad.

### TEMAS DE CAMPAMENTO

#### JUEGOS DE PATIO

¡Los campistas experimentan juegos clásicos al aire libre como corn hole, 4 square, blitzball y wiffleball, gaga ball, tira y afloja, capturar la bandera y más!

#### ¡ESTRUENDOS, ESTALLIDOS Y SALPICADURAS!

¿Es una embarrada? ¿Explota? Los proyectos pueden incluir cosas como activar reacciones químicas, comparar diferentes recetas limosas y diseñar los mejores dispositivos para la caída de huevos. ¡Prepárese para el desorden y la diversión en este campamento que incluye estruendos, estallidos y salpicaduras! Por favor use ropa que se pueda ensuciar.

#### CAMPAMENTO CON CARÁCTER

En esta semana del campamento, nos enfocamos en la bondad intencional y descubrir cómo nuestras acciones pueden tener un impacto positivo en el mundo. Exploramos valores como la bondad, la compasión, la conciencia plena, la generosidad y los cuidados. ¡Los campistas y el personal echan una mano y hacen una diferencia difundiendo la bondad a nuestra comunidad!

#### CONSTRUCCIONES CREATIVAS

¡Use una variedad de materiales como reciclados y ladrillos para construir torres, puentes y circuitos de carreras! Esta semana animadora del campamento se trata de construir, diseñar y crear estructuras increíbles. Explore los conceptos básicos del movimiento, la fuerza y los fundamentos de la física y la ingeniería con proyectos emocionantes. Los campistas catapultan, impulsan, construyen y experimentan hacia una comprensión de las ciencias.

#### AGACHADAS, SALTOS, ZAMBULLIDAS Y DODGEBALL

¡Es hora de esquivar los tiros del balón! Esta semana pone a prueba la agilidad y trabajo en equipo de los campistas mientras trabajan en técnicas de lanzar, coger y esquivar el balón. Aprenda a jugar todos los tipos variados de juegos de dodgeball - ¡el continuo, el de tiburones, el de zona y más!

#### CUENTOS DE HADAS, FOLCLOR Y FÁBULAS

Métase dentro de las páginas de sus libros de cuentos favoritos! Cuentos de Hadas, Folclor y Fábulas promete ser una semana llena de asombro, creatividad y la magia de narrar historias. Explore los cuentos más populares de hoy y los relatos tradicionales que inspiraron las formas diferentes en que se han representado las fábulas a lo largo del tiempo y las generaciones.

#### DANDO PATADAS

Los campistas la pasan de maravilla al aprender habilidades de usar los pies, intentando diferentes variaciones de kickball con el objetivo de mejorar la técnica de patear. Cada semana concluye con un torneo "Copa Mundial" en que los campistas pueden crear una camiseta de equipo para su país.



#### HORA DE ALMUERZO

Una hora de almuerzo supervisada por el personal de MSCR para participantes en Fascination Station entre grados uno y cinco antes, después o entre campamentos en que están inscritos. Incluye tiempo para almorzar y jugar afuera. Los campistas deben traer un almuerzo y una bebida que no requieran refrigeración o calentarse. Por favor registrarse individualmente para cada semana.

#### NADA MENOS REDES

Haga saques, golpes y defensa al jugar todos tipos de juegos en la red incluyendo bádminton, pickleball, voleibol de playa, spikeball y más.

#### PUNTS, PASES Y GOLPES

¡Adelante! Esta es la semana para driblear, tirar, pasar y anotar. Los juegos incluyen variaciones de fútbol americano de banderita y básquetbol, concluyendo con un torneo de básquet de 3 contra 3 y un juego de fútbol americano de banderita "Super Bowl."

#### CONSTRUCCIÓN DE COHETES

Explore la ciencia de la aerodinámica y la fuerza a través de construir y hacer volar diferentes tipos de cohetes. Comience con pequeños OVNI's como platillos volantes y pirámides. Después experimente con cohetes de agua para refrescarse del calor. Diseñe y construya cohetes más grandes de cartón, núcleo de espuma y otros materiales. Aprenda a hacer una prueba antes del vuelo para la estabilidad y después lance sus creaciones con motores de cohetes. Tarifa adicional de suministros incluida.

#### ALAS VOLADORAS

Es un pájaro o es un avión...¡es la semana de alas voladoras en Fascination Station! En esta semana del campamento, emprendemos el vuelo. Aprenda sobre aviones y aves, u otras criaturas voladoras, y lo que les hace poder volar.

#### ACADEMIA DEL AGENTE ULTRA SECRETO

¡Vuélvase un espía maestro en la Academia de Agente Secreto de Fascination Station! Hágase maestro en el arte del sigilo al descifrar códigos secretos, escriba notas con tinta invisible que usted crea y ¡ejecute una misión ultra secreta de búsquedas de tesoros!

#### DONDE ESTÁ LO SILVESTRE

¡Que comience el espectáculo silvestre! ¡Selvas tropicales, desiertos, tundras árticas, arrecifes de coral y más! Únase a nosotros para una semana de aprendizaje divertido sobre los ecosistemas y sus componentes. Aprenda sobre la interacción de animales con sus ambientes para hacer un sistema super chevere en la naturaleza y cómo podemos ayudar a protegerlos. Al final de la semana, estará diciendo: ¡"no quiero dejar el campamento, lo amo!"

## FASCINATION STATION EN NUESTRO MUNDO ELEMENTARY SCHOOL (ESTE)

Fechas	Grado	Tema del Campamento	Horario	Tarifa	Curso #
23-27 de junio	4 años-K	¡Estruendos, estallidos y salpicaduras!	8am-12pm	\$115	42940
	Gr 1-2	¡Estruendos, estallidos y salpicaduras!	8am-12pm	\$115	42941
	Gr 3-5	¡Estruendos, estallidos y salpicaduras!	8am-12pm	\$115	42942
	Gr 1-5	Hora de Almuerzo	12-1pm	\$18	42936
	4 años-K	Punts, pases y golpes	1-5pm	\$115	43750
	Gr 1-2	Punts, pases y golpes	1-5pm	\$115	43751
	Gr 3-5	Punts, pases y golpes	1-5pm	\$115	43758
30 de junio a 3 de julio	4 años-K	Alas voladoras	8am-12pm	\$92	42930
	Gr 1-2	Alas voladoras	8am-12pm	\$92	42931
	Gr 3-5	Alas voladoras	8am-12pm	\$92	42932
	Gr 1-5	Hora de Almuerzo	12-1pm	\$15	42937
	4 años-K	Dando patadas	1-5pm	\$92	43759
	Gr 1-2	Dando patadas	1-5pm	\$92	43760
	Gr 3-5	Dando patadas	1-5pm	\$92	43761
7-11 de julio	4 años-K	Construcciones creativas	8am-12pm	\$115	42945
	Gr 1-2	Construcciones creativas	8am-12pm	\$115	42946
	Gr 3-5	Construcciones creativas	8am-12pm	\$115	42947
	Gr 1-5	Hora de Almuerzo	12-1pm	\$18	42938
	4 años-K	Juegos de patio	1-5pm	\$115	43762
	Gr 1-2	Juegos de patio	1-5pm	\$115	43763
	Gr 3-5	Juegos de patio	1-5pm	\$115	43764
14-18 de julio	4 años-K	Donde está lo silvestre	8am-12pm	\$115	42923
	Gr 1-2	Donde está lo silvestre	8am-12pm	\$115	42924
	Gr 3-5	Donde está lo silvestre	8am-12pm	\$115	42925
	Gr 1-5	Hora de Almuerzo	12-1pm	\$18	43696
	4 años-K	Dando patadas	1-5pm	\$115	43765
	Gr 1-2	Dando patadas	1-5pm	\$115	43766
	Gr 3-5	Dando patadas	1-5pm	\$115	43767
21-25 de julio	4 años-K	Dónde se encuentran alimentos fantásticos	8am-12pm	\$115	42933
	Gr 1-2	Dónde se encuentran alimentos fantásticos	8am-12pm	\$115	42934
	Gr 3-5	Dónde se encuentran alimentos fantásticos	8am-12pm	\$115	42935
	Gr 1-5	Hora de Almuerzo	12-1pm	\$18	43697
	4 años-K	Nada menos redes	1-5pm	\$115	43768
	Gr 1-2	Nada menos redes	1-5pm	\$115	43769
	Gr 3-5	Nada menos redes	1-5pm	\$115	43770
28 de julio a 1 de agosto	4 años-K	Campamento con carácter	8am-12pm	\$115	42943
	Gr 1-2	Campamento con carácter	8am-12pm	\$115	42944
	Gr 3-5	Campamento con carácter	8am-12pm	\$115	43733
	Gr 1-5	Hora de Almuerzo	12-1pm	\$18	43698
	4 años-K	Dando patadas	1-5pm	\$115	43771
	Gr 1-2	Dando patadas	1-5pm	\$115	43772
	Gr 3-5	Dando patadas	1-5pm	\$115	43773
4-8 de agosto	4 años-K	Cuentos de hadas, folclor y fábulas	8am-12pm	\$115	42927
	Gr 1-2	Cuentos de hadas, folclor y fábulas	8am-12pm	\$115	42928
	Gr 3-5	Cuentos de hadas, folclor y fábulas	8am-12pm	\$115	42929
	Gr 1-5	Hora de Almuerzo	12-1pm	\$18	43699
	4 años-K	Agachadas, saltos, zambullidas y dodgeball	1-5pm	\$115	43774
	Gr 1-2	Agachadas, saltos, zambullidas y dodgeball	1-5pm	\$115	43775
	Gr 3-5	Agachadas, saltos, zambullidas y dodgeball	1-5pm	\$115	43776
	Gr 4-5	Construcción de cohetes	1-5pm	\$125	42939
11-15 de agosto	4 años-K	Academia del agente ultra secreto	8am-12pm	\$115	43722
	Gr 1-2	Academia del agente ultra secreto	8am-12pm	\$115	43723
	Gr 3-5	Academia del agente ultra secreto	8am-12pm	\$115	43724
	Gr 1-5	Hora de Almuerzo	12-1pm	\$18	43700
	4 años-K	Dando patadas	1-5pm	\$115	43777
	Gr 1-2	Dando patadas	1-5pm	\$115	43778
	Gr 3-5	Dando patadas	1-5pm	\$115	43779

ESTE



## FASCINATION STATION EN STEPHENS ELEMENTARY SCHOOL (OESTE)

CAMPAMENTO

Fechas	Grado	Tema del Campamento	Horario	Tarifa	Curso #
23-27 de junio	4 años-K	Cuentos de hadas, folclor y fábulas	8am-12pm	\$115	42914
	Gr 1-2	Cuentos de hadas, folclor y fábulas	8am-12pm	\$115	42915
	Gr 3-5	Cuentos de hadas, folclor y fábulas	8am-12pm	\$115	42916
	Gr 1-5	Hora de almuerzo	12-1pm	\$18	42910
	4 años-K	Dando patadas	1-5pm	\$115	43756
	Gr 1-2	Dando patadas	1-5pm	\$115	43780
30 de junio a 3 de julio	Gr 3-5	Dando patadas	1-5pm	\$115	43781
	4 años-K	Academia del agente ultra secreto	8am-12pm	\$92	43753
	Gr 1-2	Academia del agente ultra secreto	8am-12pm	\$92	43754
	Gr 3-5	Academia del agente ultra secreto	8am-12pm	\$92	43755
	Gr 1-5	Hora de almuerzo	12-1pm	\$15	42911
	4 años-K	Punts, pases y golpes	1-5pm	\$92	43756
7-11 de julio	Gr 1-2	Punts, pases y golpes	1-5pm	\$92	43780
	Gr 3-5	Punts, pases y golpes	1-5pm	\$92	43781
	4 años-K	¡Estruendos, estallidos y salpicaduras!	8am-12pm	\$115	42919
	Gr 1-2	¡Estruendos, estallidos y salpicaduras!	8am-12pm	\$115	42920
	Gr 3-5	¡Estruendos, estallidos y salpicaduras!	8am-12pm	\$115	42921
	Gr 1-5	Hora de almuerzo	12-1pm	\$18	42912
14-18 de julio	4 yrs-K	Dando patadas	1-5pm	\$115	43782
	Gr 1-2	Dando patadas	1-5pm	\$115	43783
	Gr 3-5	Dando patadas	1-5pm	\$115	43784
	4 años-K	Alas voladoras	8am-12pm	\$115	42897
	Gr 1-2	Alas voladoras	8am-12pm	\$115	42898
	Gr 3-5	Alas voladoras	8am-12pm	\$115	42899
21-25 de julio	Gr 1-5	Hora de almuerzo	12-1pm	\$18	43688
	4 años-K	Juegos de patio	1-5pm	\$115	43785
	Gr 1-2	Juegos de patio	1-5pm	\$115	43786
	Gr 3-5	Juegos de patio	1-5pm	\$115	43787
	4 años-K	Construcciones creativas	8am-12pm	\$115	42907
	Gr 1-2	Construcciones creativas	8am-12pm	\$115	42908
28 de julio a 1 de agosto	Gr 3-5	Construcciones creativas	8am-12pm	\$115	42909
	Gr 1-5	Hora de almuerzo	12-1pm	\$18	43689
	4 años-K	Dando patadas	1-5pm	\$115	43788
	Gr 1-2	Dando patadas	1-5pm	\$115	43789
	Gr 3-5	Dando patadas	1-5pm	\$115	43790
	Gr 4-5	Construcción de cohetes	1-5pm	\$125	42913
4-8 de agosto	4 años-K	Donde está lo silvestre	8am-12pm	\$115	42917
	Gr 1-2	Donde está lo silvestre	8am-12pm	\$115	42918
	Gr 3-5	Donde está lo silvestre	8am-12pm	\$115	43732
	Gr 1-5	Hora de almuerzo	12-1pm	\$18	43690
	4 años-K	Nada menos redes	1-5pm	\$115	43791
	Gr 1-2	Nada menos redes	1-5pm	\$115	43792
11-15 de agosto	Gr 3-5	Nada menos redes	1-5pm	\$115	43793
	4 años-K	Dónde se encuentran alimentos fantásticos	8am-12pm	\$115	42901
	Gr 1-2	Dónde se encuentran alimentos fantásticos	8am-12pm	\$115	42902
	Gr 3-5	Dónde se encuentran alimentos fantásticos	8am-12pm	\$115	42903
	Gr 1-5	Hora de almuerzo	12-1pm	\$18	43691
	4 años-K	Dando patadas	1-5pm	\$115	43794
Campamento con carácter	Gr 1-2	Dando patadas	1-5pm	\$115	43795
	Gr 3-5	Dando patadas	1-5pm	\$115	43796
	4 años-K	Campamento con carácter	8am-12pm	\$115	43693
	Gr 1-2	Campamento con carácter	8am-12pm	\$115	43694
	Gr 3-5	Campamento con carácter	8am-12pm	\$115	43695
	Gr 1-5	Hora de almuerzo	12-1pm	\$18	43692
Agachadas, saltos, zambullidas y dodgeball	4 años-K	Agachadas, saltos, zambullidas y dodgeball	1-5pm	\$115	43797
	Gr 1-2	Agachadas, saltos, zambullidas y dodgeball	1-5pm	\$115	43798
	Gr 3-5	Agachadas, saltos, zambullidas y dodgeball	1-5pm	\$115	43799



## CAMPAMENTO DE ARTE SUPER CENTER

¿A su hijo le encanta ser creativo? En un mundo cada vez más tecnológico, es fácil que las artes se ignoren. El Campamento de Arte "Super Center" es para niños que disfrutan de nuevas exploraciones artísticas en baile, teatro, música y artes visuales. Este campamento de bellas artes brinda a la juventud una oportunidad de desarrollar intereses y habilidades artísticas. En "Super Center," los campistas se agrupan por edad y rotan diariamente entre actividades de música, dramaturgia, baile y arte. Las actividades diarias también incluyen juegos y otras actividades más tradicionales de campamento, además de un descanso meditativo a la mitad del día. Otras actividades semanales pueden incluir natación, performances de invitados, excursiones y performances especiales de los campistas. Sea su hijo músico, artista, bailarín, actor u otra cosa, ¡le invitamos a descubrir su pasión artística intentando nuevas experiencias en el Campamento de Arte "Super Center!"

El registro se cierra una semana antes del primer día del campamento. Los jóvenes deben traer una bolsa/mochila etiquetada con su nombre completo en todos los artículos:

- Un almuerzo que no requiera refrigeración ni calentarse.
- 2 meriendas
- Una botella de agua
- Bloqueador solar, repelente para insectos y desinfectante para manos
- Traje de baño y toalla diariamente, gorro de sol y/o lentes de sol

El manual para los guardianes se envía por correo electrónico aproximadamente una semana antes del inicio del campamento. Por favor revise las pólizas del campamento antes de registrarse.

### TEMAS DE CAMPAMENTO

#### TODO EL MUNDO ES UN ESCENARIO

¡Métase de lleno en el mundo del teatro! Actores jóvenes exploran el arte de la actuación, el canto y el baile. Explore todos los elementos de producir un musical -el elenco, el decorado y el diseño del vestuario. El ensayo llevará a una performance en el día final de esta sesión de dos semanas. Sea usted un actor incipiente o un gerente de escenario entre bastidores, ¡Super Center es el lugar perfecto para encontrar su brillo! No hay campamento en 7/4.

#### MAGIA Y MISTERIOS

¡Esta semana está llena de encanto e intriga! Suelte sus poderes mágicos interiores al explorar trucos mágicos, los mundos de personajes mágicos populares, y al descubrir misterios inusitados. A través de arte, drama, baile y música, nos sumergimos en lo fantástico y lo desconocido.

#### ÉRASE UNA VEZ UN CAMPAMENTO

¡Métase entre las páginas de sus libros favoritos de cuentos! Unos jóvenes contadores de historias exploran relatos clásicos y obras maestras modernas. A través del arte, el drama y la escritura creativa, daremos nueva vida a historias amadas.



#### DEVOLVER FAVORES Y HACER UNA DIFERENCIA

En este campamento especial, exploramos el poder de la bondad a través de arte, música y drama. Los campistas aprenden a expresarse a través de actos amables y cómo transmitir la positividad a los demás. Con actividades divertidas tales como pintar rocas "bondadosas", escribir notas de agradecimiento y haciendo actos de servicios, nos inspiramos unos a otros a hacer una diferencia en nuestra comunidad.

#### CHAPUZÓN DE VERANO

¡Refréscase este verano durante nuestra semana acuática! En esta semana de campamento, exploramos las maravillas del ámbito acuático con juegos, actividades creativas y aventuras refrescantes.

#### SUPER CENTER TIENE TALENTO

Super Center está lleno de talento, ¡prepárese para brillar en el escenario! Los campistas tendrán la oportunidad de explorar y desarrollar sus habilidades únicas en el talento que han escogido como canto, baile, actuación y más. Trabajamos juntos para crear performances asombrosas y desarrollar confianza en el escenario. La sesión culmina en un favorito del verano - ¡el show de talentos y el paseo por la galería!

#### #SUPERPOP

¡No necesitamos permiso para disfrutar todas las ondas más recientes de la cultura pop! Únase a nosotros para explorar formas distintas de la cultura pop como las películas, la música, la televisión, los juegos, los deportes y la moda. Aprenda movimientos de baile súper suaves, explore los mundos enriquecedores ilustrados en las novelas gráficas y en el arte de anime, ¡y cante junto a los grandes éxitos musicales de K-pop durante esta semana lúdica!

**Grado:** Se refiere al grado escolar al que ingresará el niño en el otoño de 2025

Grado	Tema	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
1-5	*Todo el mundo es un escenario	Lapham	Lu-Vie	6/23-7/3	7:45am-4:45pm	\$432	43282
1-5	Magia y misterios	Lapham	Lu-Vie	7/7-7/11	7:45am-4:45pm	\$240	43286
1-5	Devolver favores -hacer una diferencia	Lapham	Lu-Vie	7/14-7/18	7:45am-4:45pm	\$240	43285
1-5	Érase una vez un campamento	Lapham	Lu-Vie	7/21-7/25	7:45am-4:45pm	\$240	43284
1-5	Super Center tiene talento	Lapham	Lu-Vie	7/28-8/1	7:45am-4:45pm	\$240	43289
1-5	#SuperPop	Lapham	Lu-Vie	8/4-8/8	7:45am-4:45pm	\$240	43287
1-5	Chapuzón de verano	Lapham	Lu-Vie	8/11-8/15	7:45am-4:45pm	\$240	43283

\*Sesión de dos semanas.

**Por favor revise la página C2 y las páginas 54-58 para todas las Pólizas de los Campamentos.**

- Todos los campamentos requieren un depósito que no se puede reembolsar ni trasladar (\$20 por día completo y \$10 por medio día).
- Todos los cambios y traslados se tienen que someter por escrito 7 días antes del inicio del programa.
- Complete el Formulario Complementario de Campamentos (página 56) y el Formulario de Registración (página 57)
- Planes de pago y asistencia con las tarifas están disponibles. Vea las páginas C2 y 54-58.

## “CAMP COMPASS” CON MSCR

MSCR Camp Compass ofrece actividades estructuradas en áreas tales como artes y manualidades, juegos dramáticos, ciencias, deportes y nutrición. Nos enfocamos en aprender, explorar y crecer a través de experiencias y programas divertidos y educativos. Todos los programas de MSCR siguen procedimientos de salud y seguridad para asegurar una experiencia segura y positiva. El desayuno, el almuerzo y una merienda por la tarde se proporcionan. MSCR no proporciona transporte al programa ni desde ello. No hay programas de MSCR el viernes 4 de julio.

Salga con sus niños a explorar este verano con:

- Clases de natación semanales con MSCR
- Actividades divertidas de alfabetización y de STEAM
- Actividades especiales en colaboración con Madison Public Library, Madison Reading Project y Rooted
- Trabajo en equipo, clubes de interés especial y actividades grupales.

Los participantes deben registrarse para el programa completo de 8 semanas y no semanalmente. Para asistir a la primera semana del programa, el proceso de registro y pago debe completarse antes del viernes 13 de junio. El espacio es limitado. Los participantes se agrupan por edad, así que grupos se pueden llenar antes de que el programa llegue a la inscripción máxima. La registración no puede ocurrir semanalmente. Por favor vea otros campamentos de MSCR para opciones de registro semanal. Los pagos para Camp Compass están programados bimensualmente. La asistencia con las tarifas esta disponible para quienes califican por estatus financiero de la familia.

Elija entre las locaciones de Campo Compass listadas abajo:

- El registro es para la sesión entera de 8 semanas desde 23 de junio hasta 15 de agosto de 2025.
- El registro para residentes comienza el lunes 10 de marzo de 2025.
- Un residente o no-residente puede registrarse en cualquier locación del programa. No tienen que vivir en el área de asistencia de las escuelas o en el Distrito Escolar Metropolitano de Madison. Sin embargo, no-residentes pagan 50% más que los residentes. El registro para no-residentes comienza el lunes 24 de marzo de 2025.

El registro para Camp Compass no se hace usando el sistema de registro llamado "Active" en el sitio web de MSCR. Todos los solicitantes tienen que completar una solicitud en ProCare. El formulario de registración electrónico se puede encontrar en [mscr.org](http://mscr.org) o pedir a [mscrelemteam@madison.k12.wi.us](mailto:mscrelemteam@madison.k12.wi.us) para que se envíe un formulario a usted.



