

**2022-2023 UNION CITY
RECREATIONAL PROGRAMS
ADULTS & SENIORS**



**2022-2023 UNION CITY
PROGRAMAS RECREATIVOS
ADULTOS Y PERSONAS DE LA TERCERA EDAD**

Queridos amigos,

La Junta de Comisionados y yo continuamos planeando viajes y eventos para que disfruten. Animo a los residentes que no han participado en estos eventos a que vengan y hagan nuevos amigos. Ya sea saliendo de compras, excursiones al Casino o participando en uno de los muchos programas de ejercicio, le sugiero que pase tiempo con sus amigos y vecinos.

La Oficina de Asuntos para Personas de la Tercera Edad está abierta de lunes a viernes de 8:00 AM a 4:00 PM. Si necesita transporte a citas médicas o asistencia para completar formularios de Medicaid, el personal está disponible y a su disposición. Como siempre, si alguna vez puedo ayudarle, no dude en comunicarse conmigo en cualquier momento, los 7 días de la semana.



Su amigo,

A handwritten signature in black ink that reads "Brian". The signature is fluid and cursive, written in a professional style.

Brian P. Stack

Alcalde

(201) 376-1942



NATAACION

LUGAR: Ron Darío Pool - 219 47th Street

TEMPORADA: Todo el año

Lunes Sesiones de 90 minutos comenzando a las 7:00 AM, 9:00 AM, 1:00 PM y 7:00 PM

Miércoles Sesiones de 90 minutos comenzando a las 7:00 AM, 9:00 AM, 1:00 PM, 3:00 PM y 5:30 PM-6:30 PM

Martes, Jueves y Viernes

Sesiones de 90 minutos comenzando a las 7:00 AM, 9:00 AM, 11:00 AM, 1:00 PM y 7:00 PM

Sábado Sesiones de 90 minutos comenzando a las 9:00 AM, 11:00 AM, 1:00 PM y 3:00 PM-4:45 PM

DIRECTORA: Elke Voigt 201-392-3696

LUGAR: Bruce D. Walter Centro de Recreación - 507 West Street

TEMPORADA: Todo el año

Lunes y Viernes Sesiones de 90 minutos comenzando a las 7:00 AM, 9:00 AM, 11:00 AM, 1:00 PM y 8:00 PM-8:45 PM

Martes y Jueves Sesiones de 90 minutos comenzando a las 7:00 AM, 11:00 AM, 1:00 PM y 8:00 PM-8:45 PM

Miércoles Sesiones de 90 minutos comenzando a las 7:00 AM, 9:00 AM, 11:00 AM, 1:00 PM, 3:00 PM y 8:00 PM-8:45 PM

Sábado Sesiones de 90 minutos comenzando a las 9:00 AM, 11:00 AM, 1:00 PM y 3:00 PM-4:45 PM

DIRECTORA: Elke Voigt 201-392-3696



UNION CITY ZUMBA Y AERÓBICOS

LUGAR: Bruce D. Walter Centro de Recreación • 507 West Street
TEMPORADA: Todo el año
CLASES: Lunes, martes y jueves 6:00 PM–9:00 PM
Sábados 9:00 AM–11:30 AM
DIRECTORA: Yareida Peña 201-667-3101 Peña8204@gmail.com

NO REQUIERE INSCRIPCIÓN

*** PROGRAMA TAMBIÉN DISPONIBLE PARA MENORES DE 18 AÑOS



CLASES DE CERAMICA

LUGAR: Palisade Plaza • 3700 Palisade Ave.
EDAD: 55+
CLASES: Lunes a Jueves 8:00 AM–1:00 PM
INSCRIPCIÓN: Gratis, Lunes a Viernes 9:00 AM–12:00 PM
Requiere identificación y comprobante de domicilio



UNION CITY SOFTBOL

LUGAR: Washington Park • Calle 2 y Bergenline Ave.
EDAD: 18–20
PRÁCTICA: Lunes, miércoles, viernes, sábado y domingo
7:30 PM–9:00 PM
TEMPORADA: Primavera
INSCRIPCIÓN: Mes de febrero lunes a sábado 6:00 PM–8:00 PM
TEMPORADA: Verano y otoño
INSCRIPCIÓN: Junio 15 a Agosto 1, 2023 Lunes a sábado 6:00 PM–8:00 PM
Washington Park o Edison School 507 West Street
DIRECTORES: José Polanco 201-772-2428 y Vielka Gonzalo 201-705-2220
CUOTA DE INSCRIPCIÓN SE APLICARÁ AL MOMENTO DE INSCRIPCIÓN

*** PROGRAMA TAMBIÉN DISPONIBLE PARA MENORES DE 18 AÑOS



UNION CITY LIGA DE BÉISBOL

LUGAR: Washington Park • Calle 2 y Bergenline Ave.

