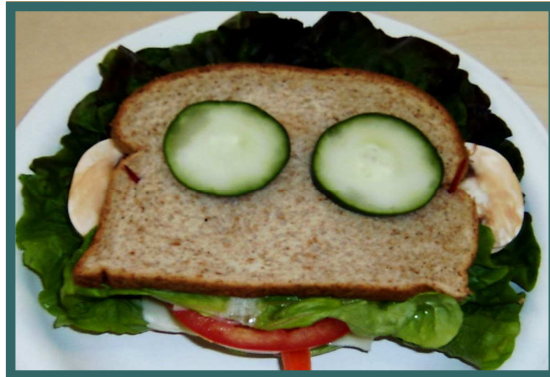


**Clase de Nutrición**  
*La Cocina Saludable*



**Nutrition Class**  
*The Healthy Kitchen*

Si usted quiere tener más conocimiento sobre nutrición, como mejorar su salud, sus niveles de azúcar, presión sanguínea, enfermedades cardíacas, diabetes, etc

**...Tenemos la clase perfecta para usted y sobre todo en Español**

**Lugar:** Glenwood Spring Elementary School  
915 Calle de School, GWS

**Hora y Dias:** 6—8 PM

*Cada miercoles por seis semanas*

**Empezando** 13 de Octubre — 17 de Noviembre

**Cuota:** \$10 por las seis clases  
Inscribase ya!! Cupo limitado!

**Servicio de niñeras disponible \$5.00 por familia por noche.**

Have you been wanting to learn more about nutrition, sugar levels, blood pressure, health issues and healthy eating?

**....We have the perfect class for you.**

**Where:** Glenwood Springs Elementary School  
915 School St. GWS

**When:** 6—8 PM

*Every Wednesday for 6 weeks*

**Starts:** October 13—November 17

**Fee:** \$10 for all six classes

Register now! Space is limited!

**Childcare available for \$5 per family per night.**

**Call Katie or email at the address below**

Para más información llamar a Katie 384—5689 ó [kjmarshall@rfsd.k12.co.us](mailto:kjmarshall@rfsd.k12.co.us)

Clase de Nutrición/ Nutrition Class  
Llamar a Katie/ Call Katie  
384-5689 [kjmarshall@rfsd.k12.co.us](mailto:kjmarshall@rfsd.k12.co.us)

Clase de Nutrición/ Nutrition Class  
Llamar a Katie/ Call Katie  
384-5689 [kjmarshall@rfsd.k12.co.us](mailto:kjmarshall@rfsd.k12.co.us)

Clase de Nutrición/ Nutrition Class  
Llamar a Katie/ Call Katie  
384-5689 [kjmarshall@rfsd.k12.co.us](mailto:kjmarshall@rfsd.k12.co.us)

Clase de Nutrición/ Nutrition Class  
Llamar a Katie/ Call Katie  
384-5689 [kjmarshall@rfsd.k12.co.us](mailto:kjmarshall@rfsd.k12.co.us)

Clase de Nutrición/ Nutrition Class  
Llamar a Katie/ Call Katie  
384-5689 [kjmarshall@rfsd.k12.co.us](mailto:kjmarshall@rfsd.k12.co.us)

Clase de Nutrición/ Nutrition Class  
Llamar a Katie/ Call Katie  
384-5689 [kjmarshall@rfsd.k12.co.us](mailto:kjmarshall@rfsd.k12.co.us)

Clase de Nutrición/ Nutrition Class  
Llamar a Katie/ Call Katie  
384-5689 [kjmarshall@rfsd.k12.co.us](mailto:kjmarshall@rfsd.k12.co.us)

Clase de Nutrición/ Nutrition Class  
Llamar a Katie/ Call Katie  
384-5689 [kjmarshall@rfsd.k12.co.us](mailto:kjmarshall@rfsd.k12.co.us)

Clase de Nutrición/ Nutrition Class  
Llamar a Katie/ Call Katie  
384-5689 [kjmarshall@rfsd.k12.co.us](mailto:kjmarshall@rfsd.k12.co.us)

Clase de Nutrición/ Nutrition Class  
Llamar a Katie/ Call Katie  
384-5689 [kjmarshall@rfsd.k12.co.us](mailto:kjmarshall@rfsd.k12.co.us)