### SITIOS DE CAMP COMPASS CON MSCR

(4 pagos iguales el 16 de junio, 1 de julio, 15 de julio y 1 de agosto)

Grado	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa
<b>ESTE</b>					
1-6	Henderson	Lu-Vie	6/23-8/15	7:45am-5:30pm	\$1,500
1-6	Lake View	Lu-Vie	6/23-8/15	7:45am-5:30pm	\$1,500
1-6	Lowell	Lu-Vie	6/23-8/15	7:45am-5:30pm	\$1,500
<b>OESTE</b>					
1-6	Anana	Lu-Vie	6/23-8/15	7:45am-5:30pm	\$1,500
1-6	Midvale	Lu-Vie	6/23-8/15	7:45am-5:30pm	\$1,500

**Grado: Se refiere al grado escolar al que ingresará el niño en el otoño de 2025**

### EL SEMESTRE DE VERANO DE MMSD Y PROGRAMAS DE MSCR - 608-663-1914

La sesión de 2024 del Semestre de Verano del Distrito Escolar Metropolitano de Madison es un programa de día completo en colaboración con Madison School & Community Recreation (MSCR); incluye Centros de Recreación y Enriquecimiento de Verano (SREC) para estudiantes de escuelas primarias y Centros de Recursos para la Juventud (YRC) para estudiantes de "middle school". Esta es una oportunidad voluntaria por invitación con cupos limitados y que se procesa por orden de llegada. Los participantes recibirán instrucción adicional en lectoescritura y matemáticas, explorarán las artes y participarán en oportunidades de recreación y enriquecimiento por seis semanas este verano. No hay escuela ni hay MSCR el viernes 4 de julio.

#### Información de Matrícula para el Semestre de Verano de MMSD:

Invitaciones/Matrícula para Grados 4K-8: La matrícula para el Semestre de Verano abre el jueves 3 de abril.

#### Fechas del Semestre de Verano:

Grados 4K-5: Lunes -Viernes, 23 de junio a 31 de julio, 8am-12pm Escuela de MMSD, 12-4pm MSCR.

Grados 6-8: Lunes -Jueves, 23 de junio a 31 de julio, 8am-12pm Escuela de MMSD, 12-4pm MSCR Viernes 8am-4pm MSCR.

Grados 9-12: Lunes -Jueves, 23 de junio a 30 de julio, El horario varía según los cursos.

Comuníquese con la oficina de MMSD del Semestre de Verano con preguntas adicionales al 608-663-1914 o [summerschool@madison.k12.wi.us](mailto:summerschool@madison.k12.wi.us).

Los participantes que asisten al semestre de verano pueden registrarse para los campamentos de MSCR que tendrán lugar en agosto. Regístrese en [mscr.org](http://mscr.org) o puede completar un Formulario de Registración de MSCR. ¿Y si usted se inscribió para un campamento de MSCR antes de matricular para el Semestre de Verano? Matricúlese para el Semestre de Verano, y después comuníquese con MSCR en [mscr@madison.k12.wi.us](mailto:mscr@madison.k12.wi.us) para cancelar la matrícula para el campamento de MSCR sin ninguna multa.



## CAMPAMENTO TALL OAKS

¡Campamento Tall Oaks es el campamento indicado para explorar al aire libre! Campamento Tall Oaks combina liderazgo, educación ambiental y actividades recreativas al aire libre diseñadas para fomentar las relaciones de los campistas consigo mismos, entre ellos y con la naturaleza. ¡El tema de cada semana destaca actividades diferentes y se recomienda a los campistas inscribirse en los temas que despierten su curiosidad! No se requiere experiencia previa para ninguna actividad. Los itinerarios semanales se envían por correo electrónico antes del inicio de cada semana del campamento. Cada miércoles es una excursión que dura todo el día. El manual de programas juveniles está disponible en línea a la hora de registración.

Locación: Madison School Forest Campground, ¡una hermosa propiedad de más de 300 acres que el campamento llama hogar durante el verano!

Entrega/Recogida de los Campistas: Los campistas se reúnen en Lincoln Elementary School, 909 Sequoia Trail, Madison, WI, 53713 y van de autobús a y desde Madison School Forest Campground (1577 Fritz Rd., Verona, WI 53593). La entrega de los campistas es de 7:30-8am y la recogida de los campistas es de 4:30-5:30pm.

El registro cierra una semana antes del primer día del campamento. Los jóvenes deben llevar una bolsa/mochila etiquetada con su nombre completo en todos los artículos:

- Una bolsa de almuerzo con una merienda para la mañana y la tarde
- Mochila
- Bloqueador solar y repelente de insectos
- Botella de agua
- Poncho de lluvia
- Gorro de sol
- Traje de baño y toalla.\*

\*Por favor comunicarse con el coordinador de programas del Campamento Tall Oaks si necesita ayuda para conseguir los artículos requeridos.

Grado	Tema	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
1-5	Planeta animal	Madison School Forest	Lu-Vie	6/23-6/27	7:45am-5:15pm	\$265	42785
1-5	La aventura les espera	Madison School Forest	LuJue	6/30-7/3	7:45am-5:15pm	\$212	42787
1-5	Tomando vuelo	Madison School Forest	Lu-Vie	7/7-7/11	7:45am-5:15pm	\$265	42791
1-5	La semana loca del agua	Madison School Forest	Lu-Vie	7/14-7/18	7:45am-5:15pm	\$295	42793
1-5	Destapar misterios naturaleza	Madison School Forest	Lu-Vie	7/21-7/25	7:45am-5:15pm	\$265	42786
1-5	Campamento de supervivencia	Madison School Forest	Lu-Vie	7/28-8/1	7:45am-5:15pm	\$265	42790
1-5	Olimpiadas de la Naturaleza	Madison School Forest	Lu-Vie	8/4-8/8	7:45am-5:15pm	\$265	42788
1-5	Excavando Tierra	Madison School Forest	Lu-Vie	8/11-8/15	7:45am-5:15pm	\$265	42789

**Por favor revise la página C2 y las páginas 54-58 para todas las Pólizas de los Campamentos.**

- Todos los campamentos requieren un depósito que no se puede reembolsar ni trasladar (\$20 por día completo y \$10 por medio día).
- Todos los cambios y traslados se tienen que someter por escrito 7 días antes del inicio del programa.
- Complete el Formulario Complementario de Campamentos (página 56) y el Formulario de Registración (página 57)
- Planes de pago y asistencia con las tarifas están disponibles. Vea las páginas C2 y 54-58.

### TEMAS DE CAMPAMENTO

#### LA AVENTURA LES ESPERA

¡Prepárense para una semana de aventuras deslumbrantes al aire libre! Esta semana nos enfocaremos en los elementos esenciales de la aventura: la emoción, la exploración, el desarrollo de las habilidades y el crecimiento personal. Exploramos senderos escondidos, conquistamos obstáculos desafiantes y descubrimos las maravillas del mundo natural. No hay programación el 4 de julio.

#### PLANETA ANIMAL

¡Explore las criaturas y plantas vivas del Madison School Forest y el entorno que lo rodea! ¡Haga senderismo por los bosques para descubrir los paisajes, encontrar señas de animales, hacer manualidades de los animales y jugar juegos con tema animal!

#### EXCAVANDO TIERRA

Prepárense campistas. ¡Esta es la semana para ensuciarse! Descubran los bichos que viven bajo tierra, aprenda sobre los colores que se encuentran en las capas de la tierra y cultiven su propia planta.

#### LAS OLIMPIADAS DE LA NATURALEZA

¡Prepárense para una semana de competencias amistosas y diversión al aire libre! Esta semana emocionante transformará nuestro campamento en vibrantes "olimpiadas de la naturaleza" en que los campistas participan en una variedad de juegos animadores y retos inspirados por el mundo natural

#### CAMPAMENTO DE LA SUPERVIVENCIA

¡Ponga a prueba sus límites y aprenda habilidades valiosas de supervivencia en nuestro emocionante "Campamento de la Supervivencia"! Esta semana es para campistas aventureros que quieren aprender a prosperar en la vida al aire libre.

#### TOMANDO VUELO

¿Alguna vez se ha preguntado sobre volar? ¿Cómo vuelan los pájaros, los insectos y los mamíferos? ¡Aprenda sobre el vuelo de los voladores originales y experimente con el vuelo a través de las actividades en el campamento!

#### DESTAPAR LOS MISTERIOS DE LA NATURALEZA

Métase de lleno en el mundo fascinante de la historia natural. Destaparemos los secretos del bosque y aprenderemos sobre las criaturas asombrosas que han compartido nuestro planeta a lo largo del tiempo. Los campistas aprenderán sobre la vida prehistórica y participarán en una excavación simulada por los fósiles y embarcarán en caminatas por la naturaleza para observar a los pájaros, los insectos, las plantas y la otra vida silvestre.

#### LA SEMANA LOCA DEL AGUA

Una semana de pura agua! Los campistas aprenden sobre el ciclo de vida del agua y el papel importante que juega en el School Forest. ¡A lo largo de la semana, los campistas juegan una variedad de juegos y completan actividades que tienen todo que ver con el agua! ¡Los campistas pasan un día en el Parque Acuático de Wisconsin Dells! ¡Vengan preparados a mojarse! \*Hay una tarifa adicional de \$30 por un pase al parque acuático.

## DEPORTES ESPECTACULARES

Mantenga activo a su hijo este verano con Deportes Espectaculares de MSCR. Los campistas descubren mucho más que habilidades atléticas. Fortalecen su carácter, desarrollan autoconfianza y crean relaciones sanas y positivas. Niños de todos los niveles y habilidades escogen entre una variedad de deportes. Juegan una variedad de deportes y juegos grupales durante el día. Trabajar en equipo, el espíritu deportivo y la diversión son el enfoque del campamento. Si a su hijo le encantan los deportes y la diversión, este campamento es el indicado.

Los jóvenes deben llevar una bolsa/mochila etiquetada con su nombre completo en todos los artículos:

- Una botella de agua
- Bloqueador solar y repelente para insectos
- Una bolsa de almuerzo con meriendas para cada día
- Gorro de sol y lentes de sol



### TEMAS DE CAMPAMENTO

#### NUESTRO OBJETIVO ES DIVERTIRNOS

Todo lo referente a fútbol y hockey de sala -patadas, pases, puntuación y juegos.

#### JUEGOS DE SOBRA EN GRUPO

Introduzca la mayor cantidad de deportes y juegos a una semana que usted pueda -kickball, dodgeball, capturar la bandera, juegos corre que te pilló y más.

#### CORRER POR LA CANCHA

Fútbol americano de banderita/ultimate frisbee - concéntrese en los aspectos principales de fútbol americano - los touchdowns, pases y jugadas.

#### APUNTAR HACIA LAS ESTRELLAS

Apuntar hacia las estrellas - Enfóquese en los fundamentos de básquet -driblear, lanzar, defensa/ofensa y puntuación.

#### HAGA UN SWING

Aprenda lo básico de beisbol, softball y wiffleball -pegar, lanzar, agarrar, correr las bases, entradas y outs.

Para todas las pólizas de los campamentos de MSCR incluyendo cambios de registración y pagos, vea la página C2 y las páginas 54-58.



Grado	Tema	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
<b>ESTE</b>							
1-5	Juegos de sobra -grupo	Elvehjem	Lu-Vie	6/23-6/27	8am-4:30pm	\$200	43834
1-5	Objetivo -divertirnos	Elvehjem	Lu-Jue	6/30-7/3	8am-4:30pm	\$160	43833
1-5	Hacia las estrellas	Elvehjem	Lu-Vie	7/7-7/11	8am-4:30pm	\$200	43831
1-5	Correr por la cancha	Elvehjem	Lu-Vie	7/14-7/18	8am-4:30pm	\$200	43832
1-5	Haga un swing	Elvehjem	Lu-Vie	7/21-7/25	8am-4:30pm	\$200	43829
1-5	Objetivo -divertirnos	Elvehjem	Lu-Vie	7/28-8/1	8am-4:30pm	\$200	43830
1-5	Correr por la cancha	Elvehjem	Lu-Vie	8/4-8/8	8am-4:30pm	\$200	43835
1-5	Hacia las estrellas	Elvehjem	Lu-Vie	8/11-8/15	8am-4:30pm	\$200	43852
<b>OESTE</b>							
1-5	Juegos de sobra -grupo	Van Hise	Lu-Vie	6/23-6/27	8am-4:30pm	\$200	43274
1-5	Objetivo -divertirnos	Van Hise	Lu-Jue	6/30-7/3	8am-4:30pm	\$160	43279
1-5	Hacia las estrellas	Van Hise	Lu-Vie	7/7-7/11	8am-4:30pm	\$200	43277
1-5	Correr por la cancha	Van Hise	Lu-Vie	7/14-7/18	8am-4:30pm	\$200	43278
1-5	Haga un swing	Van Hise	Lu-Vie	7/21-7/25	8am-4:30pm	\$200	43275
1-5	Objetivo -divertirnos	Van Hise	Lu-Vie	7/28-8/1	8am-4:30pm	\$200	43276
1-5	Correr por la cancha	Van Hise	Lu-Vie	8/4-8/8	8am-4:30pm	\$200	43280
1-5	Hacia las estrellas	Van Hise	Lu-Vie	8/11-8/15	8am-4:30pm	\$200	43851

## MUNDO INTEGRAL DE LOS DEPORTES

¡Practique los fundamentos de los deportes mientras se enfoca en montar el conocimiento, las habilidades y la confianza! Aprenda pistas de salud y fitness que puedan mejorar la habilidad atlética y la coordinación. ¡Prepárese para ser activo y sudar! Todos los niveles son bienvenidos. Los jóvenes deben llevar una bolsa/mochila etiquetada con su nombre completo en todos los artículos:

- Una botella de agua
- Bloqueador solar y repelente para insectos
- Una bolsa de almuerzo con meriendas para cada día
- Gorro de sol y lentes de sol

### TEMAS DE CAMPAMENTO

#### A BATEAR

Aprenda lo básico de beisbol, softball y wiffleball -pegar, lanzar, agarrar, correr las bases, entradas y outs.

#### UNA RED DE DEPORTES

Jugando todo tipo de deportes con una red - voleibol, bádminton, pickleball, hockey de sala.

#### CLAVADAS DE BALÓN

Enfóquese en los fundamentos de básquet -driblear, lanzar, defensa/ofensa y puntuación.

#### TOUCHDOWN

Fútbol americano de banderita -concentrarse en los aspectos principales de los deportes de cancha -touchdowns, pases y jugadas.

#### COPA MUNDIAL

Copa Mundial - Todo lo referente a fútbol- patadas, pases, puntuación y juegos.



**Grado: Se refiere al grado escolar al que ingresará el niño en el otoño de 2025**

Grado	Tema	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso#
6-9	Clavadas de balón	Cherokee	Lu-Vie	6/23-6/27	9am-4pm	\$225	43157
6-9	Copa Mundial	Cherokee	Lu-Jue	6/30-7/3	9am-4pm	\$180	43158
6-9	Touchdown	Cherokee	Lu-Vie	7/7-7/11	9am-4pm	\$225	43159
6-9	A batear	Cherokee	Lu-Vie	7/14-7/18	9am-4pm	\$225	43160
6-9	Una red de deportes	Cherokee	Lu-Vie	7/21-7/25	9am-4pm	\$225	43161
6-9	Clavadas de balón	Cherokee	Lu-Vie	7/28-8/1	9am-4pm	\$225	43162
6-9	Copa Mundial	Cherokee	Lu-Vie	8/4-8/8	9am-4pm	\$225	43899
6-9	Touchdown	Cherokee	Lu-Vie	8/11-8/15	9am-4pm	\$225	43900

## PROGRAMAS DE HIGH SCHOOL PARA EL VERANO 2025

¿Necesita mantener ocupado a su hijo adolescente?

MSCR ofrece varias actividades recreativas y de enriquecimiento para estudiantes de high school.

Las actividades y los clubes incluyen aventuras al aire libre, jardinería, deportes y más.

Explore nuevas habilidades y conozca a jóvenes de otras escuelas.

Vea este enlace para más información:

<https://sites.google.com/madison.k12.wi.us/hs-programs-summer-2024/home>



**Por favor revise la página C2 y las páginas 54-58 para todas las Pólizas de los Campamentos.**

- Todos los campamentos requieren un depósito que no se puede reembolsar ni trasladar (\$20 por día completo y \$10 por medio día).
- Todos los cambios y traslados se tienen que someter por escrito 7 días antes del inicio del programa.
- Complete el Formulario Complementario de Campamentos (página 56) y el Formulario de Registración (página 57)
- Planes de pago y asistencia con las tarifas están disponibles. Vea las páginas C2 y 54-58.



## CAMPAMENTO AVENTURA

Experimenta el aire libre con el Campamento Aventura! Los campistas interactúan con el aire libre a través de una variedad de actividades, como kayak, senderismo, natación y cursos de desafío. Campamento Aventura enseña a los campistas habilidades de liderazgo al aire libre a través de la formación de equipos y la exploración. Se anima a los campistas a inscribirse en temas que despierten su curiosidad y no se requiere experiencia previa en ninguna actividad. Las excursiones por Madison y los parques estatales de Wisconsin son comunes durante toda la semana. Itinerarios semanales se envían por correo electrónico antes del inicio de la semana de actividades. Campamento Aventura ofrece 4 semanas diferentes de pernoctación a lo largo del verano. Para las semanas con pernoctación, los campistas tienen la opción de inscribirse en una sesión de campamento de tres días si no desean participar en la pernoctación.

Los manuales de programas juveniles se envían por correo electrónico aproximadamente una semana antes del inicio del campamento. Por favor revise las pólizas del campamento antes de registrarse.

El registro se cierra una semana antes del primer día del campamento. Los jóvenes deben traer una bolsa/mochila etiquetada con su nombre completo en todos los artículos:

- Traje de baño, toalla y bloqueador solar
- Una botella de agua
- Repelente de insectos
- Ropa de lluvia
- Una bolsa de almuerzo con meriendas para cada día

### TEMAS DE CAMPAMENTO

#### EL GRAN CHAPUZÓN

¡Natación, remo y juegos acuáticos de sobra! ¡Esta semana se trata del agua! (Viaje por una noche -Parque Estatal de Mirror Lake).

#### AVENTURAS DE REMO

¡Flote, reme y nade! Diviértase explorando y jugando en los lagos locales y vías fluviales de Wisconsin. No hay campamento el 4 de julio (excursión de un día solamente - Parque estatal de Kegonsa).

#### HABILIDADES DE SUPERVIVENCIA

Aprenda habilidades de supervivencia, como hacer fuego, construir un refugio, cocinar al aire libre y habilidades de navegación (excursión de un día solamente - Parque estatal de Blue Mounds).

#### LA GRAN ESCALADA

¡Pase la semana participando en la escalada (al aire libre y bajo techo) y caminando hacia hermosas vistas! No se necesita experiencia en escalada o senderismo, mas los campista deben estar animados! (Viaje por una noche - Parque Estatal de Devil's Lake).

Grado	Tema	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
6-9	Habilidades supervivencia	Westmorland Park	Lu-Vie	6/23-6/27	9am-4pm	\$240	42775
6-9	Aventuras de remo	Westmorland Park	Lu-Jue	6/30-7/3	9am-4pm	\$192	42773
6-9	La gran escalada	Westmorland Park	*Lu-Mie	7/7-7/9	9am-4pm	\$144	42779
6-9	La gran escalada	Westmorland Park	Lu-Vie	7/7-7/11	9am-4pm	\$280	42778
6-9	El gran chapuzón	Westmorland Park	*Lu-Mie	7/14-7/16	9am-4pm	\$144	42783
6-9	El gran chapuzón	Westmorland Park	Lu-Vie	7/14-7/18	9am-4pm	\$280	42782
6-9	Aventuras de remo	Demetral Park	Lu-Vie	7/21-7/25	9am-4pm	\$240	42772
6-9	La gran escalada	Demetral Park	*Lu-Mie	7/28-7/30	9am-4pm	\$144	42777
6-9	La gran escalada	Demetral Park	Lu-Vie	7/28-8/1	9am-4pm	\$280	42776
6-9	Habilidades supervivencia	Demetral Park	Lu-Vie	8/4-8/8	9am-4pm	\$240	42774
6-9	El gran chapuzón	Demetral Park	*Lu-Mie	8/11-8/13	9am-4pm	\$144	42781
6-9	El gran chapuzón	Demetral Park	Lu-Vie	8/11-8/15	9am-4pm	\$280	42780

\*Sesión de tres días.

**Grado: Se refiere al grado escolar al que ingresará el niño en el otoño de 2025**

## MIDDLE SCHOOL ON THE MOVE

¡Únase a la diversión cerca y lejos del sol! Middle School on The Move es un campamento inclusivo para todos. Los temas semanales de las actividades permiten a los campistas escoger las sesiones según sus intereses. Las actividades relacionadas al tema de la semana incluyen excursiones recreativas organizadas por la tarde como la natación, el remo, pistas de obstáculos y visitas a parques locales.

Los manuales de programas juveniles se envían por correo electrónico aproximadamente una semana antes del inicio del campamento. Por favor revise las pólizas del campamento antes de registrarse.

El registro se cierra una semana antes del primer día del campamento.

Los jóvenes deben traer una bolsa/mochila etiquetada con su nombre completo en todos los artículos:

- Un almuerzo que no requiera refrigeración ni calentarse.
- 2 meriendas.
- Una botella de agua
- Un gorro para el sol y/o lentes de sol.
- Bloqueador solar, repelente para insectos y desinfectante para manos

### TEMAS DE CAMPAMENTO

#### MANÍA DE ARTE

¡Pinte, dibuje, trabaje con cuentas y teñidos y más! Visite museos de arte locales, haga su propio proyecto y aprenda nuevas técnicas de arte. ¡Complazca su lado creativo y lleve sus obras maestras a casa!

#### DIVERSIÓN AMBIENTAL

¡Aprenda sobre la naturaleza y la vida silvestre en Madison! Explore al aire libre con exhibiciones animales, parques, senderos, jardines botánicos y más.

#### ¡LOS ALIMENTOS SON GENIALES !!

Ame los alimentos que usted come: ¡Los campistas aprenden sobre diferentes alimentos, la nutrición, y cómo se cultivan y preparan los alimentos! Visite jardines locales y programas culinarios para hacer comida sencilla. Aprenda sobre opciones alimentarias saludables y no saludables al recibir hechos nutricionales esenciales que se necesitan para vivir una vida saludable. ¡Venga a ver cómo puede hacer una diferencia en su cocina y en su vida!

#### PERDIDOS EN EL ESPACIO

¡Aprenda sobre la vastedad del espacio a través de actividades táctiles, excursiones organizadas, manualidades y más! Experimente y disfrute del espacio ultraterrestre. (Salte 7/4)



#### CIENTÍFICO LOCO

¿Quiere volverse un científico loco? Los campistas hacen experimentos táctiles y van en excursiones organizadas para comprender mejor por qué la ciencia es divertida y cautivadora.

#### MEDIOS LOCOS DE MÚSICA

Explore la experiencia entre bastidores de los medios. Aprenda sobre formas seguras y saludables de participar en sitios de las redes sociales y visite estaciones de radio locales, teatros y museos. Aprenda sobre el arte y el amor detrás de la música. Cree demostraciones de los medios y aprenda a hacer música y medios.

#### SAFARI DE VERANO

¡Explore los animales en el área de Madison! ¡Actividades con temas de animales incluyendo el zoológico, observación de aves, senderismo en la naturaleza y más!

#### ¡DÍAS LOCOS DEL AGUA!

Aprenda sobre la importancia del agua para la vida y el medio ambiente. Visite y haga un tour por empresas locales proveedoras de agua. Visite playas y parques acuáticos y conozca a personas que trabajan como salvavidas. Experimente la necesidad e importancia de tener agua limpia al nadar y remar por los Lagos de Wisconsin y al hacer actividades acuáticas. ¡Venga a experimentar la vida alrededor del agua con nosotros!

