

Nimitz Middle School invites you to
get healthy in 2012



Students, parents, teachers, and community members are invited to FREE weekly Zumba classes at Nimitz. Wear comfortable clothing and don't forget to bring a towel, water, and your family or a friend.

Monday, Jan 23rd at 5:30 pm in the Nimitz Cafeteria.

(Weekly classes will meet every Monday
at 5:30 pm from now until Feb 27th.)

Health & Nutrition Classes

The San Antonio Food Bank will conduct FREE weekly Health, Nutrition, and Exercise classes at Nimitz. Topics will include proper nutrition, healthy cooking, diabetes, exercise, and fitness options.

Tuesday, Jan 24th at 9:00 am in Room 304.

(Weekly classes will meet every Tuesday
at 9:00 am from now until Feb 14th.)

Questions? Mr. Martinez, Family Specialist
(210) 442-0450 ext 253 or fmarti2@neisd.net



La escuela secundaria Nimitz los invita hacer el año 2012 saludable



Estudiantes, padres, maestros y miembros de la comunidad están invitados a clases semanales GRATIS de Zumba. Traiga ropa cómoda y no se le olvide una toalla, agua, y su familia o un amigo/a.

Lunes, 23 de enero 5:30 pm en la cafetería de la escuela Nimitz.

(Clases semanales tomaran acabo los lunes
a las 5:30 pm hasta el 27 de febrero)

Clases de salud y nutrición

El banco de comida de San Antonio va ofrecer clases semanales gratis sobre la salud, nutrición, y ejercicio. Temas incluyen nutrición, cocinando saludable, ejercicio, la diabetes y opciones para mantener la salud.

Martes, 24 de enero 9:00 am en el salon 304.

(Clases semanales tomaran acabo los martes
a las 9:00 am hasta el 14 de febrero)

Preguntas? Sr. Martinez, Especialista de Familia
(210) 442-0450 ext 253 o fmarti2@neisd.net

