

REGISTER NOW



IT'S TIME TEXAS

FREE VIRTUAL PHYSICAL ACTIVITY & NUTRITION EDUCATION CLASSES

✓ Six days a week

✓ All Fitness Levels

✓ Available in English/Spanish

It's Time Texas delivers **FREE** fitness classes and nutrition education programs to remove any financial barriers for participants, making health accessible to all Texans. Classes are available six days a week in Spanish and English, designed to meet the needs of Texans at any fitness level.

ONE GOAL: HEALTH FOR ALL!

- Zumba
- Kickboxing
- Cardio & Strength
- Yoga
- MixedFit
- And More!

TO REGISTER
AND ATTEND CLASSES,
SCAN THE QR CODE:



REGÍSTRATE AHORA

IT'S
TIME
TEXAS

TEXAS IS
BEST WHEN
TEXANS ARE
HEALTHY



IT'S TIME TEXAS CLASES VIRTUALES DE ACTIVIDAD FÍSICA Y NUTRICIÓN



Seis días a la semana



Todos los niveles de condición física



Español/Inglés

It's Time Texas ofrece clases de ejercicio físico y programas de educación nutricional de forma **GRATUITA** para que los participantes no tengan barreras financieras y la salud sea accesible para todas las personas de Texas. Las clases están disponibles seis días a la semana en español e inglés y están diseñadas para satisfacer las necesidades de las personas de Texas de cualquier condición física.

LA META: ¡SALUD PARA TODOS!

- Zumba
- Kickboxing
- Cardio y fuerza
- Yoga
- MixxedFit
- ¡Y más!

¡PARA INSCRIBIRSE Y ASISTIR A LAS CLASES, ESCANEE EL CÓDIGO QR A CONTINUACIÓN!



Esta institución ofrece igualdad de oportunidades. Este material fue financiado por el Programa de Asistencia Nutricional Suplementaria de USDA - SNAP. El logo tipo de SNAP es una marca de servicio del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos. USDA no respalda ningún producto, servicio o empresa.