Grado	Tema	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso#
<b>ESTE</b>							
6-9	Safari de verano	Sherman	Lu-Vie	6/23-6/27	9am-4pm	\$240	43176
6-9	Perdidos en el espacio	Sherman	Lu-Jue	6/30-7/3	9am-4pm	\$192	43170
6-9	¡Los alimentos son geniales !!	Sherman	Lu-Vie	7/7-7/11	9am-4pm	\$240	43168
6-9	¡Días locos del agua!	Sherman	Lu-Vie	7/14-7/18	9am-4pm	\$240	43178
6-9	Diversión ambiental	Sherman	Lu-Vie	7/21-7/25	9am-4pm	\$240	43166
6-9	Manía de arte	Sherman	Lu-Vie	7/28-8/1	9am-4pm	\$240	43164
6-9	Científico loco	Sherman	Lu-Vie	8/4-8/8	9am-4pm	\$240	43172
6-9	Medios locos de música	Sherman	Lu-Vie	8/11-8/15	9am-4pm	\$240	43174
<b>OESTE</b>							
6-9	Safari de verano	Toki	Lu-Vie	6/23-6/27	9am-4pm	\$240	43177
6-9	Perdidos en el espacio	Toki	Lu-Jue	6/30-7/3	9am-4pm	\$192	43171
6-9	¡Los alimentos son geniales !!	Toki	Lu-Vie	7/7-7/11	9am-4pm	\$240	43169
6-9	¡Días locos del agua!	Toki	Lu-Vie	7/14-7/18	9am-4pm	\$240	43179
6-9	Diversión ambiental	Toki	Lu-Vie	7/21-7/25	9am-4pm	\$240	43167
6-9	Manía de arte	Toki	Lu-Vie	7/28-8/1	9am-4pm	\$240	43165
6-9	Científico loco	Toki	Lu-Vie	8/4-8/8	9am-4pm	\$240	43173
6-9	Medios locos de música	Toki	Lu-Vie	8/11-8/15	9am-4pm	\$240	43175

## JARDINERÍA DE INVERNADERO

¡Vengan a pasarla bien en los Jardines de Spring Harbor! Los campistas pueden experimentar un invernadero sostenible y aprender los conceptos básicos de compostaje, riego, plantación y alimentación!

- Los jóvenes deben traer una bolsa/mochila etiquetada con su nombre completo en todos los artículos:
- Una botella de agua
- Bloqueador solar, repelente para insectos y desinfectante para manos

Grado	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
6-9	Spring Harbor	Lu-Vie	6/23-6/27	8:30am-11:30am	\$110	43151
6-9	Spring Harbor	Lu-Vie	7/7-7/11	8:30am-11:30am	\$110	43152
6-9	Spring Harbor	Lu-Vie	7/21-7/25	8:30am-11:30am	\$110	43153
6-9	Spring Harbor	Lu-Vie	8/18-8/22	8:30am-11:30am	\$110	43154



## CAMPAMENTO DE ARTES CREATIVAS

Este campamento está dirigido a artistas adolescentes de todos los niveles. El personal guía a los campistas por varios proyectos de arte estructurados usando medios y técnicas diversos. Más allá del arte, los campistas se involucran en actividades divertidas desde juegos entretenidos a artes y manualidades táctiles a pasatiempos clásicos de los campamentos. La misión es proporcionar una experiencia integral más allá de las bases del dibujo. Este método único incluye excursiones organizadas inmersivas que exponen a los campistas a formas diversas de arte tales como el teatro, el baile, la cerámica y más. Buscamos ampliar la comprensión del arte, fomentando la apreciación de sus muchas facetas. Únanse a nosotros al embarcarnos en una aventura creativa, en que cada campista descubre el mundo expansivo de la expresión artística.

Los manuales de programas juveniles se envían por correo electrónico aproximadamente una semana antes del inicio del campamento. Por favor revise las pólizas del campamento antes de registrarse. El registro se cierra una semana antes del primer día del campamento. Los jóvenes deben traer una bolsa/mochila etiquetada con su nombre completo en todos los artículos:

- Un almuerzo que no requiera refrigeración ni calentarse.
- 2 meriendas
- Una botella de agua
- Bloqueador solar, repelente para insectos y desinfectante para manos



### TEMAS DE CAMPAMENTO AVENTURAS ANIMALES Y NATURALES

Los animales y la naturaleza son el enfoque de esta semana -hay excursiones organizadas al zoológico, se hacen recorridos de exhibiciones animales y se toman caminatas por senderos naturales. Los campistas hacen esculturas de arcilla y crean un dibujo detallado de sus animales favoritos. Salte 7/4.

### ARTE A SU ALREDEDOR

¿Cuál es el significado del arte para usted? El arte nos rodea diariamente. Encuentre inspiración del mundo a su alrededor. Usamos métodos tradicionales como la pintura, el dibujo y la fotografía además de materiales no tradicionales para hacer arte de los diseños que nos rodean.

### COLOREAR SU MUNDO

Explore el mundo vibrante del color mediante el dibujo, la pintura y la escultura. Desde lápices a colores y pinturas a esculturas dinámicas, cada creación celebra e incorpora los colores vivos de nuestro mundo.

### IMAGINARLO PARA CREARLO

Suelte su creatividad interior y lleve sus ideas e imaginación al mundo del arte. Encuentre inspiración al aire libre, pruebe proyectos de medios mixtos y explore formas creativas para dar vida a sus ideas.

### DE LO HABITUAL A LO EXTRAORDINARIO

¡La variedad es lo sabroso de la vida! La meta es transformar lo habitual en algo extraordinario, mediante el uso de una variedad de medios, incluyendo el dibujo y la pintura con piedras y otros materiales naturales.

### PEDALEE Y PINTE

¡Pedalee y Pinte es una mezcla perfecta de aventura y creatividad para los campistas! Explore al aire libre montando bicicleta por senderos panorámicos y encuentre inspiración en la naturaleza. Después del viaje en bicicleta, canalice la creatividad en proyectos de arte tales como pinturas, dibujos y otras actividades táctiles. Este campamento fomenta actividad física, expresión artística y una conexión profunda con el medio ambiente. Hay bicicletas disponibles para aquellos que no tienen.

### DE PALABRAS A MARAVILLAS

Una imagen vale más que mil palabras; esta semana transformamos a las palabras en imágenes. Use su nombre para hacer arte abstracto, crear una historia, dibujar con palabras y disfrutar mucho más.

Grado	Tema	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
6-9	Arte a su alrededor	Hamilton	Lu-Vie	6/23-6/27	9am-4pm	\$240	42796
6-9	Aventuras animales y naturales	Hamilton	Lu-Jue	6/30-7/3	9am-4pm	\$192	42795
6-9	Colorear su mundo	Hamilton	Lu-Vie	7/7-7/11	9am-4pm	\$240	42797
6-9	De lo habitual a lo extraordinario	Hamilton	Lu-Vie	7/14-7/18	9am-4pm	\$240	42799
6-9	De palabras a maravillas	Hamilton	Lu-Vie	7/21-7/25	9am-4pm	\$240	42800
6-9	Imaginarlo para crearlo	Hamilton	Lu-Vie	7/28-8/1	9am-4pm	\$240	42798
6-9	Pedalee y pinte	Hamilton	Lu-Vie	8/11-8/15	9am-4pm	\$240	43757

Connect with a

*Community*

that thrives on

*Creativity!*



**MADISON COLLEGE**  
Professional and  
Continuing Education

**DO WHAT INSPIRES *YOU!***

- Jewelry | Art Metals | Ceramics
- Fabric Arts, Needlework and Upholstery
- Fitness and Wellness | Food and Beverage
- Graphic Design | Music and Ensembles
- Painting and Drawing
- Video and Photography | Writing



**SIGN UP NOW TO JOIN A**

*Noncredit* **CLASS!**



To learn more about our  
noncredit courses, visit:  
[madisoncollege.edu/pce](https://madisoncollege.edu/pce)

Madison College does not discriminate on the basis of race, color, national origin, sex, disability or age in its programs or activities. Inquiries regarding the nondiscrimination policies are handled by the Affirmative Action Officer, 1701 Wright Street, Madison, WI 53704. Phone 608.243.4137.

# SUMMER ADVENTURES 2025

## HOLY CROSS AND KIDS CROSSING

Where Childcare Meets Daily Themed Activities!

Open 6:30 am - 5:30 pm, Ages: Entering K - 5th Grade

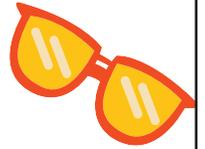
No Movie Days, No Mandatory Quiet Time, 18 and Older Staff

Tuition includes 6 Field Trips, Supplies, and 3 Meals following USDA Food Guidelines

734 HOLY CROSS WAY - MADISON, WI 53704 - WWW.HOLYCROSSWAY.ORG

TO REGISTER OR FOR MORE INFORMATION,

CALL OR EMAIL KATIE KRUG AT 608-249-3101 KKRUG@HOLYCROSSMADISON.ORG



## From Gamers to Creators – Code Ninjas Awaits!

🖥️ Coding, game design & robotics for ages 5–14

🎮 Boost Skills. Build Confidence. Have Fun!

🔑 Hands-On Learning That Kids Love!



# CODE NINJAS®

Madison - West  
Coding for Kids, Ages 5 - 14

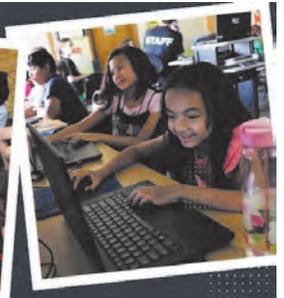
743 N. High Point Road | 608 203-9447 | codeninjas.com



## KIDS STEM SUMMER CAMPS

Week-long, half-day camps in Madison, Fitchburg and Middleton for kids entering grades 1-8! Full-day options available. Camps run from 6/16 to 8/22.

- LEGO Robotics
- 3D Printing
- Micro:bit Robotics
- Coding Scratch Games
- Minecraft Game Modding and more!



[www.badgerbots.org/camps-workshops](http://www.badgerbots.org/camps-workshops)  
[info@badgerbots.org](mailto:info@badgerbots.org)

Register today! →



SIGN UP NOW!

# Swim GYM

SUMMER CAMP

Where Fun and Adventure Meet



STATE LICENSED SINCE 2003

• Full-Day Camp • Swimming Lessons • Themed Weeks  
Field Trips • Weekly schedule - June 9 to August 22

WWW.SWIMGYMCAMP.COM



## BAILE

### BALLET 1

Aprenda habilidades y terminología de ballet para principiantes. Esta clase de nivel introductorio es para aquellos que no tienen experiencia en ballet. Vístase con ropa ajustada que permita la libre circulación y zapatillas de ballet.

### BALLET 2

Continúe desarrollando habilidades de ballet y terminología. Esta clase es para aquellos que tienen experiencia en ballet o que han tomado clases de ballet antes. Vístase con ropa que permita la libre circulación y zapatillas de ballet.

### DANZA DE VIENTRE 1

¡Explore el mundo de la danza de vientre! Aprenda movimientos claves que se originan de danzas sociales en el Medio Oriente. Descubra movimientos más aspectos de la música, del ritmo y de la cultura. Una clase para todos los niveles y habilidades. Vista ropa cómoda que permita la libre circulación. Los participantes de edades 16+ pueden registrarse con un adulto registrado.

### DANZA DE VIENTRE 2

¡Aumente el conocimiento adquirido en Danza de Vientre 1 al desarrollar nuevos movimientos y variaciones. Esta clase es ideal para quien ha tomado Danza de Vientre 1 o tiene experiencia previa con danza de vientre. Por favor vista ropa cómoda que permite la libre circulación. Los participantes de edades 16+ pueden registrarse con un adulto registrado.

### HIP HOP

Descubra movimientos, ritmos y rutinas de hip hop en este curso introductorio. Una rutina sencilla de principiante a intermedio se trabaja a lo largo del curso -prepárese para el movimiento y el sudor en una clase cardiovascular de bajo impacto.

### JAZZ ¡NUEVO!

Descubra lo básico del baile y las técnicas de jazz. Aprenda estiramientos de bajo impacto, calentamientos de entrenamiento de fuerza y técnica básica de jazz por la pista para combinar con combinaciones incorporando la técnica de jazz. Usando canciones amadas de los 80, los 90 y de hoy, esta clase brinda los fundamentos del baile jazz.

### BAILE EN LÍNEA MODERNO

¡Tome el próximo paso hacia la diversión! Aprenda coreografías a música country, latina, pop y de Broadway. Con este enfoque en la diversión y en mejorar el equilibrio, no existen errores -¡sencillamente solos por accidente! Todos los niveles son bienvenidos.

### TAP 1

Introducción al claqué para bailarines con poco o nada de experiencia. Aprenda vocabulario básico y pasos, los cuales se incluyen en una rutina. Es típico que los principiantes se queden en Tap 1 por múltiples sesiones. Vista ropa que permita la libre circulación y en zapatos de claqué.

### TAP 2

Lleve su tap al próximo nivel. Tap 2 es para bailarines que han dominado los pasos básicos o tienen experiencia previa y tal vez necesiten un repaso. Los participantes aprenden combinaciones más difíciles. Vista ropa que permita la libre circulación y en zapatos de claqué.

## DIBUJOS Y PINTURA

### PINTURA ACRÍLICA 1

Aprenda técnicas de pintura acrílica y experimente con el color para crear una pintura de vida inerte. La clase es mejor para principiantes pero todos los niveles son bienvenidos.

### RETRATOS DE ANIMALES EN LÁPICES A COLORES ¡NUEVO!

¡Aprenda a dibujar su amigo de peluche preferido! Descubra cómo usar los lápices para crear valor y textura. Complete un dibujo retrato de un animal o una mascota usando una base de papel a tonos para dar vida a la imagen.

### DIBUJOS - DE VUELTA A LO BÁSICO

Vuelva a lo básico en el dibujo. Esta clase es mejor para artistas novatos que quieren probar una nueva clase de dibujo, pero abierta a todos los participantes. Use elementos en su hogar como accesorios para aprender dibujo de contorno, sombreado y perspectiva. Aprenda a observar y grabar un ambiente visualmente al aprender a dibujar.

### DIBUJOS 1

Usando los muchos suministros disponibles para los artistas, los participantes aprenden los pasos para construir un dibujo terminado. Explore cómo ver luces y sombras para crear la ilusión de objetos tridimensionales en papel. Dibuje arreglos de vida inerte y fotografías.

### ELEMENTOS DE DISEÑO

Este curso da una vista general de conceptos de diseño usados en las manualidades, con un énfasis en divertirse! Cada semana incluye una variedad de tareas divertidas en dos o tres dimensiones dentro de clase, enfatizando los elementos y principios de arte y de diseño. Esta clase es perfecta como un repaso para cualquier persona que busca mejorar su alfabetización visual.

### MEDIOS MIXTOS

¿Cuál obra maestra está por crearse cuando se combinan medios como pintura acrílica o acuarela con pasteles al óleo, tiza o collage para hacer una obra de arte única? Descubra todas las posibilidades con la exploración de los medios como nombre del juego.

### ¡LINDOS BOSQUEJOS!

Bosquejos y garabatos son una forma popular de arte y una manera de grabar sentimientos, imágenes y recuerdos. Aprenda a usar formas, líneas y texturas para crear imágenes ligeras, al desarrollar habilidades para producir cuadernos de bosquejos, tarjetas de saludo, arte enmarcada y más! Usando arte de línea y acuarelas, produzca diseños adorables.

### ACUARELA 1

Aprende a amar trabajar con acuarela aplicando algunas técnicas simples. Cada clase comienza con una demostración y experimentación. Complete una pintura por clase usando temas simples y colores limitados.

### ESTUDIO DE ACUARELA

Disfrute de una tarde con acuarelas. Hay demostraciones en cada sesión, y después puede trabajar en sus propios proyectos o ejercicios elaborados por el instructor. Esta clase es apropiada para pintores que han completado Acuarela 2 o tienen conocimiento de acuarelas. Traer sus propios materiales, Hay caballetes disponibles para el uso. Puede llegar sin aviso previo por \$16 por clase.



Edad	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
<b>BAILE</b>							
18+	Ballet 1	MSCR East	Jue	6/26-8/21	6:55-7:55pm	\$70	44068
18+	Ballet 1	MSCR West	Jue	6/26-8/21	6:05-7:20pm	\$76	44019
18+	Ballet 2	MSCR West	Jue	6/26-8/21	7:25-8:40pm	\$76	44020
18+	Danza de vientre 1	MSCR Central	Lu	6/23-8/11	6-7:15pm	\$76	42605
18+	Danza de vientre 2	MSCR Central	Lu	6/23-8/11	7:30-8:45pm	\$76	42617
18+	Hip Hop	MSCR West	Mie	6/25-8/13	6:45-7:45pm	\$64	44021
18+	Jazz	MSCR West	Mie	6/25-8/13	8-9pm	\$64	44022
50+	Baile en línea moderno	MSCR West	Lu	6/23-8/18	1:30-2:30pm	\$72	44023
18+	Tap 1	MSCR West	Ma	6/24-8/12	6:15-7:15pm	\$64	44024
18+	Tap 2	MSCR West	Ma	6/24-8/12	7:30-8:30pm	\$64	44025
<b>DIBUJOS Y PINTURA</b>							
18+	Pintura acrílica 1	MSCR West	Mie	6/25-7/30	9:30am-12pm	\$84	42606
18+	Retratos animales - lápices colores	Warner Park CRC	Lu	7/7-8/11	6-8pm	\$80	44028
18+	Dibujos - de vuelta a lo básico	Warner Park CRC	Ma	6/24-7/8	9:30am-12pm	\$44	42611
18+	Dibujos 1	MSCR East	Ma	7/15-8/19	9:30am-12pm	\$70	42612
18+	Elementos de diseño	MSCR East	Jue	6/26-7/31	6-8:30pm	\$80	42616
18+	Medios mixtos	MSCR East	Mie	6/25-7/30	1-3:30pm	\$80	42627
18+	¡Lindos bosquejos!	MSCR West	Ma	6/24-7/15	10-11:30am	\$47	42625
18+	¡Lindos bosquejos!	MSCR Central	Mie	7/23-8/13	6:30-8pm	\$47	42626
18+	Acuarela 1	MSCR Central	Lu	6/23-7/28	9:30am-12pm	\$84	42669
18+	Acuarela 1	MSCR West	Ma	6/24-7/29	6:30-9pm	\$84	42671
18+	Acuarela 1	MSCR East	Mie	6/25-7/30	9:30am-12pm	\$84	42670
18+	Estudio de Acuarela	MSCR West	Ma	6/24-7/29	12:30-3pm	\$82	42674

## EXCURSIÓN DIURNA - ¡VIAJE CON MSCR!

### "A MIDSUMMER NIGHT'S DREAM" EN APT

Prepare su canasta de picnic, abrace a la noche y alístese para experimentar una performance mágica de "A Midsummer Night's Dream" (El sueño de una noche de verano) de Shakespeare bajo las estrellas y en el bosque de American Players Theater en Spring Green, WI.

En este cuento de hadas icónico de Shakespeare, el amor teje una red enmarañada. Hermia y su amada Lysander huyen al bosque para evitar el matrimonio arreglado de Hermia a Demetrius. En ese mismo bosque, Oberon y Titania, rey y reina de las hadas, tienen su propia querrela. Y cuando Oberon recluta a su cómplice Puck, también conocido como Robin Goodfellow, a hacer algo de magia, todos -incluyendo un grupo hilarante de "rudos mecánicos" liderado por Nick Bottom- se dejan llevar por el hechizo.

Antes del show, disfrute de una cena de picnic en un refugio reservado para el grupo. Lleve su propia comida o puede comprarla presencialmente en el puesto vendedor. Hay transporte desde el refugio hasta la cima de la colina. Los participantes tienen que poder subir un peldaño. El autobús carga a las 4:45pm delante de MSCR West en 7333 West Towne Way. La tarifa incluye admisión, la reservación del refugio del picnic y el transporte. El plazo para registrarse es el 7/10/25. Edades 14+.

A Midsummer Night's Dream MSCR West Sa 7/26 5-11:45pm \$80 42864



**ENRICHMENT****ACTUACIÓN 101**

Enfóquese en las herramientas fundamentales que un actor necesita para una performance. Haga ejercicios que capten la mente, la voz y el cuerpo, y explore las técnicas que ayudan en el rendimiento consistente y confiado de los actores. Pase tiempo en la clase ensayando monólogos y escenas de piezas de teatro contemporáneas y observando las performances de los otros participantes. Todos los niveles son bienvenidos.

**TERAPIA DE ARTE - MUÑECAS PODEROSAS ¡NUEVO!**

En esta clase, encuentre una conexión más profunda con usted mismo y descubra algo que pueda necesitar un incentivo. Evoque emociones a través de discusiones en grupo y reflexión personal al crear una muñeca poderosa. Con objetos encontrados, tela y materiales de coser, doble y gire su muñeca poderosa para que sea un recordatorio diario de lo mejor de usted.

**EUFORIA DE CESTOS**

Aprenda técnicas y patrones esenciales para crear un cesto único.

**BÁSICOS DE BRIDGE 1**

¡Aprenda a jugar Bridge! Es una excelente manera de desafiar la mente. La clase se concentra en cubrir los conceptos básicos de jugar y defender sus cartas. Esta clase es adecuada para quien necesita un repaso, los que quieran aprender más sobre las estrategias de subastas o principiantes.

**INTRODUCCIÓN A BRIDGE**

En dos semanas, aprenda las bases del juego. Diviértase desafiando su mente y absorbiendo nuevas habilidades en un ambiente bien social.

**COLLAGE PARA PRINCIPIANTES ¡NUEVO!**

¡Si dibujar le intimida, intente el collage! Explore métodos introductorios para coleccionar, editar, arreglar y montar materiales encontrados en obras de arte expresivas. Desde lo seleccionado al azar a lo curado con atención, el collage es una manera excelente de explorar y expandir sus habilidades visuales.

**EXPLORACIÓN DE COLLAGE**

Explore técnicas de collage tradicionales y nuevas. Cada semana se ofrece un nuevo tema y técnica. Temas opcionales incluyen hacer autorretratos, realismo mágico, diseños de dos dimensiones, y arte abstracto. Se recomienda que los participantes lleven artículos personales que quieran usar.

**ATADO DE MOSCAS**

¡Únase a nosotros para una clase super divertida y aprenda el arte de atado de moscas! Aprenda a atar las moscas, un señuelo de pesca que incita a los peces locales a morder el anzuelo. Aprenda habilidades básicas de atar un nuevo tipo de señuelo cada clase. Practique la técnica, use su creatividad y use materiales que tiene a la mano para modificar por sí las moscas.

**TALLER INTRODUCTORIO AL ARTE PERFORMATIVO**

Esta clase ofrece una exploración inmersiva de los conceptos y técnicas claves por detrás del medio performativo. Los que asisten se meten en ejercicios creativos centrados en el cuerpo, el espacio y en la interacción con el público, los cuales desafían los límites de la autoexpresión y la presencia, y la historia del arte performativo mientras se desarrollan performances experimentales. No se requiere experiencia previa, nada más hay que estar dispuesto a explorar y asumir riesgos creativos.

**INTRODUCCIÓN A LA FOTOGRAFÍA DE VIAJES**

Explore los fundamentos de narrar historias con las imágenes de viajes. Sea usted novato con un celular o entusiasta con cámara DSLR/sin espejo, este curso le prepara y capacita para elaborar narrativas de viaje cautivadoras con fotografías deslumbrantes. No hay requisitos de cámara; se aceptan cámaras de apuntar y disparar, SLR y de teléfonos móviles.