EDAD: 18-20

TEMPORADA: Junio a noviembre de 2023

PRÁCTICA: Lunes a domingo

INSCRIPCIÓN: 1 de junio al 13 de julio, de lunes a sábado
6:00 PM-8:00 PM en Washington Park o
Edison School 507 West Street

DIRECTORES: José Polanco 201-772-2428 y Vielka Gonzalo 201-705-2220

CUOTA DE INSCRIPCIÓN SE APLICARÁ AL MOMENTO DE INSCRIPCIÓN

***** PROGRAMA TAMBIÉN DISPONIBLE PARA MENORES DE 18 AÑOS**



UNION CITY LIGA DE BALONCESTO

LUGAR: Edison School • 507 West Street

EDAD: Adultos

TEMPORADA: Todo el año

PRÁCTICA: Martes y jueves de 5:00 PM-9:30 PM

INSCRIPCIÓN: Abierto todo el año 6:00 PM-8:00 PM en Edison School

DIRECTORES: José Polanco 201-772-2428 y Vielka Gonzalo 201-705-2220

CUOTA DE INSCRIPCIÓN SE APLICARÁ AL MOMENTO DE INSCRIPCIÓN

***** PROGRAMA TAMBIÉN DISPONIBLE PARA MENORES DE 18 AÑOS**



UNION CITY VOLEIBOL

LUGAR: Edison School • 507 West Street

EDAD: 18-20

TEMPORADA: Todo el año

PRÁCTICA: Lunes, viernes y sábados 5:00 PM-10:00 PM

INSCRIPCIÓN: Todo el año 5:00 PM-9:00 PM en Edison School

DIRECTORES: José Polanco 201-772-2428 y Vielka Gonzalo 201-705-2220

CUOTA DE INSCRIPCIÓN SE APLICARÁ AL MOMENTO DE INSCRIPCIÓN

***** PROGRAMA TAMBIÉN DISPONIBLE PARA MENORES DE 18 AÑOS**



UNION CITY TAE KWON DO

LUGAR: Bruce D. Walter Centro de Recreación
507 West Street

TEMPORADA: Todo el año

PRÁCTICA: Miércoles 6:30 PM–8:00 PM y
Sábados 9:00 AM–4:00 PM

INSCRIPCIÓN: Miércoles y sábados

DIRECTOR: Ramón Peña 201-640-7602

CUOTA DE INSCRIPCIÓN SE APLICARÁ AL MOMENTO DE INSCRIPCIÓN

***** PROGRAMA TAMBIÉN DISPONIBLE PARA MENORES DE 18 AÑOS**



UNION CITY JUDO

LUGAR: Roosevelt Elementary • 4507 Hudson Street

TEMPORADA: Todo el año

PRÁCTICA: Jueves y viernes 7:30 PM–9:00 PM

INSCRIPCIÓN: Abierta todo el año • lunes, miércoles, jueves y
viernes 6:00 PM–9:00 PM

DIRECTOR: Pedro Savinovich 201-713-8336

CUOTA DE INSCRIPCIÓN SE APLICARÁ AL MOMENTO DE INSCRIPCIÓN

***** PROGRAMA TAMBIÉN DISPONIBLE PARA MENORES DE 18 AÑOS**



MDW ESCUELA DE ARTES MARCIALES (ENTRENAMIENTO DE TAEKWONDO)

LUGAR: Sara M. Gilmore Academy • 1600 Kerrigan Ave.

PRÁCTICA: Lunes y Jueves 6:00 PM–8:00 PM y
Sábados 11:00 AM–1:00 PM

INSCRIPCIÓN: Sábados durante todo el año 11:00 AM–12:00 PM

DIRECTOR: Víctor J. Castillo 201-838-9121

CUOTA DE INSCRIPCIÓN SE APLICARÁ AL MOMENTO DE INSCRIPCIÓN

***** PROGRAMA TAMBIÉN DISPONIBLE PARA MENORES DE 18 AÑOS**

PROGRAMAS PARA ADULTOS Y PERSONAS DE LA TERCERA EDAD

William V. Musto Cultural Center • 420-15th Street



AERÓBICOS

CLASES: Lunes, miércoles y viernes 1:00 PM–2:00 PM
CLASES GRATUITAS / NO REQUERE INSCRIPCIÓN



CLASE DE CERAMICA

EDAD: 55+
TEMPORADA: Todo el año
CLASES: Lunes a jueves 8:00 AM–1:00 PM
INSCRIPCIÓN: Lunes a jueves 9:00 AM–11:00 AM
Requiere identificación de edad y dirección



CLASE DE ACTUACIÓN PARA ADULTOS (BILINGUE)

EDAD: Adultos 21+
TEMPORADA: Septiembre a junio
CLASES: Sábados 12:00 PM–4:00 PM
INSTRUCTOR: Héctor Luis Rivera
INSCRIPCIÓN: Sábados en septiembre / gratis
para más información llama 201-348-2313



MEALS ON WHEELS PARA PERSONAS DE LA TERCERA EDAD

DISPONIBLE: Lunes a viernes 9:00 AM–11:00 AM
INSCRIPCIÓN: Lunes a jueves 9:00 AM–11:00 AM
Requiere identificación de edad y dirección

PROGRAMAS PARA ADULTOS Y PERSONAS DE LA TERCERA EDAD

William V. Musto Cultural Center • 420-15th Street

ARTS & WELLNESS PROJECT

Mary Trigg 917-226-7830

Clases de 60 minutos / No es necesario registrarse



DEFENSA PERSONAL/WING CHUN

Lunes a las 7:15 PM



YOGA DE SILLA

Martes y Jueves a las 1:00 PM



TAI CHI/QIGONG

Martes a las 2:15 PM



ZUMBA

Jueves a las 6:00 PM • Sábados a las 10:45 AM



VINYASA-YOGA

Jueves a las 7:15 PM • Viernes a las 6:30 PM • Sábados a las 9:30 AM



RESTAURACIÓN - YOGA Y MEDITACIÓN

Domingos a las 11:00 AM