**TALLER DE DIARIOS CON TRASTOS ¡NUEVO!**

¿Usted es coleccionador de papeles para recuerdos, o quiere encontrar una manera de reciclar los trastos del correo? ¡En este taller, aprenda cómo transformar los desechos de papel en diarios que son obras de arte! Use papel de retazos, bolsas de papel, cajas de cereal, etc. para crear proyectos. Se recomienda a los participantes llevar cualquier tipo de papel que quieran incluir en el diario. Todos los otros materiales incluidos.

**APRECIACIÓN DE MÚSICA ¡NUEVO!**

Métase de lleno en la historia, los elementos y el significado cultural de varios géneros musicales, desde clásico a jazz y rock a pop. Aprenda sobre términos musicales y familias de instrumentos. Esta clase esclarecedora aumenta la experiencia de escuchar música y agudiza su comprensión del arte de la música.

**ARTE DE RESINA 1**

¡Aprenda el arte de la resina! Use moldes de silicona para moldear objetos de resina como colgantes, marcadores, platos pequeños o tazones. ¡Agregue tinte, mica, brillo y otros objetos pequeños encontrados en la resina antes de que se asiente para obtener un toque extra!

**HACIENDO ZINES**

Hacer y fabricar zines es una manera maravillosa de desarrollar las ideas hacia una estructura creativa que se puede compartir con los demás. En esta clase, explore cómo convertir sus ideas en un formato de zine, cómo desarrollar visuales para apoyar su punto de vista (sabiendo o no sabiendo dibujar) y cómo publicar su obra para compartir con los demás.

**MARAVILLAS QUEMADAS EN MADERA ¡NUEVO!**

Esta clase es para principiantes que buscan explorar el arte de la pirografía. Aprenda cómo usar herramientas de quema de madera para crear diseños y patrones bonitos en la madera. Cubrimos lo básico, incluyendo la seguridad, la técnica y el sombreado, para que usted pueda empezar a crear con confianza sus propias piezas únicas.

**ARTES DE FIBRA****PARCHES BORDADOS**

Cree sus propios parches bordados a mano y que se adhieren con plancha! En esta clase, aprenda los puntos ideales para hacer parches incluyendo de cadeneta, de tallo, atrás y nudos franceses. Después, puede usar los puntos para crear 1-2 pequeños diseños. Al final, descubra cómo transformar estos diseños en parches que se adhieren con plancha. Un poco de experiencia previa con la aguja puede beneficiarle, pero no es necesario.

**INTRODUCCIÓN A LOS BORDADOS: UNA MUESTRA FLORAL**

Explore las bases de los bordados a mano a través de crear una muestra floral única. Aprenda una gama de puntadas versátiles que incluyen la puntada satin, la puntada trasera, la puntada tallo, nudos franceses y la puntada rueda tejida. Para el final de la clase, los participantes tendrán una muestra floral personalizada y conocimiento para crear más diseños bordados.

**TALLER DE PINTURA CON HILO**

Cree bordados realistas como fotos haciendo pintura con hilo! Aprenda lo básico de la pintura con hilo, una técnica a mano de bordado que usa una aguja y múltiples tonos de hilo para crear detalles y dimensiones realistas. Experiencia previa con el bordado puede beneficiarle, pero no es necesaria.

**TEJIDO 1**

Aprende a tejer en un telar de lizo rígido. Explore estructuras de tejido básicas y complejas para crear prendas bellas hechas a mano. Escoja de una variedad de proyectos individualizados como chales, bufandas, cinturones, mochilas, carteras, almohadas, caminos de mesa y más. Los telares son prestados y llevados a casa entre clases cada semana para trabajar en los proyectos. Los telares miden 24"x24"x2". Abierto a todos los niveles de habilidad. Las primeras cinco clases se reúnen de 6:30 a 9:00pm.

Edad	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
<b>ENRIQUECIMIENTO</b>							
18+	Actuación 101	MSCR Central	Ma	7/8-8/12	6-8pm	\$66	42607
18+	Terapia de arte - Muñecas poderosas	MSCR West	Ma	7/8-8/12	6:30-8:30pm	\$84	42624
14+	Euforia de cestos	MSCR West	Lu	6/23-8/11	7-9pm	\$130	43541
18+	Básicos de bridge 1	MSCR West	Ma	7/15-8/12	4-6pm	\$40	42609
18+	Collage para principiantes	Warner Park CRC	Mie	7/2-7/30	1-2:30pm	\$60	44029
18+	Exploración de collage	MSCR East	Ma	7/8-8/12	1-3pm	\$80	42615
18+	Introducción a bridge	MSCR West	Ma	6/24-7/1	4-6pm	\$20	42613
14+	Taller introductorio al arte performativo	MSCR Central	Ma	7/15	5:30-8:30pm	\$21	43539
18+	Introducción a la fotografía de viajes	MSCR Central	Jue	7/10-7/17	6:30-8pm	\$24	42621
14+	Atado de moscas	MSCR West	Mie	7/9-7/30	6-7:30pm	\$48	43601
18+	Taller de diarios con trastos	MSCR Central	Vie	6/27	9:30-11am	\$18	42618
18+	Taller de diarios con trastos	MSCR East	Ma	7/8	9:30-11am	\$18	42610
18+	Arte de resina 1	MSCR East	Jue	7/10-7/24	1-3pm	\$52	42661
14+	Maravillas quemadas en madera	MSCR West	Lu	7/14-8/11	5-6:30pm	\$100	43628
18+	Haciendo zines	MSCR West	Ma	7/29-8/19	10-11:30am	\$47	44018
<b>ARTES DE FIBRA</b>							
18+	Parches bordados	MSCR Central	Mie	6/25-7/9	6:30-8pm	\$35	42614
18+	Introducción a los bordados: una muestra floral	MSCR West	Lu	6/23-7/14	6:30-8:30pm	\$57	42620
18+	Introducción a los bordados: una muestra floral	MSCR Central	Jue	7/24-8/21	6:30-8:30pm	\$57	42619
18+	Taller de pintura con hilo	MSCR Central	Jue	6/26	6:30-8:30pm	\$15	42672
18+	Taller de pintura con hilo	MSCR West	Lu	7/21	6:30-8:30pm	\$15	42629
18+	Tejido 1	MSCR Central	Lu	6/23-8/18	6:30-8pm	\$142	44037



**CERÁMICA****ESTUDIO ABIERTO DE CERÁMICA**

Este estudio es abierto para alfareros novatos. Se requiere haber tomado clases de cerámica con MSCR para registrarse. El estudio está disponible de lunes a jueves (8am-8pm) y los viernes (8am-5pm) y algunas horas adicionales en el fin de semana. Los tiempos de estudio pueden variar debido a la ubicación y la disponibilidad del personal. La tarifa incluye el uso de herramientas, la cocción, el glaseado y 25 libras de arcilla.

**DAR UNA VUELTA**

¿Usted es nuevo en el mundo de la cerámica? Dé vuelta al torno y ¡manos a la obra! Concéntrese en aprender a centrar cosas en el torno e intente fabricar un pequeño recipiente. Al final de la clase, escoja su creación para glasear y usar el fuego. Para participantes con poco o nada de experiencia.

**RUEDA 1**

¡No se requiere experiencia con arcilla! Para quien quiera concentrarse en la cerámica hecha a torno. Aprenda a centrar la arcilla y a formar figuras sencillas como cilindros, tazas y platos hondos. La tarifa incluye la arcilla, el uso de las herramientas, el glaseado y el uso del fuego.

**RUEDA 2**

Un curso excelente para quien se siente cómodo con las bases del torno de cerámica y quiere mejorar sus habilidades y aprender nuevas técnicas y proyectos. El curso se enfoca en la artesanía, la forma, las asas y técnicas de glaseado. Los participantes tienen que sentirse cómodos con usar el torno, recortes y glaseados básicos. La tarifa incluye la arcilla, el uso de las herramientas, el glaseado y el uso del fuego.

**TALLER DE COCCIÓN EN HORNO SECO**

Los participantes reciben un estante de espacio de aproximadamente 12" por 24". En el primer día, hay que glasear piezas cerámicas y cargar las cosas en el horno. MSCR proporciona glaseados de madera y fuego y cenizas de madera. Un instructor está presente para facilitar el glaseado. En el segundo día, se da la cocción por una persona experimentada. Los participantes pueden observar la cocción entre 9am-12pm. Las obras están listas para ser recogidas 4 días después de la cocción. Para más preguntas sobre el espacio y glaseados que no sean de MSCR, comuníquese con [mlhutchinson@madison.k12.wi.us](mailto:mlhutchinson@madison.k12.wi.us)

Edad	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
<b>CERÁMICA</b>							
18+	Estudio abierto de cerámica	MSCR West	Lu-Vie	6/23-8/15	8am-8pm	\$190	42641
18+	Estudio abierto de cerámica	Warner Park CRC	Lu-Sa	6/23-8/22	8am-8pm	\$200	42640
18+	Dar una vuelta	MSCR West	Lu	6/16	6-8pm	\$30	42642
18+	Dar una vuelta	MSCR West	Ma	6/17	6-8pm	\$30	42643
18+	Dar una vuelta	MSCR West	Mie	6/18	6-8pm	\$30	42644
18+	Dar una vuelta	Warner Park CRC	Lu	6/30	6-8pm	\$30	42645
18+	Dar una vuelta	Warner Park CRC	Lu	7/7	6-8pm	\$30	42646
18+	Rueda 1	MSCR West	Ma	6/24-8/12	10am-12:30pm	\$170	42651
18+	Rueda 1	Warner Park CRC	Ma	6/24-8/19	5:45-7:45pm	\$190	42649
18+	Rueda 1	MSCR West	Mie	6/25-8/13	10am-12:30pm	\$170	42652
18+	Rueda 1	Warner Park CRC	Mie	6/25-8/20	5:45-7:45pm	\$190	42650
18+	Rueda 1	MSCR West	Mie	6/25-8/13	6:30-9pm	\$170	42653
18+	Rueda 1	MSCR West	Vie	6/27-8/22	10am-12:30pm	\$170	42654
18+	Rueda 2	MSCR West	Lu	6/23-8/11	6:30-9pm	\$170	42656
18+	Rueda 2	MSCR West	Ma	6/24-8/12	6:30-9pm	\$170	42657
18+	Rueda 2	Warner Park CRC	Jue	6/26-8/21	5:30-8pm	\$190	42655
18+	Rueda 2	MSCR West	Jue	6/26-8/21	6:30-9pm	\$170	42658
18+	Taller de Cocción - Horno Seco	Capital High School	Sa-Do	6/14-6/15	8am-4pm	\$80	44073
18+	Taller de Cocción - Horno Seco	Capital High School	Sa-Do	6/28-6/29	8am-4pm	\$80	44074
18+	Taller de Cocción - Horno Seco	Capital High School	Sa-Do	7/12-7/13	8am-4pm	\$80	44075
18+	Taller de Cocción - Horno Seco	Capital High School	Sa-Do	7/19-7/20	8am-4pm	\$80	44076

## COSTURA

### CUIDANDO A LA MÁQUINA DE COSER

¡Mantenga a su máquina en las mejores condiciones posibles! Aprenda a limpiar y a cuidar su máquina de coser. Los participantes tienen que traer su propia máquina de coser.

### COSTURA 1

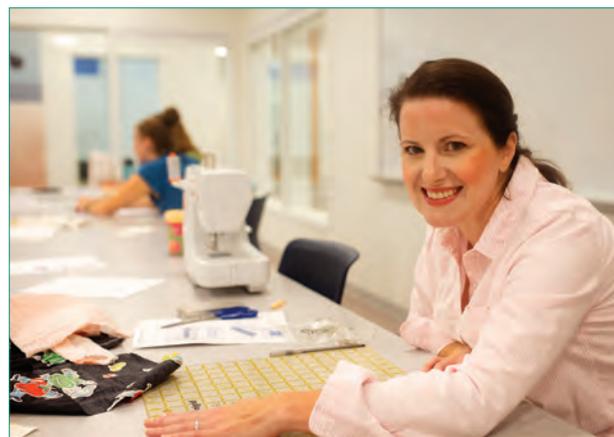
Comience desde cero y aprenda los conceptos básicos de costura. Comience con una descripción general de los suministros de costura, el enhebrado de la máquina y los conceptos básicos de la tela. Aprenda a coser líneas rectas y curvas utilizando diferentes puntadas para realizar costuras y rematar bordes. No se requiere experiencia. La clase es adecuada para los principiantes y personas buscando un repaso. Máquinas de coser y suministros proporcionados.

### COSTURA 2

Aplice las habilidades aprendidas en Costura 1 para crear proyectos básicas usando un patrón. Aprenda a leer el patrón de costura, a sujetar y preparar tejidos y a trabajar un proyecto hasta completar. Esta clase es para participantes que han completado Costura 1 o tienen habilidades básicas de coser a máquina. Máquinas de coser proporcionadas. La lista de suministros está disponible en [mscr.org](http://mscr.org).

### ALTERACIONES DE COSTURA

¿Ya se cansó de pagar a alguien para arreglar el dobladillo de sus pantalones? Aprenda las bases de alterar y reparar ropa, desde los dobladillos a costuras laterales a las cintas. La clase también cubre cerrar costuras divididas, arreglar roturas y más. La clase es adecuada para participantes que han completado Costura 1 o que tienen habilidades básicas de coser a máquina. Máquinas de coser proporcionadas.



### TALLER DE COSTURA - APLIQUÉ DE MANO

Usando desechos para acolchado, los participantes aprenden costura para hacer una escena botánica en una bandera para la puerta o el jardín. No se requiere experiencia previa en costura. Materiales proporcionados.

Edad	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
<b>COSTURA</b>							
18+	Cuidando a la máquina de coser	MSCR West	Mie	8/6	6:30-8:30pm	\$10	42608
18+	Costura 1	MSCR East	Lu	6/23-7/7	1-3pm	\$42	44014
18+	Costura 1	MSCR West	Lu	6/23-7/7	3-5pm	\$42	42664
18+	Costura 1	MSCR East	Ma	6/24-7/8	6-8pm	\$42	42662
18+	Costura 1	MSCR West	Lu	7/21-8/4	3-5pm	\$42	42665
18+	Costura 1	MSCR East	Mie	8/6-8/20	1-3pm	\$42	42663
18+	Costura 2	MSCR West	Mie	7/2-7/23	3-5pm	\$56	44016
18+	Costura 2	MSCR East	Ma	7/15-8/5	6-8pm	\$56	44015
18+	Costura 2	MSCR East	Lu	7/21-8/11	1-3pm	\$56	42666
18+	Costura 2	MSCR West	Mie	7/30-8/20	3-5pm	\$56	44017
18+	Alteraciones de costura	MSCR East	Jue	8/7-8/21	6-8pm	\$42	42667
18+	Taller de Costura - Apliqué de mano	MSCR West	Mie	8/13	6:30-9pm	\$20	42668

**CLASES AL AIRE LIBRE Y TALLERES****COLOREAR PARA RELAJACIÓN - ¡INTÉNTELO!**

¿Necesita un poco de tiempo para relajarse y tomar un descanso del mundo? Colorear puede ser una actividad simple meditativa o una experiencia social. Esta clase es para todos los niveles de habilidad. Aprenda maneras fáciles de mezclar colores, sombreado y crear volumen.

**BAILE DE FUSIÓN Y MOVIMIENTO**

Explore estilos eclécticos de baile incluyendo movimientos somáticos y prácticas de conciencia plena para desarrollar la fuerza, la flexibilidad, la expresividad, la musicalidad y el autocuidado. Los estilos pueden incluir Movimiento Natural, Taiji Chuan, Qi Gong, contemporáneo, capoeira, movimientos animales, improvisación, estilos callejeros/hip hop, danza de vientre de fusión, afro-caribeño, ballet, baile latino y más.

**BAILE DE FUSIÓN Y CONEXIONES CON LA NATURALEZA ¡INTÉNTELO!**

**¡NUEVO!** Conéctese al aire libre con la naturaleza y su cuerpo a través de varias prácticas y movimientos. ¡Algunos de los movimientos principales incluyen movimientos naturales y free-running, una libertad de circulación parecida al parkour, caminatas estilo zorro y otras formas de animal, preparar árboles, baños de bosque, y más! Venga de mente y corazón abiertos. La meta del curso es practicar ejercicios que ayudan a conectar el cuerpo-mente-corazón a la tierra.

**BOSQUEJOS AL AIRE LIBRE**

Esboce días de verano en varias áreas de Warner Park. Aprenda varias técnicas de dibujar para captar escenas al aire libre. Los participantes llevan un cuaderno; todos los otros materiales proporcionados.

**PINTAR EN LOS BOTES PONTONES**

¡Pinte las atracciones de Madison al navegar el agua! Aprenda técnicas de pintar en acuarelas y suelte su estilo al pasar una mañana en un bote pontón. Todos los niveles son bienvenidos.

**PINTAR AL "PLEIN AIR" (AL AIRE LIBRE)**

¡Aprenda a pintar paisajes bonitos en acrílico! En esta clase, enfóquese en los principios de la composición, la mezcla de colores y las relaciones de colores, nombrar vs formar y otras técnicas para crear un paisaje cautivador. Trabaje al plein air (en la naturaleza) para pintar la belleza de Madison. Hay caminatas a locaciones afuera en suelos desparejos y hay que cargar suministros.

**DIBUJAR EL CAPITOLIO**

Puede que usted haya visitado el Capitolio, pero ¿lo ha dibujado? Aproveche la oportunidad de aprender perspectiva, estilo y textura en esta clase de dibujo. Disfruta del aire libre dibujando este magnífico edificio y sus alrededores. Se proporcionan materiales, pero se anima a los participantes a traer pasteles, lápices de colores o un juego de acuarelas de viaje.

**FOTOGRAFÍAS DEL AGUA, DEL ATARDECER Y DE LA NOCHE**

¡Aprenda los trucos para sacar fotos excelentes! Se sacará las fotos en un nuevo lugar cada semana, con un enfoque en los atardeceres, las orillas y fotos nocturnas desde allí.

**ACUARELA 1 - LA BELLEZA DE LA NATURALEZA**

En este curso de cinco semanas, revise las técnicas básicas de las acuarelas. Cree una pintura usando la belleza en los parques de Madison. Concéntrese en pintar paisajes y vistas naturales de primer plano. Este curso es ideal para principiantes, o quienes han tenido un poco de experiencia con acuarelas.

**YOGA + ARTE**

Estire al límite la mente, el cuerpo y la creatividad. Comience el taller con una clase suave y reflexiva de yoga. Y después, traduzca sus meditaciones en un proyecto de arte sencillo pero esmerado. Salga de clase con la mente refrescada y con una pieza de arte completada cada semana. Todos los niveles son bienvenidos. Materiales proporcionados. Traiga su propio tapete.

Edad	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
<b>CLASES EN EXTERIORES</b>							
18+	Baile de fusión y movimiento	MSCR Central	Vie	7/11-8/15	9:30-10:45am	\$57	42628
18+	Bosquejos al aire libre	Warner Park	Mie	8/6-8/20	9:30am-12pm	\$44	42632
18+	Pintar al "plein air"	Warner Park	Vie	6/13-7/25	9:30am-12pm	\$84	42630
18+	Dibujar el capitolio	State Capitol	Ma	7/1-7/15	9:30am-12pm	\$44	42635
18+	Fotografías - agua, atardecer y noche	Varios	Mie	8/6-8/20	6:30-8:30pm	\$42	42637
18+	Acuarela 1 - La belleza de la naturaleza	Olbrich Park	Jue	7/10-8/7	9:30am-12pm	\$70	42638
14+	Yoga + Arte	MSCR Central	Vie	8/1-8/15	9am-12pm	\$42	42639
<b>TALLERES EN EXTERIORES</b>							
18+	Colorear para relajación - ¡Inténtelo!	Brittingham Park	Vie	7/18	10am-12pm	\$0	42631
18+	Colorear para relajación - ¡Inténtelo!	Olbrich Park	Vie	8/8	10am-12pm	\$0	44033
18+	Baile de fusión y la naturaleza ¡Inténtelo!	Warner Park	Jue	6/26	9:30-10:45am	\$8	42636
18+	Pintar en los botes pontones	Tenney Boat Pier	Lu	6/16	9am-12pm	\$25	42633
18+	Pintar en los botes pontones	Tenney Boat Pier	Mie	6/25	9am-12pm	\$25	42634
18+	Pintar en los botes pontones	Tenney Boat Pier	Mie	7/16	9am-12pm	\$25	44032



## **BRAZOS Y ÁBDOMEN**

Aprenda una serie de efectivos ejercicios para esculpir brazos y fortalecer los músculos abdominales. La clase incorpora peso corporal, pesas de mano ligeras y muchas repeticiones.

## **FUSIÓN BARRE**

Fusión Barre aumenta la tonificación de sus músculos, mejora la postura, flexibilidad y confianza. Muévase con movimientos isométricos de bajo impacto, arranques de cardio y movimientos inspirados en la relación entre mente y cuerpo. Cada clase comienza con música energética y termina con respiración para centrarse nuevamente.

## **ESCULTURA BARRE**

Un entrenamiento de barra que apunta, da forma y define todos los grupos musculares principales con el uso de pesas, bandas de resistencia y pelotas. Aumente la fuerza y la resistencia y mantenga fuerte y delgado a su cuerpo. Aumente la flexibilidad con estiramientos de barra y piso.

## **BAILE BOLLYX**

BollyX es un programa inspirado por los bailes de Bollywood que combina coreografía dinámica con música sabrosa de todas partes del mundo.

## **PROGRAMA INTENSIVO DE EJERCICIO**

Esta clase de intervalos es diseñada para mejorar su nivel de fitness y cambiar la composición corporal. Combina entrenamiento de fuerza, pliométrica, ejercicios de cardio e ejercicios abdominales.

## **BAILE CON CARDIO**

Esta clase de cardio basada en el baile incorpora una amplia variedad de movimientos de baile aeróbicos de impacto medio y bajo a una variedad de ritmos de alta energía. ¡Es como una fiesta de baile!

## **BAILE CON CARDIOY TONIFICACIÓN**

Una clase por intervalos que incluye movimientos de baile coreografiados de bajo impacto seguidos por ejercicios de entrenamiento de fuerza de todo el cuerpo. Este es un entrenamiento de cuerpo completo, bombeo cardíaco, aeróbico y acondicionamiento de fuerza.

## **HIIT**

El entrenamiento de intervalos de alta intensidad combina episodios de velocidad con breves períodos de descanso. Este entrenamiento es perfecto para entrenamiento cardiovascular y de fuerza, y quema de calorías.

## **KICKBOX CARDIO**

Sin bolsas, sin guantes. Una clase dinámica y explosiva que incorpora técnicas de kickboxing con un intenso trabajo cardiovascular. Mejora la resistencia, tonifica los músculos y tritura los abdominales.

## **CELEBRE EL DÍA NACIONAL DEL FITNESS.**

**Lleve un amigo con usted a la semana del fitness.**

**Sábado, 3 de mayo hasta viernes, 9 de mayo.**

¡En honor al día nacional del fitness (3 de mayo), deseamos compartir nuestro amor por el fitness con la familia y los amigos de nuestros participantes! ¡Lleve un amigo a cualquier clase adulta de fitness! Los amigos tienen que hacer el registro con el instructor al llegar.

Habrà más información disponible en abril en [mscr.org](http://mscr.org)

## **FUERZA PURA**

Desarrolle fuerza, agregue definición, aumente la densidad ósea y disminuya la grasa corporal. Use una variedad de equipos de entrenamiento con pesas para cambiar la forma de su cuerpo.

## **REMO FIT**

El remo se enfoca en cada grupo muscular con ganancias de fitness de bajo impacto y de intensidad alta para principiantes y atletas experimentados.

Cada rutina combina instrucción técnica y entrenamiento por intervalos en los remadores con ejercicios fuera del remador para todos los niveles. Los ejercicios aparte incluyen el peso del cuerpo, pesas y bandas.

## **ENTRENAMIENTO EN GRUPOS PEQUEÑOS**

Lleve sus objetivos de entrenamiento al siguiente nivel con un pequeño grupo de 2 a 8 participantes. Obtenga la atención individualizada que desea y necesita para mejorar su motivación y fuerza general para una experiencia de entrenamiento verdaderamente superior.

## **ENTRENAMIENTO DE FUERZA PARA MUJERES**

Esta clase de entrenamiento de fuerza específica para mujeres incorpora pesas, pesas rusas, el peso corporal y tubos de resistencia para una clase efectiva de entrenamiento de fuerza de todo el cuerpo.

## **EJERCICIO CORPORAL TOTAL**

Este es un entrenamiento de cuerpo completo, bombeo cardíaco, aeróbico y acondicionamiento de fuerza. La clase combina el entrenamiento total con arranques de cardio para tonificar el cuerpo y mejorar la resistencia.

## **WERQ**

WERQ es una clase de fitness de baile ferozmente divertida. El calentamiento muestra una vista previa de los pasos de baile y el enfriamiento combina estiramientos inspirados en el yoga y posturas de equilibrio.

## **WERQ MIXTO**

Encienda su fuego interior con ejercicio dinámico que fusiona el fitness de baile WERQ, fuerza usando el peso del cuerpo y escultura del núcleo. Asuma su confianza y descubra la alegría del movimiento.

## **YOGA AMPED**

Yoga Amped es clase con la combinación perfecta de ejercicios energizantes y posturas de yoga. Los movimientos se entretajan en cada clase única a través de entrenamiento por intervalos. Al combinar posturas de yoga y pesas libres con movimientos tradicionales de fortalecimiento, desafía sus músculos y su mente.

## **ZUMBA**

Zumba es una clase de acondicionamiento físico de baile aeróbico que combina música y movimiento internacional. Zumba es perfecto para: ejercicio cardiovascular y movimiento creativo.

**Las clases en Warner Park CRC requieren identificación adquirida anualmente. Por favor vaya a [mscr.org](http://mscr.org) para más información. Algunas clases programadas en WPCRC pueden trasladarse a lugares alternativos debido a la construcción en Warner Park.**

**MENTE Y CUERPO****FLOW SUAVE Y MEDITACIÓN**

Esto se enfoca en moverse lentamente hacia las posturas básicas de yoga mientras usa la respiración como una herramienta para permanecer presente.

**YOGA SUAVE**

Una buena opción para todos los niveles de habilidad, esta clase combina movimientos de yoga suaves y lentos y prácticas de respiración. La clase termina con una tranquila conciencia guiada y relajación.

**FLOW SUAVE DE YOGA**

Esto se enfoca en moverse lentamente hacia posturas básicas de yoga mientras usa la respiración como una herramienta para permanecer presente. Espere muchos estiramientos y alargamientos con una gran dosis de relajación.

**YOGA HATHA I**

Beneficiarse de una mayor fuerza y flexibilidad, mientras practica una postura y alineación corporal adecuadas. Apropiado para todos los niveles, pero orientado a los nuevos en la práctica.

**YOGA HATHA II**

Explore las posiciones de yoga enfocándose en la flexibilidad, la fuerza y el equilibrio con énfasis en la conciencia y la alineación del cuerpo.

**LGBTQIA+ YOGA**

Esta clase es un espacio seguro para gente LGBTQIA+; todos son bienvenidos a participar teniendo esto en cuenta. Venga con el corazón abierto y prepárese a relajar la mente, estire su cuerpo y haga nuevos amigos.

**PILATES DE TAPETE**

Una clase de bajo impacto que fortalece los músculos mientras mejora la alineación postural. Esta clase comienza con una introducción a los fundamentos del trabajo de Pilates, aprendiendo y dominando los conceptos básicos, luego avanza por ejercicios más desafiantes.

**MOVIMIENTO DE CONCIENCIA PLENA Y SALUD INTESTINAL**

A base de prácticas antiguas asiáticas energéticas meridianas y de chacra, puede estirarse suavemente, sentir toques leves, moverse y vibrar para abrir y desbloquear la energía en músculos, articulaciones y órganos tensos. Aprenda a centrar y a calmar a su mente y respiración con conciencia plena al sintonizar con sus sistemas energéticos. Desarrolle la fuerza y la flexibilidad en los órganos internos con varios ejercicios intestinales centrados en activar el intestino y fortalecer el núcleo.

**MOVIMIENTO DE CONCIENCIA PLENA Y LAS COYUNTURAS**

A base de prácticas antiguas asiáticas energéticas meridianas y de chacra, puede estirarse suavemente, sentir toques leves, moverse y vibrar para abrir y desbloquear la energía en músculos, articulaciones y órganos tensos. Aprenda a centrar y a calmar a su mente y respiración con conciencia plena al sintonizar con sus sistemas energéticos. Disfrute de abrir las articulaciones desde el cuello hasta los pies con movimientos fáciles y bien centrados.

**PIYO**

Una clase diseñada para desarrollar fuerza y ganar flexibilidad, se trata de energía, potencia y ritmo. PiYo es perfecto para la fuerza central, la estabilidad mejorada, el yoga desafiante y la coreografía de Pilates.

**PRANAYAMA YOGA**

Esta clase se centra en construir una rutina fundamental de respiración. Aprenda técnicas para crear una práctica regular en casa. Pranayama puede reducir el estrés, la ansiedad y la presión de sangre, y mejorar el sueño y la función de los pulmones.

**CICLSMO**

Un instructor certificado por la Liga de Ciclistas Americano lidera estas clases. Se requieren una bicicleta y un casco. Todos tipos de bicicletas y ciclistas son bienvenidos, y nadie se deja atrás -el personal da atención especial con frecuencia a los participantes. Los locales semanales varían y se comunican antes del inicio de cada sesión.

**CAMINOS FELICES**

Descubra el senderismo en el área de Madison con amigos. La clase se reúne en varios senderos para un paseo en bicicleta entre 10-20 millas. Un pase para senderos de Wisconsin es requerido para algunos senderos, los detalles son proporcionados antes del comienzo de la clase.

**A MONTAR EN BICI**

Este grupo casual se enfoca en la diversión, el fitness y la amistad. La velocidad sigue la habilidad del ciclista pero nunca más rápido que 13 millas por hora. Se evitan las colinas. Los paseos duran cinco millas al comienzo y aumentan gradualmente en distancia a lo largo del tiempo para fortalecer la resistencia. Alterna el punto de inicio entre MSCR Central y MSCR East.

Edad	Clase	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
18+	A montar en bici	Ma	6/17-7/29	5:30-7:30pm	\$35	42957
18+	Caminos felices	Mie	6/18-7/30	10am-12pm	\$35	43841
18+	Caminos felices	Jue	6/19-7/31	9-11am	\$35	42956

**FLOW DE T'AI CHI**

Movimientos que fluyen lentamente, coordinados con la respiración. El enfoque es la atención plena al cuerpo en el presente. ¿Cómo se siente, y qué se nota? Fortalece, alinea y suavemente aumenta la flexibilidad y el equilibrio.

**YIN YOGA**

Se enfoca en combinar estiramientos prolongados con meditación consciente y respiración. Yin se practica pegado al suelo y con los músculos relajados. Los estiramientos penetran profundamente en los tejidos conectivos.

**YOGA FLOW**

Esta práctica dinámica de yoga combina la respiración y el movimiento mientras fluye por una serie de posturas de yoga. Perfecto para aumentar la fuerza, mejorar la flexibilidad y restaurar el sistema nervioso.

**ESCULTURA DE YOGA**

Una práctica dinámica de yoga que incorpora entrenamiento de intervalos de resistencia y ejercicio cardiovascular en secuencias de yoga tradicionales. Diseñado para tonificar cada grupo muscular usando el peso del cuerpo, pesas pequeñas de mano y bandas elásticas.

Edad	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
18+	Conciencia plena y coyunturas	MSCR Central	Lu	6/23-8/18	6-7:15pm	\$45	43737
18+	Remo Fit	MSCR East	Lu	6/23-8/18	4-4:45pm	\$45	43727
18+	Remo Fit	MSCR East	Lu	6/23-8/18	5-5:45pm	\$45	43728
18+	Entrenamiento en grupos pequeños	MSCR East	Lu	6/23-8/18	5-5:45pm	\$59	42990
18+	WERQ	MSCR East	Lu	6/23-8/18	6-6:45pm	\$45	42999
18+	Yoga suave	MSCR West	Lu	6/23-8/18	5:45-6:45pm	\$40	42962
18+	Fuerza pura	MSCR West	Lu	7/14-8/18	5:45-6:30pm	\$30	43747
18+	HIIT	MSCR West	Lu	7/14-8/18	6:45-7:30pm	\$30	42969
18+	Entrenamiento de fuerza para mujeres	Warner CRC	Lu	6/23-8/18	12-12:45pm	\$45	42993
18+	Yoga Hatha II	Warner CRC	Lu	6/23-8/18	5:30-6:45pm	\$40	42967
18+	Yoga Hatha I	Warner CRC	Lu	6/23-8/18	7-8pm	\$40	42966
18+	Yoga amped	MSCR Central	Ma	6/24-8/19	5:30-6:15pm	\$45	43004
18+	Yoga flow	MSCR Central	Ma	6/24-8/19	5:45-6:45pm	\$40	43006
18+	WERQ	MSCR Central	Ma	6/24-8/12	6:30-7:15pm	\$40	43000
18+	Baile con cardio y tonificación	MSCR East	Ma	6/24-8/19	5:30-6:15pm	\$45	42960
18+	Fuerza pura	MSCR East	Ma	6/24-8/19	6:30-7:15pm	\$40	44077
18+	Ejercicio corporal total	MSCR West	Ma	6/24-8/19	5:45-6:30pm	\$45	44034
18+	Yoga flow	MSCR West	Ma	6/24-8/19	7:15-8:15pm	\$45	43731
18+	Pilates de tapete	Warner CRC	Ma	6/24-8/12	8:30-9:15am	\$40	42977
18+	Flow suave y meditación	Warner CRC	Ma	7/8-8/19	5:30-6:30pm	\$30	42961
18+	WERQ	MSCR Central	Mie	6/25-8/20	5:30-6:15pm	\$45	42998
18+	Fusión barre	MSCR Central	Mie	6/25-8/20	6:30-7:15pm	\$45	42952
18+	Conciencia plena - salud intestinal	MSCR Central	Mie	6/25-8/20	6-7:15pm	\$45	43742
18+	WERQ mixto	MSCR East	Mie	6/25-8/20	6:30-7:15pm	\$45	44078
18+	Ejercicio corporal total	MSCR East	Mie	6/25-8/20	6:30-7:30pm	\$45	42996
18+	Programa intensivo de ejercicio	MSCR West	Mie	6/25-8/20	5:15-6pm	\$45	44035
18+	Baile BollyX	MSCR West	Mie	6/25-8/20	6-6:45pm	\$45	42958
18+	Yoga amped	MSCR Central	Jue	6/26-8/21	7:15am-8am	\$40	43005
18+	Zumba	MSCR Central	Jue	6/26-8/21	6-6:45pm	\$40	43007
18+	Entrenamiento de fuerza para mujeres	MSCR East	Jue	6/26-8/21	4:15-5pm	\$40	43740
18+	Fuerza pura	MSCR East	Jue	6/26-8/21	5:15-6pm	\$40	42983
18+	Yoga flow	MSCR East	Jue	7/10-8/21	5:30-6:30pm	\$30	42972
18+	Baile con cardio	MSCR East	Jue	6/26-8/21	6:30-7:15pm	\$40	42959
18+	Pranayama Yoga	MSCR East	Jue	7/10-8/21	6:45-7:45pm	\$30	42981
18+	Escultura barre	MSCR West	Jue	6/26-8/21	5-6pm	\$40	42953
18+	Fuerza pura	MSCR West	Jue	7/17-8/21	5:45-6:30pm	\$30	42984
18+	HIIT	MSCR West	Jue	7/17-8/21	6:45-7:30pm	\$30	43749
18+	WERQ	MSCR West	Jue	6/26-8/21	6:45-7:30pm	\$40	43745
18+	Brazos y abdomen	MSCR East	Vie	6/27-8/22	8:15am-9am	\$35	42948

Edad	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
<b>EXTERIORES</b>							
18+	Flow suave de yoga	Olbrich Park	Lu	6/23-8/11	5-6pm	\$40	42965
18+	Kickbox Cardio	Garner Park	Ma	6/24-8/19	4:45-5:30pm	\$45	42974
18+	Fuerza pura	Garner Park	Ma	6/24-8/19	5:40-6:25pm	\$45	42985
18+	Programa intensivo de ejercicio	Olbrich Park	Ma	6/24-8/19	5:15-6:15pm	\$45	43736
18+	LGBTQIA+ Yoga	Tenney Park	Mie	7/9-8/20	5:30-6:30pm	\$30	42976
18+	Kickbox Cardio	Garner Park	Jue	6/26-8/21	4:45-5:30pm	\$35	42973
18+	PiYo	Garner Park	Jue	6/26-8/21	5:40-6:25pm	\$35	42980
18+	Fuerza pura	Acewood Park	Vie	6/27-8/22	9:30am-10:15am	\$35	42986
18+	Yoga Flow	Olbrich Park	Sa	7/12-8/16	8:30am-9:30am	\$25	43741
<b>VIRTUAL</b>							
14+	Fuerza pura	Virtual	Lu	6/23-8/18	7am-7:45am	\$45	42988
14+	Brazos y abdomen	Virtual	Lu	6/23-8/18	8:15am-9am	\$40	42950
14+	Escultura barre	Virtual	Lu	6/23-8/18	5:30-6:15pm	\$45	42954
14+	WERQ	Virtual	Lu	6/23-8/18	6-6:45pm	\$45	43001
14+	Escultura de yoga	Virtual	Ma	6/24-8/19	7am-7:45am	\$45	43738
14+	Pilates de tapete	Virtual	Ma	6/24-8/12	6-6:45pm	\$40	42978
14+	Zumba	Virtual	Ma	6/24-8/19	6-6:45pm	\$45	43008
14+	Yin Yoga	Virtual	Ma	6/24-8/19	7-8pm	\$45	43002
14+	Escultura barre	Virtual	Mie	6/25-8/20	7am-7:45am	\$40	43739
14+	Ejercicio corporal total	Virtual	Mie	6/25-8/20	11am-11:45am	\$40	42997
14+	Fuerza pura	Virtual	Jue	6/26-8/21	5-5:45pm	\$35	42987
14+	Yoga Hatha II	Virtual	Jue	6/26-8/21	5:30-6:45pm	\$35	42968
14+	Flow de T'ai Chi	Virtual	Jue	6/26-8/21	6-7pm	\$40	42995
14+	Brazos y abdomen	Virtual	Vie	6/27-8/22	8:15am-9am	\$35	42951
14+	Yin Yoga	Virtual	Sa	6/28-8/16	10:15am-11:15am	\$35	43729
14+	Yoga suave	Virtual	Do	6/29-8/17	5-6pm	\$35	42963

¿USTED BUSCA UN EMPLEO  
FLEXIBLE, DIVERTIDO Y  
GRATIFICANTE?

¡MSCR lo tiene para usted!



Aprenda más y aplique



MSCR.ORG/JOBS

## DESCRIPCIONES DE CLASES EN INTERIORES

### ACUA EJERCICIOS PARA ARTRITIS

Estos ejercicios de agua tibia contribuyen al estado físico y la salud general de las personas con artritis o dolor en las articulaciones. Desarrolla la resistencia y promueve la flexibilidad y la fuerza muscular.

### ACUA EJERCICIOS - AGUAS PROFUNDAS

Esta clase es una gran manera de mantenerse en forma y flexible sin impacto en las caderas y la columna vertebral. No se requieren habilidades de natación ya que los cinturones de flotación se utilizan como apoyo en aguas profundas en la piscina de entrenamiento. NOTA: Hay más clases en aguas profundas disponibles en la sección de "acuáticos" de la guía de programación.

### ACUA EJERCICIOS - AGUAS BAJAS

Disfrute de un entrenamiento aeróbico en agua más fresca. Estas clases promueven la tonificación muscular, flexibilidad y fuerza. Los soportes de flotación se usan para el entrenamiento de resistencia. NOTA: Hay más clases en aguas bajas disponibles en la sección de "acuáticos" de la guía de programación. Vea acua circuito.

### ACUA EJERCICIOS- AGUA TIBIA

Estas clases especialmente diseñadas promueven la tonificación, flexibilidad y la fuerza para los participantes activos en una piscina de agua tibia. Después de las rutinas de calentamiento, realice ejercicios aeróbicos ligeros y disfrute de actividades de enfriamiento.

### BRAZOS Y ÁBDOMEN

Aprenda ejercicios para esculpir brazos y fortalecer músculos abdominales. La clase incorpora peso corporal, pesas de mano y muchas repeticiones.

### EQUILIBRIO, FUERZA Y ESTABILIDAD DEL NÚCLEO

Esta clase usa un método integral para aumentar el equilibrio, la postura, la fuerza, la resistencia y la flexibilidad. Use una variedad de equipos como pesas y bandas de resistencia para ayudar a mejorar el equilibrio y bajar las posibilidades de caídas.

### ACTO DE BALANCE

Este programa de ejercicio introductorio es diseñado para aumentar el balance y bajar el riesgo de caer usando movimientos y principios de Tai Chi. Los ejercicios son principalmente estando de pie. Ejercicios de silla adaptados están disponibles para las necesidades individuales. No hay trabajo de piso.

### ESCULTURA BARRÉ

Un entrenamiento de barra para todo el cuerpo que da forma y define todos los grupos musculares principales con el uso de pesas, bandas de resistencia y pelotas. Aumente la fuerza y la resistencia mientras mantiene su cuerpo fuerte, delgado y aumente la flexibilidad con estiramientos de barra y piso.

### GROOVE CORPORAL

Una experiencia única de ejercicio de baile en que todo mundo se une en un simple movimiento o un ritmo, pero baila a su manera. Esta clase no es la tradicional de seguir al líder. Experimente todo desde un groove lento y sabroso a cadencias de cardio para bombear el corazón y aumentar la fuerza.

### BAILE CON CARDIO

Entrenamiento cardio de bajo impacto basado en la danza con música. La clase usa pasos básicos para ofrecer un excelente ejercicio cardiovascular.

### BAILE CON CARDIO Y TONIFICACIÓN

Una clase por intervalos que incluye movimientos de baile coreografiados de bajo impacto seguidos por ejercicios de entrenamiento de fuerza de todo el cuerpo. Este es un entrenamiento de cuerpo completo.

### CARDIO DE "STEP"

¡Estamos volviendo a un clásico! Una clase de alta energía, acondicionamiento aeróbico y bombeo cardíaco que utiliza una plataforma "step" para quemar calorías, fortalecer los músculos y mejorar coordinación y equilibrio.

### EJERCICIO DE SILLA

Esta clase especialmente diseñada incluye múltiples componentes para ayudar a reducir el dolor y la rigidez mientras mejora la movilidad, la fuerza muscular y la capacidad funcional. Todos los ejercicios se pueden realizar sentado o de pie. No hay trabajo de piso.

### EJERCICIO DE SILLA BAILABLE

Un programa de fitness bailable usando silla para quien tiene dificultad de quedarse de pie durante una clase. Ejercicios divertidos e interactivos de cuerpo total acompañados por música. No hay trabajo de piso.



### FITNESS CEREBRAL Y CORPORAL

¿Usted sabe los pasos que puede tomar para promover salud cerebral? ¿Qué puede hacer si usted o alguien que conoce está pasando por cambios en la memoria o el pensamiento? Únase al Equipo de Salud Cerebral de la Facultad de Medicina y Salud Pública de la Universidad de Wisconsin-Madison para responder a estas preguntas y más. Los temas incluyen cambios cerebrales normales con la edad vs. condiciones como la demencia incluyendo el mal de Alzheimer, estrategias para fortalecer y proteger su cerebro y más.

50+ Fitness Cerebral MSCR East Mie 7/9-7/30 10:45am-12pm \$0 43035

### FITNESS DE CIRCUITO

¿Está listo para un entrenamiento divertido y energético? Esta clase combina intervalos de fuerza y cardio para un entrenamiento divertido y desafiante.

### COMBINACIÓN DE NÚCLEO Y EQUILIBRIO

Incorpora los elementos de Pilates, yoga y entrenamiento de fuerza central. La clase incluye ejercicios de equilibrio de pie y trabajo en colchoneta.

### ACONDICIONAMIENTO FITNESS

Enfoque equilibrado para el ejercicio. Concéntrese en la postura, la respiración, la fuerza y la resistencia y la coordinación. Ejercicios de bajo impacto para desafiar una variedad de niveles de condición física. No hay trabajo de piso.

### FITNESS FUNCIONAL

Aprenda ejercicios seguros y efectivos usando pesas livianas, bandas y ejercicios de colchoneta. Este entrenamiento se enfoca en mejorar los niveles de rendimiento funcional. Incluye patrones de movimiento que mejoran la fuerza, la agilidad, la aptitud aeróbica, el equilibrio y la flexibilidad.

### EJERCICIO SUAVE

Esta clase suave promueve el equilibrio, la fuerza y la flexibilidad para las personas con dolores y molestias. Se incluyen ejercicios de conciencia de la respiración, relajación activa y estiramiento. Hay tanto ejercicios de pie como ejercicios con una silla. No hay trabajo de piso.

### MOVIMIENTO DE CONCIENCIA PLENA Y SALUD INTESTINAL

Con prácticas antiguas asiáticas energéticas meridianas y de chakra, puede estirarse suavemente, sentir toques leves, moverse y vibrar para abrir y desbloquear la energía en músculos, articulaciones y órganos. Aprenda a calmar a su mente y respiración al sintonizar con sus sistemas energéticos. Desarrolle la fuerza y la flexibilidad en los órganos internos con varios ejercicios intestinales centrados en activar el intestino y fortalecer el núcleo.

### MOVIMIENTO DE CONCIENCIA PLENA Y LAS COYUNTURAS

Con prácticas antiguas asiáticas energéticas meridianas y de chakra, puede estirarse suavemente, sentir toques leves, moverse y vibrar para desbloquear la energía en músculos, articulaciones y órganos. Aprenda a calmar su mente y respiración al sintonizar con sus sistemas energéticos. Disfrute de abrir las articulaciones desde el cuello hasta los pies con movimientos fáciles.

### PILATES

Pilates es un ejercicio de bajo impacto enfocado en la alineación postural, el control de respiración, la flexibilidad y la fuerza en las extremidades. Esta rutina relajante y consciente requiere enfoque mental para mejorar la conexión mente y cuerpo para aprovechar cada movimiento al máximo.

**FUERZA PURA**

Desarrolle fuerza y definición, aumente la densidad ósea y disminuya la grasa. Use equipos de entrenamiento con pesas para cambiar su cuerpo.

**REMO FIT**

El remo se enfoca en cada grupo muscular con ganancias de fitness de bajo impacto y de intensidad alta para principiantes y atletas experimentados. Cada rutina combina instrucción técnica y entrenamiento por intervalos en los remadores con ejercicios fuera del remador para todos los niveles.

**FUERZA SIMPLE**

Aprenda conceptos del entrenamiento de fuerza usando pesas, bandas y otros. El énfasis está en la fuerza que mejora el equilibrio y la flexibilidad.

**ENTRENAMIENTO EN GRUPOS PEQUEÑOS**

Lleve sus objetivos de entrenamiento al siguiente nivel con un pequeño grupo de 2 a 8 participantes. Obtenga la atención individualizada que desea y necesita para mejorar su motivación y fuerza para una experiencia de entrenamiento superior. Esta es una experiencia integral de entrenamiento específicamente diseñada para promover el envejecimiento saludable.

**ENTRENAMIENTO DE FUERZA PARA MUJERES**

Esta clase de entrenamiento de fuerza específica para mujeres incorpora pesas, pesas rusas, el peso corporal y tubos de resistencia para una clase efectiva de entrenamiento de fuerza de todo el cuerpo.

**ESTIRAMIENTO Y FUERZA**

Incorpora ejercicios de estiramiento para mejorar la flexibilidad y ejercicios de fortalecimiento para mejorar el estado físico general.

**ENTRENAMIENTO DE SUSPENSIÓN TRX**

Esta clase combina ejercicios de fuerza con el peso del cuerpo usando bandas de suspensión para desarrollar la fuerza, el equilibrio y la estabilidad del núcleo de forma simultánea. Todos los niveles de aptitud física son bienvenidos. Los instructores ofrecen ajustes.

**TAI CHI****QIGONG - INTRODUCCIÓN**

Qigong es una práctica china antigua que combina movimientos suaves, respiración controlada y enfoque mental para cultivar y equilibrar el "qi" del cuerpo, lo cual se considera la fuerza vital de la vida o la energía de respiración. La clase introduce los principios fundamentales, los movimientos y las formas populares de Qigong. Armonice el cuerpo y la mente con movimientos fluidos que pueden ayudar con la reducción del estrés, la claridad mental, la resiliencia emocional y el aumento de la vitalidad.

**T'AI CHI AVANZADO**

Esta clase enseña Yangjia Michuan Taijiquan (YMT), una forma tradicional temprana de T'ai Chi. La clase consiste en calentamientos luego seguidos por la Rutina del Abanico y Partes I-III de YMT. La clase requiere equilibrio y coordinación y una comprensión buena de los fundamentos de tai chi. Estar familiarizado con el Estilo Yang forma 24 es un requisito.

**T'AI CHI PARA ARTRITIS Y PREVENCIÓN DE CAÍDAS**

Basado en Tai Chi del "Estilo Sol" por su facilidad de uso, esta forma promueve la fuerza, el equilibrio y la flexibilidad y puede reducir o prevenir las caídas. Los movimientos se enseñan usando los costados izquierdos y derechos y con vueltas para mover para adelante y para atrás a mejorar la movilidad. TCA-FP es un programa basado en evidencias y recomendado por el CDC, el Consejo Nacional sobre el Envejecimiento (NCOA) y por múltiples organizaciones de artritis por el mundo.

**T'AI CHI - INTERMEDIO**

Esta clase refina los movimientos del Intro a T'ai Chi (Partes 1 y 2). Después de QiGong, la clase se enfoca en refinar formas individuales y toda la secuencia del 24 de Beijing. Se recomienda que los principiantes completen las clases introductorias antes de registrarse para la clase intermedia.

**INTRO A T'AI CHI - PARTE 1**

Esta clase para principiantes da a los participantes un toque de la relajación y flujo de T'ai Chi. Los calentamientos usan ejercicios QiGong y después hay la primera mitad de una serie de 24 ejercicios de T'ai Chi de Beijing.

**INTRO A T'AI CHI - PARTE 2**

Continuación a la Intro Parte 1 para aumentar la relajación y flujo. Los ejercicios QiGong les sigue la segunda mitad de la serie de 24 de T'ai Chi de Beijing.

**YOGA****YOGA DE SILLA**

Una práctica que modifica poses de yoga para hacer sentado o usando sillas como respaldo en varias posturas. La clase incorpora una exploración del alineamiento, la fuerza, el equilibrio, la flexibilidad, la respiración y la relajación. Ideal para cualquiera que tenga problemas de movilidad y equilibrio, o esté simplemente buscando una práctica suave. Todos son bienvenidos.

**YOGA SUAVE**

Una buena opción para todos los niveles de habilidad, esta clase combina movimientos de yoga suaves y lentos y prácticas de respiración.

**YOGA FLOW SUAVE**

Esto se enfoca en moverse lentamente hacia posturas básicas de yoga mientras usa la respiración como una herramienta para permanecer presente. Espere muchos estiramientos y alargamientos con una gran dosis de relajación.

**YOGA HATHA I**

Beneficiarse de una mayor fuerza y flexibilidad, mientras practica una postura y alineación corporal adecuadas. Apropiado para todos los niveles, pero orientado a los nuevos en la práctica.

**YOGA HATHA II**

Explore las posiciones de yoga enfocándose en la flexibilidad, la fuerza y el equilibrio con énfasis en la conciencia y la alineación del cuerpo.

**YOGA FLOW**

Esta práctica dinámica de yoga combina la respiración y el movimiento mientras fluye por una serie de posturas de yoga. Perfecto para aumentar la fuerza, mejorar la flexibilidad y restaurar el sistema nervioso.

Las clases en Warner Park CRC requieren identificación adquirida anualmente. Por favor vaya a [mscr.org](http://mscr.org) para más información. Algunas clases programadas en WPCRC pueden trasladarse a lugares alternativos debido a la construcción en Warner Park.

Edad	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
<b>CLASES DE ACUA EJERCICIO</b>							
50+	Acua ejercicios - aguas bajas	Capitol Lakes	Lu	6/16-8/18	3-4pm	\$56	43016
50+	Acua ejercicios - aguas tibias	Capitol Lakes	Lu	6/16-8/18	4:15-5:15pm	\$56	43020
50+	Acua ejercicios - aguas profundas	Capitol Lakes	Lu	6/16-8/18	5:30-6:30pm	\$56	43013
50+	Acua ejercicios - aguas tibias	Lapham	Lu	6/16-8/18	2-3pm	\$52	43018
50+	Acua ejercicios - aguas tibias	Lapham	Lu	6/16-8/18	3:15-4:15pm	\$52	43019
50+	Acua ejercicios - aguas profundas	Capitol Lakes	Ma	6/17-8/19	2:30-3:30pm	\$56	43014
50+	Acua ejercicios - aguas tibias	Capitol Lakes	Ma	6/17-8/19	3:45-4:45pm	\$56	43022
50+	Acua ejercicios - aguas tibias	Lapham	Ma	6/17-8/19	2-3pm	\$52	43024
50+	Acua ejercicios para artritis	Lapham	Ma	6/17-8/19	3:15-4:15pm	\$52	43010
50+	Acua ejercicios para artritis	Capitol Lakes	Mie	6/18-8/20	2-3pm	\$56	43011
50+	Acua ejercicios - aguas profundas	Capitol Lakes	Mie	6/18-8/20	3:15-4:15pm	\$56	43015
50+	Acua ejercicios - aguas tibias	Lapham	Mie	6/18-8/20	2-3pm	\$52	43025
50+	Acua ejercicios - aguas tibias	Lapham	Mie	6/18-8/20	3:15-4:15pm	\$52	43021
50+	Acua ejercicios - aguas bajas	Capitol Lakes	Jue	6/26-8/21	3-4pm	\$50	43017
50+	Acua ejercicios - aguas tibias	Capitol Lakes	Jue	6/26-8/21	4:15-5:15pm	\$50	43023
50+	Acua ejercicios para artritis	Lapham	Jue	6/26-8/21	3:15-4:15pm	\$47	43012
<b>CLASES DE FITNESS</b>							
50+	Intro a T'ai Chi - Parte 1	MSCR Central	Lu	6/23-8/18	9:30-10:30am	\$39	44026
50+	QiGong - Intro	MSCR Central	Lu	6/23-8/18	10:45-11:30am	\$29	44027
50+	Baile con cardio y tonificación	MSCR Central	Lu	6/23-8/18	12:30-1:30pm	\$39	43039
50+	Fuerza pura	MSCR East	Lu	6/23-8/18	8:30-9:15am	\$29	43092
50+	Fitness de circuito	MSCR East	Lu	6/23-8/18	9:30-10:30am	\$39	43052
50+	Yoga flow suave	MSCR East	Lu	6/23-8/11	10:30-11:15am	\$26	43137
50+	Baile con cardio	MSCR East	Lu	6/23-8/18	10:45-11:45am	\$39	43037
50+	Entrenamiento en grupos pequeños	MSCR East	Lu	6/23-8/18	4-4:45pm	\$50	43104
50+	Combinación de núcleo y equilibrio	MSCR West	Lu	6/23-8/18	9-10am	\$39	43053
50+	Fitness funcional	MSCR West	Lu	6/23-8/18	9:30-10:30am	\$39	43065
50+	Ejercicio suave	MSCR West	Lu	6/23-8/18	10:15-11:15am	\$39	43079
50+	Fitness funcional	MSCR West	Lu	6/23-8/18	10:45-11:45am	\$39	43058
50+	Baile con cardio y tonificación	MSCR West	Lu	6/23-8/18	11:45am-12:45pm	\$39	43041
50+	Equilibrio, fuerza y estabilidad del núcleo	MSCR West	Lu	6/23-8/18	12-1pm	\$39	43848
50+	Pilates	MSCR West	Lu	6/23-8/18	12:30-1:30pm	\$39	43087
50+	Acondicionamiento Fitness	Warner Park CRC	Lu	6/23-8/18	9-10am	\$39	43055

Edad	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso#
50+	Intro a T'ai Chi - Parte 2	MSCR Central	Ma	6/24-8/19	12:30-1:30pm	\$39	44013
50+	T'ai Chi Intermedio	MSCR Central	Ma	6/24-8/19	1:45-2:45pm	\$39	43116
50+	T'ai Chi Avanzado	MSCR Central	Ma	6/24-8/19	3-4:30pm	\$58	44030
50+	Entrenamiento de suspensión TRX	MSCR East	Ma	6/24-8/19	9-9:45am	\$29	43131
50+	Ejercicio suave	MSCR East	Ma	6/24-8/19	10-11am	\$39	43077
50+	Brazos y abdomen	MSCR East	Ma	6/24-8/19	11:15am-12pm	\$29	43026
50+	Remo Fit	MSCR East	Ma	6/24-8/19	11:45am-12:30pm	\$29	43098
50+	Fuerza pura	MSCR East	Ma	6/24-8/19	12:15-1pm	\$29	43093
50+	Escultura barre	MSCR East	Ma	6/24-8/19	12:45-1:30pm	\$29	44036
50+	Ejercicio de silla	MSCR East	Ma	6/24-8/19	1:15-2pm	\$29	43048
50+	Yoga Hatha II	MSCR West	Ma	6/24-8/19	8:45-10am	\$35	43142
50+	Yoga Hatha I	MSCR West	Ma	6/24-8/19	10:15-11:15am	\$35	43842
50+	Ejercicio suave	MSCR West	Ma	6/24-8/19	11am-12pm	\$39	43076
50+	Intro a T'ai Chi - Parte 1	MSCR West	Ma	6/24-8/19	11am-12pm	\$39	43123
50+	"Step" de cardio	MSCR West	Ma	6/24-8/19	11:30am-12:15pm	\$29	43863
50+	Fitness funcional	MSCR West	Ma	6/24-8/19	1:30-2:30pm	\$39	43059
50+	Ejercicio de silla	Warner Park CRC	Ma	6/24-8/19	10:15-11:15am	\$39	43046
50+	Combinación de núcleo y equilibrio	Warner Park CRC	Ma	6/24-8/19	11:30am-12:30pm	\$39	43054
50+	Equilibrio, fuerza y estabilidad del núcleo	MSCR Central	Mie	6/25-8/20	7:30-8:15am	\$29	43028
50+	Fitness funcional	MSCR Central	Mie	6/25-8/20	8:30-9:20am	\$39	43062
50+	Fitness funcional	MSCR Central	Mie	6/25-8/20	9:30-10:20am	\$39	43064
50+	Fitness funcional	MSCR Central	Mie	6/25-8/20	10:30-11:20am	\$39	43063
50+	Fitness funcional	MSCR Central	Mie	6/25-8/20	11:30am-12:20pm	\$39	43072
50+	Fitness funcional	MSCR Central	Mie	6/25-8/20	12:30-1:20pm	\$39	43073
50+	Escultura barre	MSCR Central	Mie	6/25-8/20	2-3pm	\$39	43030
50+	Equilibrio, fuerza y estabilidad del núcleo	MSCR Central	Mie	6/25-8/20	3:15-4:15pm	\$39	43846
50+	Pilates	MSCR East	Mie	6/25-8/20	8:15-9:15am	\$39	43090
50+	Baile con cardio y tonificación	MSCR East	Mie	6/25-8/20	9:30-10:30am	\$39	43040
50+	T'ai Chi- artritis y prevención de caídas	MSCR East	Mie	6/25-8/20	9:30-10:30am	\$39	44011
50+	Acto de balance	MSCR East	Mie	6/25-8/20	10:45-11:45am	\$39	43083
50+	Entrenamiento de fuerza para mujeres	MSCR East	Mie	6/25-8/20	11am-12pm	\$39	43108
50+	Fuerza simple	MSCR West	Mie	6/25-8/20	9-10am	\$39	43100
50+	Ejercicio de silla	MSCR West	Mie	6/25-8/20	10:15-11am	\$29	43044
50+	Estiramiento y fuerza	MSCR West	Mie	6/25-8/20	10:30-11:30am	\$39	43110
50+	Equilibrio, fuerza y estabilidad del núcleo	MSCR West	Mie	6/25-8/20	11:30am-12:30pm	\$39	43845
50+	Entrenamiento de suspensión TRX	MSCR West	Mie	6/25-8/20	12:45-1:35pm	\$39	43908
50+	Fitness funcional	MSCR West	Mie	6/25-8/20	5:30-6:30pm	\$39	43071
50+	Acondicionamiento fitness	Warner Park CRC	Mie	6/25-8/20	9-10am	\$39	43056
50+	Estiramiento y fuerza	Warner Park CRC	Mie	6/25-8/20	9-9:45am	\$29	43111
50+	Fuerza pura	Warner Park CRC	Mie	6/25-8/20	10:15-11am	\$29	43095
50+	Conciencia plena y las coyunturas	Warner Park CRC	Mie	6/25-8/20	10:30-11:45am	\$39	43084
50+	T'ai Chi Intermedio	Warner Park CRC	Mie	6/25-8/20	1-2pm	\$39	43121

Edad	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
50+	Equilibrio, fuerza y estabilidad del núcleo	MSCR Central	Jue	6/26-8/21	10-11am	\$39	43027
50+	"Step" de cardio	MSCR Central	Jue	6/26-8/21	11:15am-12:15pm	\$39	43043
50+	Fitness funcional	MSCR East	Jue	6/26-8/21	9-10am	\$39	43057
50+	Fitness funcional	MSCR East	Jue	6/26-8/21	10:15-11:15am	\$39	43066
50+	Yoga Flow	MSCR East	Jue	6/26-8/21	10:30-11:30am	\$39	43144
50+	Groove corporal	MSCR East	Jue	6/26-8/21	12-1pm	\$39	43850
50+	Entrenamiento de suspensión TRX	MSCR East	Jue	6/26-8/21	12-12:45pm	\$29	43130
50+	T'ai Chi Intermedio	MSCR East	Jue	6/26-8/21	1:30-2:30pm	\$39	43115
50+	Intro a T'ai Chi - Parte 1	MSCR East	Jue	6/26-8/21	2:45-3:45pm	\$39	44012
50+	Estiramiento y fuerza	MSCR West	Jue	6/26-8/21	8:15-9:15am	\$39	43109
50+	Yoga Hatha II	MSCR West	Jue	6/26-8/21	8:45-10am	\$35	43143
50+	Ejercicio de silla	MSCR West	Jue	6/26-8/21	9:30-10:30am	\$39	43045
50+	T'ai Chi- artritis y prevención de caídas	MSCR West	Jue	6/26-8/21	9:30-10:30am	\$39	43120
50+	Yoga Hatha I	MSCR West	Jue	6/26-8/21	10:15-11:15am	\$35	43140
50+	Ejercicio suave	MSCR West	Jue	6/26-8/21	11am-12pm	\$39	43080
50+	Intro a T'ai Chi - Parte 2	MSCR West	Jue	6/26-8/21	11am-12pm	\$39	43124
50+	Baile con cardio y tonificación	MSCR West	Jue	6/26-8/21	11:35am-12:35pm	\$39	43042
50+	Yoga suave	MSCR West	Jue	6/26-8/21	1-2pm	\$39	43134
50+	Entrenamiento de suspensión TRX	MSCR West	Jue	6/26-8/21	1:45-2:35pm	\$39	43902
50+	Pilates	MSCR West	Jue	6/26-8/21	2:30-3:30pm	\$39	43089
50+	Fuerza pura	Warner Park CRC	Jue	6/26-8/21	10:30-11:15am	\$29	43094
50+	Yoga de silla	MSCR Central	Vie	6/27-8/22	10-10:45am	\$26	43133
50+	Entrenamiento de fuerza para mujeres	MSCR Central	Vie	6/27-8/22	11am-12pm	\$35	43107
50+	Baile con cardio	MSCR Central	Vie	6/27-8/22	12:15-1:15pm	\$35	43036
50+	Baile con cardio	MSCR East	Vie	6/27-8/22	10:45-11:45am	\$35	43038
50+	Entrenamiento de fuerza para mujeres	MSCR East	Vie	6/27-8/22	12:30-1:30pm	\$35	43106
50+	Fitness de circuito	MSCR East	Vie	6/27-8/22	1:45-2:45pm	\$35	43872
50+	Yoga suave	MSCR West	Vie	6/27-8/22	9-10am	\$30	43135
50+	Fitness funcional	MSCR West	Vie	6/27-8/22	9:30-10:30am	\$35	43069
50+	Ejercicio suave	MSCR West	Vie	6/27-8/22	10:20-11:20am	\$35	43078
50+	Fitness funcional	MSCR West	Vie	6/27-8/22	10:45-11:45am	\$35	43070
50+	Fitness de silla bailable	MSCR West	Vie	6/27-8/22	12-1pm	\$35	43050
50+	Conciencia plena y salud intestinal	Warner Park CRC	Vie	6/27-8/22	10:30-11:45am	\$35	43873
50+	Ejercicio de silla	Warner Park CRC	Vie	6/27-8/22	12:30-1:30pm	\$35	43047

Las clases en Warner Park CRC requieren identificación adquirida anualmente. Por favor vaya a [mscr.org](http://mscr.org) para más información. Algunas clases programadas en WPCRC pueden trasladarse a lugares alternativos debido a la construcción en Warner Park.

**CICLISMO**

Un instructor certificado por la Liga de Ciclistas Americano lidera estas clases. Se requieren una bicicleta y un casco. Todos tipos de bicicletas y ciclistas son bienvenidos, y nadie se deja atrás -el personal da atención especial con frecuencia a los participantes. Los locales semanales varían y se comunican antes del inicio de cada sesión.

**CAMINOS FELICES**

Descubra el senderismo en el área de Madison con amigos. La clase se reúne en varios senderos para un paseo en bicicleta entre 10-20 millas. Un pase para senderos de Wisconsin es requerido para algunos senderos, los detalles son proporcionados antes del comienzo de la clase.

**A MONTAR EN BICI**

Este grupo casual se enfoca en la diversión, el fitness y la amistad. La velocidad sigue la habilidad del ciclista pero nunca más rápido que 13 millas por hora. Se evitan las colinas. Los paseos duran cinco millas al comienzo y aumentan gradualmente en distancia a lo largo del tiempo para fortalecer la resistencia. Alterna el punto de inicio entre MSCR Central y MSCR East.

**A MONTAR EN BICI: CICLISMO CON CONFIANZA**

Esto es un grupo de continuación de ciclismo que emprende caminos más largos a una velocidad más alta. El objetivo es obtener la independencia para andar en la bici solo para el final de la sesión. La velocidad es según la habilidad del ciclista, pero no más rápido que 15 millas por hora con rutas variadas. Se comienza a la velocidad a las 12 millas y se aumenta gradualmente para desarrollar la resistencia. Los puntos de inicio incluyen MSCR East, MSCR Central, Warner Park y Lussier Family Heritage Center.

18+	Montar en bici	Varios	Ma	6/17-7/29	5:30-7:30pm	\$30	42757
50+	Montar en bici	Varios	Ma	6/17-7/29	9:30-11:30am	\$30	43031
18+	Caminos felices	Varios	Mie	6/18-7/30	10am-12pm	\$35	43841
18+	Caminos felices	Varios	Jue	6/19-7/31	9-11am	\$35	42956
50+	Ciclismo con Confianza	Varios	Jue	6/19-7/31	12:30-2:30pm	\$30	43032

**CLASES EN EXTERIORES****CAMINATAS CON POLO NÓRDICO**

Lleve las caminatas al siguiente nivel para producir ejercicio increíble del cuerpo superior. Aumente el fitness cardiovascular, fortalezca el núcleo, los brazos, la espalda y las piernas, mejore el equilibrio y la flexibilidad. La clase es orientada para ejercitadores con experiencia. Polos proporcionados.

**PARKOUR PARA ADULTOS MAYORES**

¡Viaje por el mundo con alegría y creatividad! Aprenda el equilibrio y la coordinación, trabaje en prevenir caídas, y encuentre más flexibilidad en su cuerpo! El currículo es un programa parkour basado en evidencias para adultos mayores. Abierto a participantes de todos los niveles de aptitud física, los instructores tienen opciones para todos.

**ESTIRAMIENTO Y FUERZA**

Incorpora ejercicios de estiramiento para mejorar la flexibilidad y ejercicios de fortalecimiento para mejorar el estado físico general.

**T'AI CHI INTERMEDIO**

Esta clase refina los movimientos del Intro a T'ai Chi (Partes 1 y 2). Después de QiGong, la clase se enfoca en refinar formas individuales y toda la secuencia del 24 de Beijing. Se recomienda que los principiantes completen las clases introductorias antes de registrarse para la clase intermedia.

**POLO DE T'AI CHI**

La forma de polo de T'ai Chile usa movimientos redondos de empuje y retractación para fortalecer el cuerpo y la mente. Desarrolle mejor concentración, postura, respiración y equilibrio usando movimientos coordinados de polo. El polo es de 2 libras, per se pueden hacer ajuste como hacerlo mas ligero para perfeccionar la forma y desarrollar la fuerza.

**T'AI CHI ESTILO YANG**

Esta clase se centra en la introducción de movimientos básicos de la Forma 24 Estilo Yang. Esta práctica tiene renombre por sus beneficios a la salud, incluyendo mejor equilibrio, flexibilidad, fuerza, enfoque mental y la reducción del estrés. Aprenda principios fundamentales como la postura erecta, transferencia de peso y la técnica tai chi de respiración.

**T'AI CHI ESTILO YANG FORMA LARGA**

Esta clase se centra en el estudio a fondo y la refinación de la Forma Larga de la Familia Yang, un set integral de 108 posturas dividido en tres secciones. Cultive una comprensión más profunda de esta forma, explore varios aspectos de qigong y desarrolle habilidades de empuje de la mano. La clase requiere equilibrio y coordinación, un conocimiento sólido de los fundamentos de tai chi y conocimiento previo de la forma 24 corta. Se requiere completar una clase anterior de Tai Chi Intermedio.

**QIGONG PARA REVITALIZACIÓN Y RELAJACIÓN**

La clase incorpora ejercicios chinos que incluyan estiramientos simples y respiración con visualizaciones para brindar relajación profunda y un sentido de bienestar. Ocho Piezas de Brocado (Baduanjin) y Shaolin Nei Jin QiGong se usan para mejorar la calidad de vida, el sueño, el equilibrio y la flexibilidad.

**CAMINATAS**

Una caminata rápida al aire libre promueve bienestar físico y psicológico. Las caminatas se darán en parques de Madison, barrios y áreas naturales y son de 2-2.5 millas de largo. Un itinerario detallado se envía por correo electrónico a los participantes registrados antes de la primera caminata. Los participantes deben saber caminar dos millas y/o completar una milla en 25 minutos.

Edad	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
<b>CLASES EN EXTERIORES</b>							
50+	T'ai Chi Estilo Yang	Garner Park	Lu	6/23-8/18	9:30-10:30am	\$39	43127
50+	Estiramiento y fuerza	Rennebohm Park	Ma	6/24-8/19	8:30-9:30am	\$39	43112
50+	Caminatas	Varies	Ma	6/24-8/19	9:15-10:15am	\$39	43132
50+	Parkour para adultos mayores	Warner Park	Ma	6/24-8/19	9:30-11am	\$68	43086
50+	T'ai Chi Intermedio	Garner Park	Mie	6/25-8/20	9:30-10:30am	\$39	43129
50+	Caminatas con polo nórdico	Prairie Moraine County Park	Mie	7/9	9:30-10:30am	\$5	43877
50+	Polo de T'ai Chi	MSCR Central	Mie	6/25-8/20	3-4pm	\$39	43125
50+	Caminatas con polo nórdico	Token Creek County Park	Jue	6/5	9-10am	\$5	43874
50+	Caminatas con polo nórdico	Lake Farm County Park	Jue	8/7	9:30-10:30am	\$5	43085
50+	T'ai Chi Estilo Yang Forma Larga	Garner Park	Vie	6/27-8/22	9:30-11am	\$52	43118
50+	QiGong - revitalización y relajación	Garner Park	Vie	6/27-8/22	10:30-11:30am	\$35	43126
50+	T'ai Chi Intermedio	Hoyt Park	Vie	6/27-8/22	1-2pm	\$35	43122

## CLASES VIRTUALES

### ACTO DE BALANCE

Este programa introductorio de ejercicios está diseñado para aumentar el equilibrio y disminuir el riesgo de caídas mediante el uso de movimientos de Tai Chi. Los ejercicios son principalmente hechos de pie. Ejercicios adaptados de silla están disponibles según la necesidad. No hay trabajo de piso.

### EJERCICIO DE SILLA

Esta clase especialmente diseñada incluye múltiples componentes para ayudar a reducir el dolor y la rigidez mientras mejora la movilidad, la fuerza muscular y la capacidad funcional. Todos los ejercicios se pueden realizar sentado o de pie. No hay trabajo de piso.

### EJERCICIO DE SILLA BAILABLE

Un programa de fitness bailable usando silla para quien tiene dificultad de quedarse de pie durante una clase. Ejercicios divertidos e interactivos de cuerpo total acompañados por música. No hay trabajo de piso.

### TRABAJAR EL NÚCLEO SIN EL PISO

Esta clase de 30 minutos sin piso se centra en fortalecer y estirar los músculos de su 'fuente de poder' - los músculos abdominales, de la espalda y de la cadera- de una manera equilibrada y sin necesidad de un tapete. Todos los ejercicios pueden hacerse de pie o sentado en una silla.

### FITNESS FUNCIONAL

Aprenda ejercicios seguros y efectivos usando pesas livianas, bandas y ejercicios de colchoneta. Este entrenamiento se enfoca en mejorar los niveles de rendimiento funcional. Incluye patrones de movimiento que mejoran la fuerza, la agilidad, la aptitud aeróbica, el equilibrio y la flexibilidad.

### MEDITACIÓN

¡La meditación es fácil! Únase a nosotros para una práctica fácil y directa de meditación. Cubrimos técnicas para la meditación, herramientas para establecer una práctica diaria de meditación y de resolver problemas. Esta clase es para novatos y meditadores con experiencia ambos.

### FUERZA PURA

Desarrolle fuerza, aumente la densidad ósea y disminuya la grasa corporal al aumentar el músculo magro. Use una variedad de equipos de entrenamiento con pesas para cambiar la forma de su cuerpo: ¡ningún músculo se descuida!

### FUERZA SIMPLE

Aprenda los conceptos básicos del entrenamiento de fuerza usando pesas, bandas y varios tipos de equipos de fitness. El énfasis está en la fuerza que también mejora el equilibrio y la flexibilidad.

### ESTIRAMIENTO Y FUERZA

Incorpora ejercicios de estiramiento para mejorar la flexibilidad y ejercicios de fortalecimiento para mejorar el estado físico general.

### ENTRENAMIENTO DE FUERZA PARA MUJERES

Esta clase de entrenamiento de fuerza específica para mujeres incorpora pesas, pesas rusas, entrenamiento con el peso corporal y tubos de resistencia para una clase efectiva de entrenamiento de fuerza de todo el cuerpo.

### T'AI CHI /CHI KUNG PARA EL EQUILIBRIO

La instrucción se trata de una variedad de prácticas de Tai Chi-Chi Kung de pie y en movimiento para cultivar equilibrio físico y emocional, fuerza, flexibilidad, alineamiento estructural y flujo de energía. Los patrones de movimiento se pueden modificar según la necesidad.

### CAMINAR Y TONIFICAR

Queme calorías, aumente su energía y tonifique los músculos en este programa de caminatas de 45 minutos y de bajo impacto usando pasos básicos y ejercicios de entrenamiento de fuerza con música alegre.

### YOGA SUAVE

Una buena opción para todos los niveles de habilidad, esta clase combina movimientos de yoga suaves y lentos y prácticas de respiración. La clase termina con una tranquila conciencia guiada y relajación.

### YOGA HATHA I

Aprende los elementos fundamentales de una clase de Hatha yoga. Benefíciese de una mayor fuerza mientras practica una postura. Apropiado para todos los niveles, pero orientado a los nuevos en la práctica.

### YOGA FLOW

Esta práctica activa de yoga combina la respiración y el movimiento mientras fluye por una serie de posturas.

## EXCURSIÓN DIURNA - ¡VIAJE CON MSCR!

### "A MIDSUMMER NIGHT'S DREAM" EN APT

Prepare su canasta de picnic, abrace a la noche y alístese para experimentar una performance mágica de "A Midsummer Night's Dream" (El sueño de una noche de verano) de Shakespeare bajo las estrellas y en el bosque de American Players Theater en Spring Green, WI.

En este cuento de hadas icónico de Shakespeare, el amor teje una red enmarañada. Hermia y su amada Lysander huyen al bosque para evitar el matrimonio arreglado de Hermia a Demetrius. En ese mismo bosque, Oberon y Titania, rey y reina de las hadas, tienen su propia querrela. Y cuando Oberon recluta a su cómplice Puck, también conocido como Robin Goodfellow, a hacer algo de magia, todos -incluyendo un grupo hilarante de "rudos mecánicos" liderado por Nick Bottom- se dejan llevar por el hechizo.

Antes del show, disfrute de una cena de picnic en un refugio reservado para el grupo. Lleve su propia comida o puede comprarla presencialmente en el puesto vendedor. Hay transporte desde el refugio hasta la cima de la colina. Los participantes tienen que poder subir un peldaño. El autobús carga a las 4:45pm delante de MSCR West en 7333 West Towne Way. La tarifa incluye admisión, la reservación del refugio del picnic y el transporte. El plazo para registrarse es el 7/10/25. Edades 14+.

A Midsummer Night's Dream MSCR West Sa 7/26 5-11:45pm \$80 42864



Edad	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
<b>CLASES VIRTUALES</b>							
50+	Fuerza pura	Virtual	Lu	6/23-8/18	8:30-9:15am	\$29	43097
50+	Yoga Flow	Virtual	Lu	6/23-8/18	9-9:45am	\$29	43147
50+	Ejercicio de silla	Virtual	LU	6/23-8/18	9:15-10:15am	\$35	43049
50+	Fitness funcional	Virtual	Lu	6/30-8/18	10:30-11:30am	\$35	43074
50+	Estiramiento y fuerza	Virtual	Lu	6/23-8/18	11-11:45am	\$29	43839
50+	Entrenamiento de fuerza para mujeres	Virtual	Ma	6/24-8/19	8-8:45am	\$29	43108
50+	Fuerza simple	Virtual	Ma	6/24-8/19	9-10am	\$35	43102
50+	Yoga Flow	Virtual	Ma	6/24-8/19	9-9:45am	\$29	43148
50+	Yoga suave	Virtual	Ma	6/24-8/19	10:30-11:30am	\$39	43136
50+	Ejercicio de silla bailable	Virtual	Ma	6/24-8/19	12:15-1pm	\$29	43051
50+	Meditación	Virtual	Ma	6/24-8/19	1-2pm	\$35	43082
50+	T'ai Chi /Chi Kung para el equilibrio	Virtual	Ma	6/24-8/19	1-2pm	\$39	43117
50+	Trabajar el núcleo sin el piso	Virtual	Mie	7/2-8/20	9-9:30am	\$17	43837
50+	Caminar y tonificar	Virtual	Mie	6/25-8/20	10-10:45am	\$26	43840
50+	Fuerza pura	Virtual	Mie	7/2-8/20	3-4pm	\$35	43096
50+	Fuerza simple	Virtual	Jue	6/26-8/21	9-10am	\$35	43103
50+	Fitness funcional	Virtual	Jue	7/3-8/21	9:30-10:30am	\$35	43075
50+	Yoga Flow	Virtual	Jue	6/26-8/21	10:30-11:30am	\$39	43145
50+	Acto de balance	Virtual	Jue	6/26-8/21	1-1:45pm	\$29	43029
50+	Yoga Hatha I	Virtual	Jue	6/26-8/21	4:15-5:15pm	\$30	43141
50+	Trabajar el Núcleo sin el Piso	Virtual	Vie	7/11-8/22	9-9:45am	\$23	43838

## TENIS PARA ADULTOS

### PRINCIPIANTE

Una clase introductoria que cubre las bases de jugar, las reglas, la coordinación entre manos y ojos y golpes básicos. Da énfasis en el contacto con la pelota y mantener a la pelota en juego.

### DOBLES

Para jugadores con experiencia en el tenis. Continuación del desarrollo de fundamentos, al incorporar técnicas más avanzadas como un globo y una volea. Da énfasis en refinar las habilidades y desarrollar estrategias.

### INTERMEDIO

Para jugadores con experiencia en el tenis. Continuación del desarrollo de fundamentos, al incorporar técnicas más avanzadas como un globo y una volea. Da énfasis en refinar las habilidades y desarrollar estrategias.

### JUEGOS ABIERTOS

Los partidos se organizan todas las noches según el nivel de habilidad y la cantidad de participantes. Esto no es un juego de liga; no se mantienen clasificaciones. Experiencia previa con el tenis es altamente recomendada. como no hay entrenador o instrucción disponibles.



### POLÍTICA METEOROLÓGICA

En el caso de inclemencias de tiempo, los instructores determinan las cancelaciones de las clases y ocurre para cada clase individual. Los participantes reciben un correo electrónico y/o una llamada automática en el caso de una cancelación. No hay clases de reemplazo; si se cancela una sesión, los participantes son compensados. Si tiene alguna pregunta, por favor llame al 608-204-3026.

Día y Fecha	Horario	Edad	Clase	Tarifa	Curso #
<b>LA FOLLETTE HIGH SCHOOL</b>					
Lu 6/23-8/11	6-7pm	18+	Intermedio	\$64	43453
	6-8:15pm	18+	Dobles	\$53	43463
	7:15-8:15pm	18+	Principiante	\$64	43356
Ma 6/24-8/12	6-7pm	18+	Intermedio	\$63	43465
	6-8:15pm	18+	Juegos abiertos	\$53	43502
	7:15-8:15pm	18+	Principiante	\$64	43359
Mie 6/25-8/13	6-7pm	18+	Principiante	\$64	43379
	6-8:15pm	18+	Juegos abiertos	\$53	43501
	7:15-8:15pm	18+	Intermedio	\$64	43467
Jue 6/26-8/14	6-7pm	18+	Principiante	\$64	43381
	6-8:15pm	18+	Dobles	\$53	43507
	7:15-8:15pm	18+	Intermedio	\$64	43469

### PAQUETES DE EQUIPOS USTA - ¡NUEVO!

Incluye una raqueta y dos latas de pelotas.

Compre en [mscr.org](http://mscr.org)

Para garantizar entrega para el 23 de junio, por favor regístrese para el 19 de mayo.

Sesión	Fecha	Tarifa	Curso #
Lunes	6/23-8/11	\$45	43525
Martes	6/24-8/12	\$45	43531
Miércoles	6/25-8/13	\$45	43532
Jueves	6/26-8/14	\$45	43530

### MEMORIAL HIGH SCHOOL

Lu 6/23-8/11	6-7pm	18+	Intermedio	\$64	43392
	6-8:15pm	18+	Dobles	\$53	43511
	7:15-8:15pm	18+	Principiante	\$64	43393
Mie 6/25-8/13	6-7pm	18+	Principiante	\$64	43395
	6-8:15pm	18+	Juegos abiertos	\$53	43505
	7:15-8:15pm	18+	Intermedio	\$64	43485

### WEST HIGH SCHOOL

Ma 6/24-8/12	6-7pm	18+	Intermedio	\$64	43475
	6-8:15pm	18+	Juegos abiertos	\$53	43503
	7:15-8:15pm	18+	Principiante	\$64	43385
Jue 6/26-8/14	6-7pm	18+	Principiante	\$64	43389
	6-8:15pm	18+	Dobles	\$53	43509
	7:15-8:15pm	18+	Intermedio	\$64	43477

Deportes sin ligas se juegan como juegos informales en que los equipos se seleccionan cada noche basado en quien llega. No hay árbitros. Supervisores de los sitios y algo de equipos son proporcionados. Individuos se inscriben por noche y local del juego. Salte 7/3 y 7/4.

## EN INTERIORES

### BOCCE

Bocce es un juego italiano popular en que los jugadores hacen rodar una pelota de bocce cerca de una pelota recibidora. Aprenda las reglas y desarrolle más sus habilidades en en nuestras canchas interiores de bocce. Juegos abiertos a todos los niveles. Pelotas de bocce proporcionadas.

### PICKLEBALL - PRINCIPIANTE

Si se ha estado preguntando sobre pickleball o ha estado jugando sin una clase estructurada o necesita repasar, esta clase es para usted. Cubrimos las bases del juego y las estrategias. Al final de las primeras 2 clases, sabrá jugar un juego básico que puede refinar a lo largo de la sesión.

### PICKLEBALL - PRINCIPIANTE AVANZADO

Esta clase es para jugadores que han tomado una clase principiante. Principiantes avanzados pueden jugar juegos, hacer puntuación, peloteos cortos y conocen la regla de dos rebotes. Los jugadores también deben saber dónde parar durante los saques. Esta clase aumenta las habilidades desarrolladas en el nivel principiante para llegar más cerca del nivel intermedio. Esto incluye instrucción, ejercicios y períodos de jugar.

### PICKLEBALL INTERMEDIO 50+

¿Quiere jugar pickleball con gente con más de 50 años? Jugadores intermedios deben entender las reglas principales y saber hacer saques, peloteos y puntuación. Aunque haya algo de entrenamiento esta sesión no es para principiantes.

### PICKLEBALL INTERMEDIO - JUEGOS ABIERTOS

Jugadores intermedios deben entender las reglas centrales del juego y saber sacar, hacer peloteos y puntuación. Los jugadores alternan al terminar un juego para que cada uno tenga la oportunidad de jugar con múltiples jugadores cada clase. Esta clase no es para principiantes porque no hay entrenadores.

### VOLEIBOL - JUEGOS ABIERTOS 50+

¿Quiere jugar voleibol con gente con más de 50 años? Voleibol de juego abierto para jugadores principiantes a intermedios sin requisito de habilidad.

## EN EXTERIORES

### PICKLEBALL - PRINCIPIANTE

Si se ha estado preguntando sobre pickleball o ha estado jugando sin una clase estructurada o necesita repasar, esta clase es para usted. Cubrimos las bases del juego y las estrategias. Al final de las primeras 2 clases, sabrá jugar un juego básico que puede refinar a lo largo de la sesión.

### PICKLEBALL - PRINCIPIANTE AVANZADO

Esta clase es para jugadores que han tomado una clase principiante. Principiantes avanzados pueden jugar juegos, hacer puntuación, peloteos cortos y conocen la regla de dos rebotes. Los jugadores también deben saber dónde parar durante los saques. Esta clase aumenta las habilidades desarrolladas en el nivel principiante para llegar más cerca del nivel intermedio. Esto incluye instrucción, ejercicios y períodos de jugar.

### PICKLEBALL INTERMEDIO

Jugadores intermedios deben entender las reglas principales y saber hacer saques, peloteos y puntuación. Aunque haya algo de entrenamiento esta sesión no es para principiantes.

Edad	Clase	Locación	Día	Fecha	Horario	Tarifa	Curso #
<b>EN INTERIORES</b>							
18+	Bocce	MSCR West	Mie	6/25-8/13	6:45-8:15pm	\$32	43184
18+	Pickleball - Principiante	MSCR West	Lu	6/23-8/11	6-8pm	\$56	43189
18+	Pickleball - Principiante	MSCR West	Jue	6/26-8/21	6-8pm	\$56	43190
18+	Pickleball - Principiante Avanzado	MSCR West	Ma	6/24-8/12	6-8pm	\$48	43827
18+	Pickleball Intermedio Juegos	MSCR West	Lu	6/23-8/11	1-3pm	\$40	43194
18+	Pickleball Intermedio Juegos	MSCR West	Ma	6/24-8/12	1-3pm	\$40	43195
18+	Pickleball Intermedio Juegos	MSCR West	Jue	6/26-8/21	1-3pm	\$40	43196
50+	Pickleball Intermedio 50+	MSCR West	Ma	6/24-8/12	9:30-11:30am	\$40	43192
50+	Pickleball Intermedio 50+	MSCR West	Jue	6/26-8/21	9:30-11:30am	\$40	43193
50+	Voleibol Juegos Abiertos 50+	MSCR West	Vie	6/27-8/22	12-2pm	\$32	43197
<b>EN EXTERIORES</b>							
18+	Pickleball - Principiante	Door Creek Park	Lu	6/16-8/4	6-8pm	\$56	43187
18+	Pickleball - Principiante	Door Creek Park	Mie	6/18-8/6	6-8pm	\$56	43188
18+	Pickleball - Principiante Avanzado	Door Creek Park	Lu	6/16-8/4	9:30-11:30am	\$48	43185
18+	Pickleball - Principiante Avanzado	Door Creek Park	Ma	6/17-8/5	6-8pm	\$48	43186
18+	Pickleball - Principiante Avanzado	Door Creek Park	Jue	6/26-8/21	6-8pm	\$48	43804
18+	Pickleball Intermedio	Garner Park	Lu	6/16-8/4	6-8pm	\$40	43180
18+	Pickleball Intermedio	Door Creek Park	Ma	6/17-8/5	6-8pm	\$40	43181
18+	Pickleball Intermedio	Door Creek Park	Mie	6/18-8/6	6-8pm	\$40	43182
18+	Pickleball Intermedio	Garner Park	Mie	6/18-8/6	6-8pm	\$40	43183

## LIGAS



Edad	Deporte	Inscripción	Inscripción Tardía	Partidos
16+	Softball de verano	17 de marzo -6 de abril	7-13 de abril	19 de mayo - agosto
16+	Kickball de verano	31 de marzo- 20 de abril	21-27 de abril	21 de mayo - agosto
18+	Softball de otoño	1 - 20 de julio	21-27 de julio	2 de septiembre - octubre
18+	Voleibol de otoño	14 de julio- 3 de agosto	4-10 de agosto	8 de septiembre - nov
18+	Básquetbol de otoño	4 - 24 de agosto	25 de agosto 2 de sept	29 de septiembre - oct

Ligas deportivas para adultos son competencias en equipo. Los equipos se inscriben y registran para una división. Supervisores de los sitios (cuando aplicable), árbitros y algo de equipos de juego son proporcionados. Generalmente, los juegos se juegan en un high school local o en la cancha de beisbol de un parque. Las ligas juegan la misma noche de la semana por toda la temporada. MSCR ofrece divisiones masculinas, femeninas y mixtas. Los equipos reportan su nivel de habilidad y se ponen en una liga de habilidad comparable cuando sea posible.

### EDAD

18 años y mayores. Los estudiantes de secundaria no son elegibles para las ligas de voleibol de otoño para adultos o de básquetbol de otoño.

### TARIFAS

Cubren el costo de los árbitros, las instalaciones, los premios, los equipos, y la administración de la liga. MSCR ofrece asistencia de pago a residentes de MMSD con necesidad -puede llenar la Solicitud de Asistencia de Pago en la página 58 y mande a los cuidados de: ASLD en MSCR West. MSCR también trabaja con equipos que hayan asegurado auspicios para ayudar con el costo de jugar. Las tarifas son por individuo - no hay tarifas por equipo. No se emiten reembolsos una vez que el itinerario sea publicado.

### GÉNERO

MSCR reconoce que no todas las personas se identifican con el género asignado al nacer o pueden identificarse como un género diferente al masculino o femenino. Los participantes se les recomienda inscribirse en programas basados en su identificación de género. Todas las ligas de género se ofrecen con la intención de que los equipos tengan una mezcla de géneros.

### RESIDENCIA

El 50% de la lista del equipo debe residir dentro del Distrito Escolar Metropolitano de Madison.

### REGISTRACIÓN

Registro de equipos en línea a través de [mscrsportsleagues.org](http://mscrsportsleagues.org).

#### SOFTBALL DE VERANO

La temporada comienza el 9 de mayo de 2025 y se extiende hasta principios de agosto. Los juegos se juegan en Madison en los parques de la ciudad. Todos los géneros, ligas femeninas y masculinas. No hay juegos el 23 y 24 de mayo, el 19 de junio y el 3 y 4 de julio.

#### KICKBALL DE VERANO

La temporada comienza el 21 de mayo de 2025 y se extiende hasta mediados de agosto. Las ligas juegan el parque Olbrich. Las ligas son de todos los géneros y recreativos. El formato de la temporada depende del número de equipos en la liga. Hay un mínimo de 9 semanas.

#### SOFTBALL DE OTOÑO

Comienza el 2 de septiembre y se extiende hasta principios de octubre. Las ligas juegan en Olbrich y Goodman. Estas son ligas de lanzamiento lento para hombres, mujeres y todas las divisiones de género.

#### VOLEIBOL DE OTOÑO

La temporada de 10 semanas comienza el 8 de septiembre y se extiende hasta mediados de noviembre. Es una liga tradicional 6v6. Tenemos ligas para hombres, mujeres y todos los géneros.

#### BÁSQUETBOL DE OTOÑO

Una temporada corta con disponibilidad limitada. ¡Gran manera de ponerse en forma para la temporada de invierno! La temporada comienza la semana del 29 de septiembre y se extiende hasta la primera semana de noviembre. Tenemos ligas para hombres, mujeres y todos los géneros.

## ¡NECESITAMOS OFICIALES DEPORTIVOS!



¿Le gustan los deportes? Volverse un oficial es una manera excelente de tomar parte! MSCR contrata y entrena a los oficiales deportivos. Aprenda las reglas y mecánicas de expertos. Proveemos equipos para que usted pueda comenzar. Los oficiales tienen que tener un mínimo de 18 años para todas las ligas deportivas.

Llame al 204-3024 o envíe correo electrónico a [asld@madison.k12.wi.us](mailto:asld@madison.k12.wi.us) para saber más.



¿Quiere unirse a un equipo?

Únase a nuestra lista de agentes libres

Para obtener más información, comuníquese con [asld@madison.k12.wi.us](mailto:asld@madison.k12.wi.us) o llame al 608-204-3024.

Si desea unirse a las ligas deportivas, vaya a [mscrsportsleagues.org](http://mscrsportsleagues.org). Ponemos su nombre a disposición de los entrenadores que buscan jugadores. No se cobran tarifas hasta que se une a un equipo.



# Salida de Golf “Fore Friends”

**¡EL MIÉRCOLES 23 DE JULIO  
EN OAKS GOLF COURSE!**

**Tenga un impacto  
directo en los pro-  
gramas y servicios de  
MSCR, y disfrute del día  
en los hoyos de golf en  
este evento!**



No tiene que ser gran golfista para jugar. ¡Disfrute de los juegos divertidos en la cancha, premios al llegar y comida deliciosa! \$150 por jugador/\$600 para cuatro incluye: ¡18 hoyos de golf, un carrito, un regalo por golfista, una bebida gratuita, almuerzo y cena!

***¿Buscando una gran manera de servir a la comunidad y de exponer a su negocio u organización a un gran público?***

**Consideren auspiciar este gran evento.**

Para más información sobre esta salida de golf y las oportunidades de auspiciarla, contacte a Martha llamando al (608) 204-3045 o por email a [mlhutchinson@madison.k12.wi.us](mailto:mlhutchinson@madison.k12.wi.us) o visite [birdease.com/mscr](http://birdease.com/mscr) para aprender más y registrarse.

Las ganancias de la Salida de Golf de “Friends of MSCR” sostienen programas de MSCR incluyendo enriquecimiento de afterschool, artes, acuáticos, becas para los campamentos, recreación adaptada e inclusiva y más.





La misión de los Servicios de Inclusión de MSCR es mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidades en el Distrito Escolar Metropolitano de Madison brindando oportunidades de recreación y enriquecimiento durante todo el año que sean accesibles para todos. MSCR está comprometido con un enfoque de recreación y proporcionará adaptaciones razonables para mejorar la participación en el programa sin alterar fundamentalmente un programa.

### ¿QUÉ ES UN ENFOQUE INCLUSIVO EN LA RECREACIÓN??

La inclusión significa que las personas con y sin discapacidad participan juntas de la misma manera, en el mismo lugar y disfrutan de los mismos beneficios. La ADA define a una persona con una discapacidad como una persona que tiene un impedimento físico o mental que limita sustancialmente actividades importantes de la vida. Esto incluye a las personas que tienen antecedentes de tal impedimento pero ya no tienen discapacidad. También incluye a las personas que no tienen una discapacidad pero que se considera que tienen una discapacidad.

Además de estos criterios, MMSD reconoce a cualquiera que reciba Servicios de Educación Especial/Planes 504 como una persona con discapacidad.

### ¿CUÁLES SON LOS REQUISITOS DE ELEGIBILIDAD?

Los servicios de inclusión son gratuitos y están disponibles mediante solicitud. Los requisitos para la inclusión en un programa o actividad son los mismos que para una persona sin discapacidad.

- Cumple con el requisito de edad.
- Está registrado.
- Se adhiere a las expectativas de comportamiento, con o sin adaptaciones razonables.
- Participa voluntariamente en la actividad registrada, con o sin adaptaciones razonables.
- Cumple con cualquier otro requisito de elegibilidad esencial para una actividad específica.

### ¿CUÁLES SON EJEMPLOS DE ADAPTACIONES RAZONABLES?

Una adaptación es razonable cuando no cambia fundamentalmente la naturaleza del programa o actividad. Las adaptaciones razonables incluyen, entre otras, las siguientes:

- Modificaciones de la actividad que no alteran fundamentalmente la naturaleza del programa.
- Una proporción mejorada de personal por participante.
- Planes de apoyo al comportamiento.
- Intérpretes de lengua de signos.
- Equipo adaptado.
- Transporte alternativo o accesible, cuando se proporciona transporte para todos los participantes.
- Eliminación de barreras arquitectónicas.
- Capacitación adicional del personal.

MSCR proporciona adaptaciones razonables para la inclusión. Algunas adaptaciones, debido a la actividad o el entorno en el que se realiza la actividad, pueden no ser razonables y, por lo tanto, no hay garantía de que se proporcionen. Ejemplos de adaptaciones que no están garantizadas incluyen:

- Terapia o programación individualizada.
- Compra de dispositivos o equipos personales y personalizados.
- Contratación de una persona específica como personal de apoyo.
- Servicios de carácter personal como ir al baño, alimentar y vestir.

No se proporciona personal de inclusión recreativa para programas no estructurados no registrados, es decir, gimnasio abierto, natación abierta, programa sin cita previa o actividades para niños y adultos o familiares, aunque se discutirán otras adaptaciones razonables.

### ¿A QUIÉN CONTRATA MSCR?

MSCR contrata personal de inclusión recreativa para mejorar la proporción de personal por participante. MSCR hace todo lo posible para contratar un personal diverso que tenga interés en trabajar con personas con discapacidades.

### ¿CÓMO SE PUEDE ACCEDER A LOS SERVICIOS?

- Al registrarse, marque "Sí" en la sección "Se Requieren Acomodos" del formulario de registro en línea o en papel e indique las potenciales adaptaciones que se necesitan.
- Complete el formulario de perfil de participante en línea o imprima este.
- Vaya a [mscr.org](http://mscr.org) y regrese a MSCR, 328 E Lakeside St, Madison, WI, 53715.
- Al recibir los documentos necesarios, el personal de servicios de inclusión de MSCR revisa su solicitud y trabaja con usted para establecer un plan de inclusión individualizado.

### AL SOLICITAR SERVICIOS DE INCLUSIÓN, ENTIENDO QUE:

- Los servicios de inclusión no están diseñados para la atención de 1:1.
- Es mi responsabilidad proporcionar a MSCR la información más actualizada para ayudar a proporcionar adaptaciones para satisfacer mis necesidades o las de mi participante.
- El plan de inclusión no lo exime de cumplir reglas de actividad, expectativas y pautas de salud y seguridad, pero puede ayudarlos a cumplirlas.
- Solicitamos al menos 2 semanas para planificar y asegurar adaptaciones razonables. Se hará todo lo posible para satisfacer las necesidades de todos los participantes. Sin embargo, debido a restricciones de personal y/o límites de capacidad de la actividad solicitada, las inscripciones o el alojamiento pueden ser limitados. Si es así, se pueden discutir otras opciones (días, horas, lugares).

### PARA MAS INFORMACIÓN SOBRE SERVICIOS DE INCLUSIÓN:

#### Jason Busack

Especialista en Servicios de Inclusión

Apoya East y La Follette, regiones de After School, Centro de Aprendizaje Allied, Exteriores, Deportes y Acuático

Correo: [jbbusack@madison.k12.wi.us](mailto:jbbusack@madison.k12.wi.us)

Teléfono de la oficina: 608-204-4586 Teléfono Celular: 608-622-6927

#### Jill Jaworski

Especialista en Servicios de Inclusión

Apoya West y North, regiones de After School, Meadowood Neighborhood Center, Programas de Arte y Fitness

Correo: [jjaworski1@madison.k12.wi.us](mailto:jjaworski1@madison.k12.wi.us)

Teléfono de la oficina: 608-204-3043 Teléfono Celular: 608-228-2087



**En Línea:**  
Regístrese para la mayoría de actividades de MSCR en [mscr.org](http://mscr.org)



**Correo:**  
MSCR Central,  
328 E Lakeside Street,  
Madison, WI 53715



**Correo electrónico:**  
[mscr@madison.k12.wi.us](mailto:mscr@madison.k12.wi.us)



**Fax:**  
608-204-0557



**La inscripción se abre el lunes 10 de marzo a las 12:00pm para los residentes del Distrito Escolar Metropolitano de Madison. Los no residentes pueden registrarse a partir del lunes 24 de marzo a las 12:00pm.**

1. Complete el formulario en la página 57. Todos los miembros de un hogar pueden registrarse para varias clases en un solo formulario. O regístrese en [mscr.org](http://mscr.org). Los clientes deben crear una cuenta antes de registrarse en línea. Las tarifas incluyen el impuesto correspondiente.
2. Incluya la primera opción y la alternativa cuando corresponda. Si su primera opción está llena, probaremos su opción alternativa. Si ambas opciones están completas, se le devolverá su tarifa y se le agregará a la lista de espera.
3. Haga el cheque o giro postal a nombre de MSCR. También se aceptan Visa y MasterCard.
4. Los recibos se envían por correo electrónico, a menos que se adjunte un sobre con estampilla y su dirección.
5. Regrese a MSCR de una de las tres maneras fáciles: correo, entrega o fax.

### TODOS LOS NUEVOS CLIENTES DEBEN CREAR UNA CUENTA PARA REGISTRARSE EN LÍNEA EN MSCR.ORG

#### PÓLIZA DE REEMBOLSO

Los participantes que soliciten retirarse de un programa un mínimo de 7 días antes del inicio del programa recibirán un reembolso completo menos un cargo por servicio de \$5 por transacción. En lugar de un reembolso, el cliente puede pedir un crédito en su cuentas MSCR para evitar pagar una multa de \$5. Todos los pedidos de retirarse o por reembolso se tienen que hacer por escrito. Reembolsos completos se emiten si MSCR cancela un programa. No se emitirán reembolsos o créditos con menos de 7 días de anticipación. En caso de mal tiempo, consulte [mscr.org](http://mscr.org) o llame al 608-204-3044 para cancelaciones de programas. MSCR puede cancelar programas debido a condiciones climáticas adversas, conflictos en las instalaciones, enfermedad del personal u otras circunstancias imprevistas. No se emiten reembolsos ni créditos por clases perdidas individuales.

#### IMPACTO CLIMÁTICO [mscr.org/weather-impact/](http://mscr.org/weather-impact/)

MSCR pretende ir adelante con todas sus clases y programas, y la seguridad de nuestros participantes y personal es nuestra más alta prioridad. MSCR sigue una serie de pautas para decidir si se cancela a un programa. MSCR ofrece una variedad amplia de programación: interiores y exteriores, de alta y baja intensidad, para jóvenes, adultos y adultos mayores de 50 años por toda la ciudad de Madison. En ocasiones, hay decisiones que impacten la totalidad de la programación y otras veces la decisión es específica a un programa.

#### IMPACTO CLIMÁTICO Y CANCELACIONES

En caso de mal tiempo, visite [mscr.org](http://mscr.org) o llame al 608-204-3044 para cancelaciones. MSCR puede cancelar programas debido a condiciones climáticas adversas, enfermedad del personal u otras circunstancias imprevistas. Si MSCR cancela una clase y no alcanzar a fijar otra fecha para reemplazar, se emitirá un crédito a la cuenta del cliente. Cuando un cliente pierde una clase no se emite ningún crédito.

#### PROGRAMAS PERDIDOS

Los programas perdidos por ausencias individuales de los participantes (es decir, conflicto de horarios, vacaciones, etc.) no se recuperan, ni los participantes pueden asistir a un programa diferente al que están inscritos. Reembolsos o créditos no se emiten por ausencias del participante.

#### PROGRAMAS EN EL WARNER PARK CRC (WPCRC)

Se requieren IDs de Warner Park CRC para los programas. Las tarifas anuales de la tarjeta de identificación son \$5 por persona y \$10 por familia (familias de más de 4 pagan \$3 por persona). Los no residentes de la ciudad de Madison pagan \$15 por persona y \$25 por una identificación familiar. Llame al 608-245-3670 para obtener información. MSCR no ofrece descuentos. Por favor vaya a [cityofmadison.com/parks/wpcrc](http://cityofmadison.com/parks/wpcrc) para el formulario.

#### DECLARACIÓN DE PRIVACIDAD DEL CLIENTE

Para la privacidad y protección de los participantes, solo divulgamos la información del participante a las personas que figuran en la cuenta individual o familiar.

#### ASISTENCIA CON TARIFAS

Las tarifas del programa MSCR pueden eximirse parcial o totalmente a pedido de los jóvenes que cumplan con los criterios para recibir comidas gratis y los adultos con ingresos iguales o inferiores al 185% del nivel federal de pobreza. La asistencia con las tarifas está disponible solo para los residentes de MMSD. Se pide pagar una tarifa parcial cuando sea posible. Complete la Solicitud de asistencia con las tarifas en el reverso del formulario de registro para presentar la solicitud. Las solicitudes de

#### LEY SOBRE PREVENCIÓN DE CONMOCIONES CEREBRALES

La ley de Wisconsin requiere que MSCR brinde información sobre conmociones cerebrales y paros cardíacos repentinos a todos los participantes involucrados en actividades deportivas juveniles. Revise la información en los siguientes enlaces o busque información sobre conmociones cerebrales en nuestra página web en [mscr.org](http://mscr.org), <https://www.wiaawwi.org/Portals/0/PDF/Health/Concussion-SuddenCardiacArrest-InfoSheet2022.pdf>. Se le pedirá que acuse recibo en el momento de la inscripción. Si necesita ayuda para acceder a esta información, comuníquese con la oficina de MSCR.

#### INFORMACIÓN EN ESPAÑOL

Las guías de programación de MSCR en español están disponibles en las escuelas de Madison en las oficinas de los especialistas bilingües o en la oficina principal. También puede buscarlas en la oficina de MSCR o en el Centro Comunitario Warner. Hay también una versión digital disponible, visite: [mscr.org](http://mscr.org). Para mayor asistencia, comuníquese con el asistente bilingüe al 608-204-3057.

asistencia con las tarifas deben acompañar al formulario de registro y no se otorgan después de que se procesa el registro.

#### GENERO

MSCR reconoce que no todas las personas se identifican con el género asignado al nacer o pueden identificarse con un género distinto al masculino o femenino. Se anima a los participantes a registrarse en los programas según el género con el que se identifican.

#### ASEGURANZA

MSCR no proporciona un seguro de accidentes para los participantes.

#### DECLARACIÓN DE NO DISCRIMINACIÓN

MSCR no discrimina por motivos de religión, raza, color, origen nacional, ascendencia, edad, sexo, apariencia física, orientación sexual, identidad de género, expresión de género, discapacidad, antecedentes de arresto, membresía en el guardia nacional, fuerza de defensa estatal o cualquier componente de reserva de las fuerzas militares de los Estados Unidos, creencias políticas, orientación sexual, baja menos que honorable, fuente de ingresos o el hecho de que una persona sea un estudiante.

#### PÓLIZAS DE REGISTRO

Regístrese al menos dos semanas antes del inicio del programa. Muchos programas se llenan rápidamente, sin embargo, los programas que no cumplen con la inscripción mínima pueden cancelarse. MSCR no acepta registros por teléfono. Solamente los clientes registrados pueden participar. Los instructores no aceptan formularios de inscripción en el sitio de clase.

#### RESIDENCIA

Un residente reside en una dirección dentro del MMSD; un residente también incluye a un estudiante que no reside en una dirección dentro del MMSD, pero asiste a la escuela en el MMSD bajo la Política de Inscripción Abierta de la Junta Escolar de Madison. Los no residentes pagan un 50 por ciento más que las tarifas enumeradas, excepto en el caso de programas con una estructura de precios diferente.

#### SERVICIOS PARA PERSONAS CON DISCAPACIDADES

MSCR da la bienvenida a las personas con discapacidades. Ofrecemos adaptaciones razonables de conformidad con la Ley de Estadounidenses con Discapacidades (ADA). Consulte la página 55 para obtener más información sobre los Servicios de Inclusión.

#### LISTA DE ESPERA

Si un programa está lleno, puede agregar su nombre a una lista de espera. Nos comunicaremos con usted si hay vacante disponible o si se agregan programas adicionales. Si no tenemos noticias suyas, su espacio se le dará al próximo cliente en la lista. Si no desea ser incluido en la lista, haga clic en el botón Eliminar que aparece en la pantalla del carrito de compras. La colocación en una lista de espera no garantiza un espacio en el programa.

## Formulario de Información Complementaria de Campamentos

Le invitamos a completar un formulario para varios niños del mismo hogar. Indique cualquier diferencia según sea necesario. Toda la información podrá revisarse o actualizarse en el campamento durante la entrega. Los elementos con un \* son obligatorios.

Nombre(s) de el/los Participante(s)\*: \_\_\_\_\_

Nombre\* del Guardián 1\*: \_\_\_\_\_ Teléfono Celular del Guardian 1\*: \_\_\_\_\_

Correo Electronico del Guardián 1: \_\_\_\_\_ Teléfono Alternativo del Guardián 1: \_\_\_\_\_

Nombre del Guardián 2: \_\_\_\_\_ Teléfono Celular del Guardian 2: \_\_\_\_\_

Correo Electronico del Guardián 2: \_\_\_\_\_ Teléfono Alternativo del Guardián 2: \_\_\_\_\_

Nombre del Contacto de Emergencia\*: \_\_\_\_\_ Teléfono Celular\*: \_\_\_\_\_

Y relación con el o los participantes

Otro(s) adulto(s) autorizados para recoger a los participantes del programa\*: \_\_\_\_\_

Los participantes pueden registrarse al final del programa para caminar o andar en bicicleta a casa: SI NO

Proveedor de seguro de salud: \_\_\_\_\_ Número de grupo/suscriptor: \_\_\_\_\_

Preferencia del Hospital: \_\_\_\_\_ Nombre del Doctor: \_\_\_\_\_

Otra información que debemos saber sobre su(s) hijo(s): \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

### Acuerdo de participación

Al registrarme en la programación juvenil de MSCR, entiendo y acepto lo siguiente:

1. Mi(s) hijo(s) y yo cumpliremos con las reglas y procedimientos de MSCR.
2. He leído el Manual de Políticas de Programas Juveniles y estoy al tanto de las políticas, procedimientos y pautas de MSCR.
3. He leído las Expectativas de comportamiento del participante y soy consciente de que el personal de MSCR utilizará estas pautas cuando trabaje con los participantes y las familias para resolver cualquier problema de comportamiento.
4. Mi hijo y yo trataremos a todos los participantes, los voluntarios y las familias de MSCR con respeto en el lenguaje, el comportamiento y los gestos independientemente de la raza, el credo, el color, el género, la orientación sexual, la identidad de género o la capacidad.
5. Proporcionaré a MSCR información actualizada sobre la dirección, número de teléfono, medicamentos, discapacidades, habilidades de natación y cualquier otra información relevante que permita al personal de MSCR atender a mi hijo de la mejor manera posible.
6. Por la presente autorizo a MSCR a llevar o transportar a mi(s) hijo(s) en excursiones supervisadas durante el horario del programa.
7. Todos los niños deben abandonar el edificio al finalizar el programa. Los tutores son responsables de sus hijos a la hora de cierre.
8. Por la presente autorizo al personal de MMSD/MSCR a compartir entre sí cualquier información o registros relacionados con mi hijo. Esto incluye la capacidad del personal escolar de MMSD para divulgar al personal de MSCR los registros de los alumnos o información relacionada con el estado de discapacidad, las condiciones de salud y las inquietudes de comportamiento con el fin de proporcionar adaptaciones y apoyos adecuados en la programación juvenil de MSCR.
9. El personal de MSCR/MMSD tiene mi permiso para ayudar a mi hijo a aplicarse protector solar y/o repelente de insectos antes de las actividades al aire libre. Tengo entendido que los niños deben traer protector solar y repelente de insectos para usar durante los programas de MSCR. Los niños deben venir a su programa por la mañana con protector solar ya aplicado.
10. Si se considera necesaria la atención médica de emergencia y no puedo ser contactado, el personal de MSCR está autorizado a actuar en nombre de mi hijo para otorgar permiso para que mi hijo reciba tratamiento o cirugía de emergencia..

\_\_\_\_\_  
Firma del Guardián

\_\_\_\_\_  
Fecha:



# Solicitud de Asistencia de Pago

Si su familia está solicitando asistencia con las tarifas, debe completar este formulario en su totalidad y responder cada elemento según corresponda. La asistencia de pago está disponible solo para los residentes del Distrito Escolar Metropolitano de Madison (MMSD). Los no residentes no califican para recibir asistencia con las tarifas. Se proporciona asistencia de pago a las familias cuyos ingresos son inferiores al 185% del nivel federal de pobreza. Las tarifas del programa para jóvenes de MSCR pueden eximirse parcial o totalmente para los jóvenes que cumplan con los criterios para recibir comidas escolares gratuitas o de precio reducido. Esta Solicitud de asistencia con las tarifas y el pago deben acompañar al Formulario de registro de MSCR. La asistencia con las tarifas no se otorga después de que se procesa el formulario de registro de MSCR.

<b>NOMBRE</b>	Nombre del hogar: _____ Apellido _____ Nombre _____
<b>TAMAÑO DE LA FAMILIA</b>	<p>¿Cuál es el tamaño de su familia? Marque un número: 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10</p> <p>Indique su ingreso anual bruto: \$ _____ (por año)</p> <p>O sus ingresos quincenales: \$ _____ (cada dos semanas)</p> <p>* Ingresos brutos significa ingresos antes de deducciones de impuestos, impuestos de seguridad social, seguros, contribuciones caritativas y bonos.</p>
<b>ADULTO</b>	<p>Complete esta sección si el participante es un adulto. Si el participante es un niño, pase a la siguiente sección y complete la sección titulada "Jóvenes". La asistencia de pago para adultos se limita a un programa por adulto por temporada. Hay tres temporadas de programas por año: invierno / primavera, verano y otoño.</p> <p>1. Los participantes adultos deben pagar el 50% de la tarifa del programa.*</p> <p>2. Adjunto el siguiente pago de \$ _____.</p> <p>3.* Si no puede pagar el 50%, por favor explique: "_____"</p>
<b>NIÑO</b>	<p>La asistencia de pago se limita a dos programas por temporada de programa para jóvenes de 17 años o menos*. Hay tres temporadas de programa por año: invierno / primavera, verano y otoño. Se solicita a las familias que paguen lo que puedan para la tarifa del programa.</p> <p>1. Mi hijo califica para comidas gratis o Si o No      Mi hijo califica para comidas reducidas o Si o No</p> <p>2. Mi familia solicita asistencia con las tarifas y podemos adjuntar el siguiente pago de \$ _____.</p> <p>3. *Mi familia solicita asistencia con las tarifas más allá del límite de dos programas por temporada. Por favor explique:</p> <p>4. Mi(s) hijo(s) son menores de la edad escolar. o Sí o No</p>

## ¿Qué pasa después?

Si califica para la asistencia de tarifa completa, se le enviará por correo electrónico una confirmación de su solicitud de registro. Si no califica para la asistencia de tarifa completa, según el tamaño de la familia y los ingresos indicados, comidas escolares gratuitas o de precio reducido, reservamos temporalmente un espacio en el curso solicitado y nos comunicaremos con usted. Se le solicita remitir el pago dentro de cinco días para confirmar su espacio en el curso.

We're going far.  
**WE ARE**  
**GIRL SCOUTS.**  
Come with us.

Camp. Self Discovery. Leadership.  
Find your path here.



girlscouts  
of wisconsin  
badgerland

Join now for summer adventures.



## CAREER *DISCOVERY* & ENRICHMENT YOUTH CLASSES



MADISON COLLEGE  
Professional and  
Continuing Education



Classes for ages 8 and up—spark creativity, learn skills, and *grow* confidence!

Drawing & Painting | Character Design | Auto Maintenance  
Safe Sitter | Welding | Jr. Chef Series

Madison College does not discriminate on the basis of race, color, national origin, sex, disability or age in its programs or activities. Inquiries regarding the nondiscrimination policies are handled by the Affirmative Action Officer, 1701 Wright Street, Madison, WI. 53704. Phone 608.243.4137.

To learn more about our  
noncredit courses, visit:  
[madisoncollege.edu/pce](http://madisoncollege.edu/pce)





**MADISON METROPOLITAN SCHOOL DISTRICT**  
 Madison School & Community Recreation  
 328 E. Lakeside St.  
 Madison, WI 53715



Visitenos en linea:  
[mscr.org](http://mscr.org)

**MADISON MADE,  
 FAMILY OWNED,  
 COMMUNITY LOVED  
 SINCE 1962.**



@CHOCOLATESHOPPEICECREAM  

MADISON SHOPPE  
 LOCATIONS

